



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография – это основной вид деятельности в образцовом ансамбле современного эстрадного танца «Shaky». Искусство танца позволяет ребенку в течение многих лет не только развивать свои физические данные, но и формировать внутренний потенциал, актерские способности, творческое мышление. Занятия хореографией требуют от воспитанников полной концентрации всех сил и возможностей, развивают волю, характер, терпение и трудолюбие.

Рабочая программа составлена на базе авторской дополнительной общеразвивающей программы «Путь к совершенству» педагога Старостенко И.А., в соответствии с перспективным планом ДДТ «Городской» им. С.А. Шмакова на 2017-2018 учебный год.

Новизна рабочей программы заключается в использовании новых форм работы с детьми, включающих в себя синтез различных игровых методов и приемов с гимнастическими и хореографическими принципами обучения.

Актуальность рабочей программы связана с ростом спроса на образовательные услуги в области хореографии. Также с важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографии, формирующих у учащихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность, а также развитие физических данных, таких как подвижность, выносливость, сила и ловкость.

**Цель:** создание условий для формирования у учащихся физических способностей и актерского мастерства средствами искусства хореографии и педагогического мастерства.

**Задачи:**

### 1. Обучающие:

- закрепить навыки дыхательной техники, как основной составляющей хореографии;
- обучать основным методом и приемам классического танца, партерного тренажа;
  - пополнять знания учащихся о хореографии и об искусстве в целом;
  - ознакомить с разнообразием музыкальных ритмических рисунков, выполнять элементы в быстром темпе;
  - закрепить знание музыкальной терминологии;
  - обучать основам джазового танца и модерна;
  - закреплять ЗУН по теме: « Гимнастические элементы».

### 2. Развивающие:

- развивать способности пространственного воображения, принципов перестроения и использование разных рисунков танца;
- развивать фантазию, ловкость, координацию движений, выносливость, прыгучесть;
- развивать умения согласовывать движения с более сложным музыкальным ритмом;
- развивать эмоциональный уровень личности танцоров, творческое, образное мышление.

### 3. Воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение друг к другу;
- воспитывать культуру поведения на сцене;
- воспитывать в детях чувство коллективизма.

Группа 8-го года обучения – средняя группа включает в себя 16 человек в возрасте от 12 до 14 лет. Учащиеся посещают занятия 3 раза в неделю по 3 академических часа. Группа уже не делится на звенья, все занятия проводит руководитель ансамбля Старостенко И.А..

В этом году курс обучения по предметам заметно усложнится и выйдет за рамки запланированного, поскольку учащиеся средней группы успешно усвоили программу прошлого года, овладев элементами повышенной сложности. Поэтому процесс обучения будет включать в себя и отработку знакомых уже элементов, и усложнение учебной программы. А вот уровень общеобязательных гимнастических элементов, входящих в комплекс упражнений, останется неизменным, потому что в прошлом учебном году был сдан итоговый экзамен по данному предмету. Учащиеся, демонстрирующие более сложные элементы будут получать дополнительные занятия.

Уже третий год учащиеся средней группы занимаются с концертмейстером. Были освоены хореографические элементы под простой аккомпанемент. В этом году учащиеся будут выполнять и изучать сложные комбинации в быстром темпе, в сложном ритмичном рисунке. Это будет главной задачей основных хореографических дисциплин. Количество танцевальных номеров увеличиться вдвое, хореографический уровень усложниться, появятся танцевальные композиции с другим уровнем актерского мастерства, разнообразятся эмоции, которые воспитанники будут демонстрировать в номерах.

Занятие предполагает использование определенных образовательных технологий, т.е системной совокупности приемов и средств обучения и определенный порядок их применения. Важно придерживаться определенных принципов, каждый из которых реализуется в соответствии с задачами и содержанием программы.

*Наглядность*- этот принцип обучения помогает увидеть образ движения. Показ должен быть точным, подробным, качественным, быть доступным для правильного восприятия, учитывая возраст детей. Принцип наглядности можно с успехом применять, используя видеоматериал и фотоматериал.

*Доступность* –очень важное условие правильного обучения. Учитель должен учитывать творческое развитие детей, трудность каждого упражнения и соразмерять подбираемый материал и его последовательность.

*Последовательность* – важное условие в изучении материала, постепенное наращивание учебного задания, последовательное добавление к тому, что уже хорошо усвоено.

*Закрепление* выученного материала (принцип прочного овладения материалом) помогает ученику свободно, легко и точно выполнять движения.

Поэтому основными методами и формами организации учебного процесса являются: наглядный, словесный, метод проблемного изложения, метод практического изучения.

Каждое учебное занятие имеет следующую структуру:

- приветствие;
- разминка;
- основная часть;
- разучивание или отработка танцевальных комбинаций;
- рефлексия, подведение итогов.

### **Ожидаемые результаты**

По окончании учебного года учащиеся должны знать:

- основные направления хореографии;
- теоретические правила выполнения основных гимнастических элементов;
- структурные компоненты классического занятия, технику выполнения основных элементов;

- основные принципы выполнения простых элементов джазового танца , истоки возникновения современной хореографии;

По окончании учебного года учащиеся должны уметь:

- согласовывать движения с музыкой;
- владеть своим телом и эмоциями во время выступления на сцене;
- уметь выполнять основные элементы классического экзерсиса одной рукой за палку;
- исполнять гимнастические элементы;
- отличать технику выполнения элементов джазового танца от классического.

В процессе обучения в качестве основных видов контроля используются контрольные опросы и срезы знаний, умений и навыков, мониторинг (четвертные) и переводной экзамен. Показательной формой является участие в конкурсах и отчетном концерте ансамбля.

**Ежегодно в каждой группе проводится промежуточная аттестация учащихся.**

Сроки проведения итоговой аттестации: май.

Форма проведения: экзамен.

Учащиеся, освоившие в полном объеме соответствующую часть дополнительной общеразвивающей программы переходят в группу следующего года обучения. Учащиеся, не прошедшие промежуточную аттестацию по уважительным причинам, переводятся в группу следующего года обучения по решению педагога дополнительного образования и на основании результатов (достижений) учащегося в течение учебного года.

Итоги промежуточной аттестации обсуждаются на заседаниях методических объединений и Педагогического совета Учреждения.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п\п | ТЕМА                               | ТЕОРИЯ | ПРАКТИКА | ВСЕГО |
|-------|------------------------------------|--------|----------|-------|
| 1     | Разминка. Растяжка. ОФП.           | 2      | 20       | 22    |
| 2     | Классический танец.                | 6      | 32       | 38    |
| 3     | Движения по диагонали в парах.     | 1      | 20       | 21    |
| 5     | Основные элементы гимнастики.      | 3      | 20       | 23    |
| 6     | Работа по группам.                 | 2      | 26       | 28    |
| 7     | Прыжки и повороты.                 | 5      | 22       | 27    |
| 8     | Современный танец                  | 6      | 40       | 46    |
| 9     | Постановочные часы.                | 6      | 86       | 92    |
| 10    | Промежуточная аттестация (экзамен) | 2      | 7        | 9     |
|       | <b>ИТОГО</b>                       | 33     | 273      | 306   |

*Количество занятий в год: 102*

*Количество академических часов: 306*

## Репертуарный план

1. «Дети асфальта»
2. «Называется: «помыли»»
3. «Колыбельная»
4. «У околицы»
5. «Свистать всех наверх!»
6. Малая форма, новая хореографическая композиция.
  - «Дружба народов » дуэт

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п\п           | Дата         | Тема                          | Цель   | Задачи  | Теория                                   | Время | Практическая часть   | Время | Другие формы работы                         | Время |
|-----------------|--------------|-------------------------------|--|---|--|-------|--|-------|---|-------|
| <b>СЕНТЯБРЬ</b> |              |                               |  |   |  |       |  |       |   |       |
| 1               | 01.01<br>.17 |                               |  |   |  |       | Вводное занятие.   | 125   | Вводный инструктаж на рабочем месте         | 10    |
| 2               | 04.09<br>.17 | Разминка.<br>Растяжка.<br>ОФП | Повторить ЗУН по теме: «Разминка. Растяжка. ОФП» | <p>1.Обучающие:<br/>* повторить принцип соединения простых элементов в комбинации во время разминки;<br/>* повторить технику выполнения упражнений силового комплекса.</p> <p>2.Развивающие:<br/>* развивать силу ног, выворотность, мышцы спины, пресса, гибкость;<br/>* согласовывать выполняемые упражнения с музыкой.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях понятия выносливости и трудовой дисциплины.</p> | Повторить технику выполнения упражнений. | 10    | <p>Разминка на середине зала: постепенный разогрев основных мышц тела, подготовка к более сложным физическим нагрузкам. Партерный тренаж на ковриках: упражнения на подъем стопы, упражнения на выворотность стопы, grand-battements из разных положений тела (сидя, лежа на животе, спине, на боку, с упором на руки и ноги). Упражнения на выносливость, силовой комплекс подкачка мышц пресса, спины, отжимания от пола. Упражнения на гибкость: мост с колен, большой мост с раскачиванием в плечевой пояс, с подниманием ноги вверх. Растяжка на коврике, с помощью педагога. Повторение хореографических композиций: «Называется: помыли!»),</p> | 120   | Обсуждение планов на 2017-2018 учебный год. | 5     |

|   |              |                               |   |   |   |    |   |     |  |  |
|---|--------------|-------------------------------|---|---|---|----|---|-----|--|--|
|   |              |                               |   |   |   |    | «Колыбельная».  |     |  |  |
| 3 | 07.09<br>.17 | Разминка.<br>Растяжка.<br>ОФП | Повторить ЗУН<br>по теме:<br>«Разминка.<br>Растяжка. ОФП» | 1.Обучающие:<br>* повторить<br>принцип<br>соединения<br>простых элементов<br>в комбинации во<br>время разминки;<br>* повторить<br>технику<br>выполнения<br>упражнений<br>силового<br>комплекса.<br>2.Развивающие:<br>* развивать силу<br>ног, выворотность,<br>мышцы спины,<br>пресса, гибкость;<br>* согласовывать<br>выполняемые<br>упражнения с<br>музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в<br>детях понятия<br>выносливости и<br>трудоу<br>дисциплины. | Повторить<br>технику<br>выполнения<br>упражнений.   | 10 | Разминка на середине<br>зала: постепенный<br>разогрев основных<br>мышц тела, подготовка к<br>более сложным<br>физическим нагрузкам.<br>Партерный тренаж на<br>ковриках: упражнения<br>на подъем стопы,<br>упражнения на<br>выворотность стопы,<br>grand-battements из<br>разных положений тела<br>(сидя, лежа на животе,<br>спине, на боку, с упором<br>на руки и ноги).<br>Упражнения на<br>выносливость, силовой<br>комплекс подкачка<br>мышц пресса, спины,<br>отжимания от пола.<br>Упражнения на<br>гибкость: мост с колен,<br>большой мост с<br>раскачиванием в<br>плечевой пояс, с<br>подниманием ноги<br>вверх.<br>Растяжка на коврике, с<br>помощью педагога.<br>Повторение<br>хореографических<br>композиций:<br>«Называется: помыли!»,<br>«Колыбельная». | 125 |  |  |
| 4 | 08.09<br>.17 | Работа по<br>группам.         | Повторение ЗУН<br>по теме: «Работы<br>по группам»         | 1.Обучающие:<br>*повторить<br>теоретические<br>основы<br>упражнений<br>«Работы по<br>группам»;<br>*повторить  | Техника<br>выполнения<br>основных<br>элементов<br>учебной<br>дисциплины :<br>«Работа по<br>группам» | 20 | Разминка на середине<br>зала, Тренаж на<br>ковриках: grand-<br>battments в разных<br>положениях, силовой<br>комплекс, упражнения<br>на гибкость, растяжка.<br>Работа по группам.  | 115 |  |  |

|   |              |                    |   |  |  |    |   |     |             |    |
|---|--------------|--------------------|---|--|--|----|---|-----|-------------|----|
|   |              |                    |   | <p>технику выполнения больших прыжков.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу ног, прыгучесть. растянутость;<br/>*развивать умение согласовывать исполняемые элементы с музыкальным оформлением.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать внимание в процессе восприятия теоретического материала.</p>   |  |    | <p>Прыжки с двух ног на две: sote по 6 позиции, в группировку,с поджатыми, «ножницы», на 360. Прыжки с двух ног на одну с опорной согнутой ногой, с одной ноги на одну, кабриоли вперед, вбок, «пистолетик», со сменой направления в воздухе, sissonn. Махи вперед, назад, в бок, в комбинациях, разножки на правую и левую ноги. Повторение хореографических композиций, отработка под счет и под музыку: «Называется.помыли!», «Колыбельная».</p>   |     |             |    |
| 5 | 11.09<br>.17 | Работа по группам. | Повторение ЗУН по теме: «Работы по группам» | <p>1.Обучающие:<br/>*повторить теоретические основы упражнений «Работы по группам»;<br/>*повторить технику выполнения больших прыжков.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу ног, прыгучесть. растянутость;<br/>*развивать умение согласовывать исполняемые элементы с музыкальным оформлением.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать внимание в</p> | Техника выполнения основных элементов учебной дисциплины : «Работа по группам» | 20 | <p>Разминка на середине зала, Тренаж на ковриках: grand-battments в разных положениях, силовой комплекс, упражнения на гибкость, растяжка. Работа по группам. Прыжки с двух ног на две: sote по 6 позиции, в группировку,с поджатыми, «ножницы», на 360. Прыжки с двух ног на одну с опорной согнутой ногой, с одной ноги на одну, кабриоли вперед, вбок, «пистолетик», со сменой направления в воздухе, sissonn. Махи вперед, назад, в бок, в комбинациях, разножки на правую и левую ноги. Повторение</p> | 105 | Правила ПДД | 10 |



|   |             |                                |  |   |  |    |   |     |                                |    |
|---|-------------|--------------------------------|--|---|--|----|---|-----|--------------------------------|----|
|   |             |                                |  | процессе восприятия теоретического материала.   |  |    | хореографических композиций, отработка под счет и под музыку: «Называется:помыли!», «Колыбельная».  |     |                                |    |
| 6 | 14.09<br>17 | Движение по диагонали в парах. | Повторить ЗУН по теме: «Движения по диагонали в парах» | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения основных элементов учебной дисциплины «Движения по диагонали в парах».<br>2.Развивающие:<br>*развивать выворотность, четкость при выполнении движений, положение ноги. координацию движений;<br>*развивать чувство ритма, умение согласовывать движения с музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать умение работать в паре, слушать партнера. | Повторить в теории технику выполнения основных танцевальных шагов. | 15 | Разминка, растяжка, ОФП. Тренаж на середине зала.<br>Работа по группам: прыжки с двух ног на две, с двух ног на одну, с одной ноги на одну, разножки в шпагат, grand-battmants в сторону, вперед, назад в шпагат, комбинации махов. Отработка элементов под музыкальное сопровождение.<br>Движение по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с согнутой на passe, бег, «ножницы», галоп, подскоки, комбинации шагов.<br>Повторение элементов под счет, отработка под музыку.<br>Повторение хореографических композиций: «Называется:помыли!», «Колыбельная».<br>Отработка основных партий под счет, сведение партий в танце «У околицы». | 120 |                                |    |
| 7 | 15.09<br>17 | Движение по диагонали в парах. | Повторить ЗУН по теме: «Движения по диагонали в парах» | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения основных  | Повторить в теории технику выполнения основных танцевальных        | 15 | Разминка, растяжка, ОФП. Тренаж на середине зала.<br>Работа по группам:   | 110 | Что такое этикет и вежливость. | 10 |

|   |             |                    |  |  |   |    |  |     |  |  |
|---|-------------|--------------------|--|--|---|----|--|-----|--|--|
|   |             |                    |  | <p>элементов учебной дисциплины «Движения по диагонали в парах».</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать выворотность, четкость при выполнении движений, положение ноги. координацию движений;<br/>*развивать чувство ритма, умение согласовывать движения с музыкой.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать умение работать в паре, слушать партнера.</p> | шагов.  |    | <p>прыжки с двух ног на две, с двух ног на одну, с одной ноги на одну, разножки в шпагат, grand-battmans в сторону, вперед, назад в шпагат, комбинации махов. Отработка элементов под музыкальное сопровождение.</p> <p>Движение по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с согнутой на passe, бег, «ножницы», галоп, подскоки, комбинации шагов.</p> <p>Повторение элементов под счет, отработка под музыку.</p> <p>Повторение хореографических композиций: «Называется: помыли!», «Колыбельная».</p> <p>Отработка основных партий под счет, сведение партий в танце «У околицы».</p> |     |  |  |
| 8 | 18.09<br>17 | Классический танец | Создать условия для проверки ЗУН по теме: «Классический танец» | <p>1.Обучающие:<br/>*повторить теоретические основы упражнений «Классический танец»;<br/>*повторить технику выполнения основных элементов.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу ног, выворотность, растянутость мышц;</p>   | Техника выполнения основных элементов учебной дисциплины : «Классический танец» | 15 | <p>Разминка, Растяжка. ОФП. Тренаж на середине зала.</p> <p>«Работа по группам» и «Движения по диагонали в парах»- повторение и отработка основных элементов под счет в медленном темпе и с аккомпанементом.</p> <p>Классический танец.</p> <p>Повторение элементов лицом к станку: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по 8 раз</p>   | 120 |  |  |

|   |             |                    |  |   |   |    |   |     |  |  |
|---|-------------|--------------------|--|---|---|----|---|-----|--|--|
|   |             |                    |  | *развивать умение согласовывать исполняемые элементы с музыкальным оформлением.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать взаимопонимание и взаимопомощь.  |   |    | из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра .<br>Повторение номеров:<br>«Называется: помыли!», «Колыбельная».<br>«У околицы»- отработка основных партий под счет и под музыку.   |     |  |  |
| 9 | 21.09<br>17 | Классический танец | Создать условия для проверки ЗУН по теме: «Классический танец» | 1.Обучающие:<br>*повторить теоретические основы упражнений «Классический танец»;<br>*повторить технику выполнения основных элементов.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, выворотность растянутость мышц;<br>*развивать умение согласовывать исполняемые элементы с музыкальным оформлением.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать взаимопонимание и взаимопомощь. | Техника выполнения основных элементов учебной дисциплины : «Классический танец» | 15 | Разминка, Растяжка. ОФП. Тренаж на середине зала.<br>«Работа по группам» и «Движения по диагонали в парах»- повторение и отработка основных элементов под счет в медленном темпе и с аккомпанементом.<br>Классический танец.<br>Повторение элементов лицом к станку: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра .<br>Повторение номеров:<br>«Называется: помыли!», «Колыбельная».<br>«У околицы»- отработка основных партий под счет и под музыку. | 120 |  |  |

|    |             |                              |  |   |   |    |  |     |   |    |
|----|-------------|------------------------------|--|---|---|----|--|-----|---|----|
| 10 | 22.09<br>17 | Классический танец           | Создать условия для проверки ЗУН по теме: «Классический танец»           | <p>1.Обучающие:<br/>*повторить теоретические основы упражнений «Классический танец»;<br/>*повторить технику выполнения основных элементов.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу ног, выворотность растянутость мышц;<br/>*развивать умение согласовывать исполняемые элементы с музыкальным оформлением.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать взаимопонимание и взаимопомощь.</p> | Техника выполнения основных элементов учебной дисциплины : «Классический танец»           | 15 | <p>Разминка, Растяжка. ОФП. Тренаж на середине зала. «Работа по группам» и «Движения по диагонали в парах»- повторение и отработка основных элементов под счет в медленном темпе и с аккомпонементом. Классический танец. Повторение элементов лицом к станку: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций. Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Повторение номеров: «Называется: помыли!», «Колыбельная». «У околицы»- отработка основных партий под счет и под музыку.</p> | 110 | Классический танец как основа всей хореографии. | 10 |
| 11 | 25.09<br>17 | Основные элементы гимнастики | Создать условия для проверки ЗУН по теме: «Основные элементы гимнастики» | <p>1.Обучающие:<br/>*повторить теоретические основы техники выполнения основных гимнастических элементов.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу мышц, гибкость, умение группироваться и координировать своё тело.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать</p>   | Техника выполнения основных элементов учебной дисциплины : «Основные элементы гимнастики» | 15 | <p>Разминка, Растяжка. ОФП. Тренаж на середине зала. «Работа по группам» и «Движения по диагонали в парах»- повторение и отработка основных элементов под счет в медленном темпе и с аккомпонементом. Классический танец. Повторение элементов лицом к станку: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по8 раз</p>   | 120 |   |    |

|    |             |                              |  |  |   |  |  |     |                                   |   |
|----|-------------|------------------------------|--|--|---|--|--|-----|-----------------------------------|---|
|    |             |                              |  | трудолюбие и выносливость.   |   | из 1 и 5 позиций. Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 порде бра .<br>Основные элементы гимнастики: кувырок вперед-назад, стойка, стойка в мост, переворот вперед-назад-индивидуально по тройкам. «Пережат» и «белочка» на мате.<br>Повторение номеров: «Называется: помыли!», «Колыбельная». «У околицы»- отработка основных партий под счет и под музыку. «Свистать всех наверх!»- повторение партий, сведение их в общий танец. |  |     |                                   |   |
| 12 | 28.09<br>17 | Основные элементы гимнастики | Создать условия для проверки ЗУН по теме: «Основные элементы гимнастики» | 1.Обучающие:<br>*повторить теоретические основы техники выполнения основных гимнастических элементов.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу мышц, гибкость, умение группироваться и координировать своё тело.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать трудолюбие и выносливость. | Техника выполнения основных элементов учебной дисциплины : «Основные элементы гимнастики» | 15   | Разминка, Растяжка. ОФП. Тренаж на середине зала. «Работа по группам» и «Движения по диагонали в парах»- повторение и отработка основных элементов под счет в медленном темпе и с аккомпанементом. Классический танец. Повторение элементов лицом к станку: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций. Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 порде бра .<br>Основные элементы гимнастики: кувырок вперед-назад, стойка, | 115 | Что такое дисциплина на занятиях. | 5 |

|    |             |                          |  |  |  |    |   |     |  |  |
|----|-------------|--------------------------|--|--|--|----|---|-----|--|--|
|    |             |                          |  |  |  |    | стойка в мост, переворот вперед-назад-индивидуально по тройкам. «Пережат» и «белочка» на мате. Повторение номеров: «Называется: помыли!», «Колыбельная». «У околицы»- отработка основных партий под счет и под музыку. «Свистать всех наверх!»- повторение партий, сведение их в общий танец. |     |  |  |
| 13 | 29.09<br>17 | Промежуточный мониторинг | Создать условия для проверки ЗУН усвоенных в прошлом году. | 1.Обучающие:<br>*проверить технику выполнения всех элементов.<br>2.Развивающие:<br>*развивать основные физические качества;<br>*развивать умение согласовывать исполняемые движения с музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать чувство коллективизма.<br>● | Контрольный опрос по теоретическому материалу , тзученному в 2016-2017 учебном году. | 30 | Промежуточный мониторинг по пройденному материалу.<br><br>Повторение хореографических номеров: «Называется;помыли!», «Колыбельная», «У околицы», «Свистать всех наверх!».   | 105 |  |  |

### ОКТЯБРЬ

|    |             |                     |   |  |   |    |  |     |                                  |    |
|----|-------------|---------------------|---|--|---|----|--|-----|----------------------------------|----|
| 14 | 02.10<br>17 | Постановочные часы. | Создать условия для создания новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>* повторить технику выполнения лексических элементов | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | Партнерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка. | 115 | Беседа:<br>«Красная книга Земли» | 10 |
|----|-------------|---------------------|---|--|---|----|--|-----|----------------------------------|----|

|    |             |                     |  |   |   |    |   |     |  |  |
|----|-------------|---------------------|--|---|---|----|---|-----|--|--|
|    |             |                     |  | <p>изученных хореографических композиций.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать актерское и исполнительское мастерство.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях.</p>   |   |    | <p>Движение по диагонали в парах: отработка основных шагов и комбинаций под музыкальное сопровождение Основные элементы гимнастики: кувьрки вперед-назад, стойка в мост, перевороты.</p> <p>Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций:<br/>«Называется; помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы».</p> <p>«Дети асфальта»- изучение лексических элементов хореографической композиции, сведение движений в общую партию.</p>                   |     |  |  |
| 15 | 05.10<br>17 | Постановочные часы. | <p>Создать условия для создания новой хореографической композиции.</p> | <p>1.Обучающие:<br/>* повторить технику выполнения лексических элементов изученных хореографических композиций.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать актерское и исполнительское мастерство.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях.</p> | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | <p>Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка.</p> <p>Работа по группам: прыжки, махи, разножки.</p> <p>Отработка элементов индивидуально под музыкальное сопровождение.</p> <p>Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.</p> <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра .</p> <p>Повторение и отработка под счет в медленном темпе и</p> | 135 |  |  |

|    |             |                     |   |   |   |    |  |     |  |    |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|--|-----|--|----|
|    |             |                     |   |   |   |    | под музыку хореографических композиций: «Называется, помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы». «Дети асфальта»- отработка общей партии. Парная трюковая партия- знакомство с новыми лексическими элементами.  |     |  |    |
| 16 | Об.10<br>17 | Постановочные часы. | Создать условия для создания новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>* повторить технику выполнения лексических элементов изученных хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать актерское и исполнительское мастерство.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка. Работа по группам: прыжки, махи, разножки. Оработка элементов индивидуально под музыкальное сопровождение.<br>Классический танец: releve по 6, 1, 2, 5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1, 2, 3, подготовительная, 1 пор де бра .<br>Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций: «Называется, помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы». «Дети асфальта»- изучение сольных выходов и партий. Оработка начала танца, парной трюковой партии и общей партии. | 115 | Тестирование: «Взаимоотношения в коллективе» | 10 |



|    |             |                     |   |  |   |    |  |     |  |  |
|----|-------------|---------------------|---|--|---|----|--|-----|--|--|
| 17 | 09.10<br>17 | Постановочные часы. | Создать условия для создания новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения лексических элементов изученных хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать актерское и исполнительское мастерство.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка. Движение по диагонали в парах: отработка основных шагов и комбинаций под музыкальное сопровождение Основные элементы гимнастики: кувырки вперед-назад, стойка в мост, перевороты. Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций: «Называется, помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы». «Дети асфальта»- Сведение изученных партий под счет в единые танцевальные этюды. | 135 |  |  |
| 18 | 12.10<br>17 | Постановочные часы. | Создать условия для создания новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>* повторить технику выполнения лексических элементов изученных хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать актерское и исполнительское мастерство.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на          | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка. Движение по диагонали в парах: отработка основных шагов и комбинаций под музыкальное сопровождение Основные элементы гимнастики: кувырки вперед-назад, стойка в мост, перевороты. Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку   | 135 |  |  |

|    |             |                     |   |   |   |    |  |     |             |    |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|--|-----|-------------|----|
|    |             |                     |   | занятиях.   |   |    | хореографических композиций: «Называется;помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы». «Дети асфальта»- изучение лексических элементов хореографической композиции, сведение движений в общую партию.   |     |             |    |
| 19 | 13.10<br>17 | Постановочные часы. | Создать условия для создания новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>* повторить технику выполнения лексических элементов изученных хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать актерское и исполнительское мастерство.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка. Работа по группам: прыжки,махи ,разножки. Отработка элементов индивидуально под музыкальное сопровождение.<br>Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра .<br>Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций: «Называется;помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы». «Дети асфальта»- отработка сольных партий и танцевальных этюдов под счет. Общая партия-под музыку. | 135 |             |    |
| 20 | 16.10       | Постановоч          | Овладеть  | 1.Обучающие:  | Разбор идеи и   | 10 | Партерный тренаж.  | 115 | Сценическая | 10 |

|    |             |                     |  |  |   |    |   |     |           |  |
|----|-------------|---------------------|--|--|---|----|---|-----|-----------|--|
|    | 17          | ные часы.           | умением выполнять основные хореографические шаги и элементы в танцевальных композициях.          | *поэтапно научить воспитанников выполнять танцевальные шаги и комбинации в танце<br>*ознакомить с положением корпуса, рук, ног во время исполнения комбинаций<br>2.Развивающие:<br>*развивать чувство ритма<br>*согласовывать движения со счетом и музыкальным ритмом.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать культуры поведения во время работы в парах | сюжета в новой хореографической композиции.               |    | Силовой комплекс. Работа по группам. Танцевальная диагональ.Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций:<br>«Называется;помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы». «Дети асфальта»- финальная партия танца. Сведение изученных партий и этюдов в часть единого танца.  |     | культура. |  |
| 21 | 19.10<br>17 | Постановочные часы. | Овладеть умением выполнять основные хореографические шаги и элементы в танцевальных композициях. | 1.Обучающие:<br>*поэтапно научить воспитанников выполнять танцевальные шаги и комбинации в танце<br>*ознакомить с положением корпуса, рук, ног во время исполнения комбинаций<br>2.Развивающие:<br>*развивать чувство ритма<br>*согласовывать движения со счетом и музыкальным   | Разбор идеи и сюжета в новой хореографической композиции. | 10 | Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка. Работа по группам: прыжки,махи ,разножки. Отработка элементов индивидуально под музыкальное сопровождение.<br>Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . | 135 |           |  |

|    |             |                     |   |  |  |  |   |     |  |  |
|----|-------------|---------------------|---|--|--|--|---|-----|--|--|
|    |             |                     |   | <p>ритмом.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать культуры поведения во время работы в парах</p>  |  |  | <p>Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций:<br/>«Называется,помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы».<br/>«Дети асфальта»- изучение сольных выходов и партий. Отработка начала танца, парной трюковой партии и общей партии.</p>  |     |  |  |
| 22 | 20.10<br>17 | Постановочные часы. | <p>Подготовить воспитанников к изучению хореографических элементов в новой танцевальной композиции.</p> | <p>1.Обучающие:<br/>*изучить технику выполнения поворотов по бп на середине зала во время исполнения танцев;<br/>*выучить новые танцевальные комбинации в стиле: «афроджаз»<br/>2.Развивающие:<br/>*развивать вестибулярный аппарат;<br/>*развивать силу корпуса, устойчивость<br/>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях.</p> |  |  | <p>Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка. Работа по группам: прыжки,махи ,разножки. Отработка элементов индивидуально под музыкальное сопровождение.<br/>Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.<br/>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра .<br/>Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций:<br/>«Называется,помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы».<br/>«Дети асфальта»- изучение сольных выходов и партий. Отработка начала танца,</p> | 135 |  |  |

|    |             |                     |   |   |   |    |   |     |                                      |    |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|---|-----|--------------------------------------|----|
|    |             |                     |   |   |   |    | парной трюковой партии и общей партии.  |     |                                      |    |
| 23 | 23.10<br>17 | Постановочные часы. | Создать условия для создания новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>* повторить технику выполнения лексических элементов изученных хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать актерское и исполнительское мастерство.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка. Движение по диагонали в парах: отработка основных шагов и комбинаций под музыкальное сопровождение Основные элементы гимнастики: кувырки вперед-назад, стойка в мост, повороты. Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций: «Называется;помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы». «Дети асфальта»- изучение лексических элементов хореографической композиции, сведение движений в общую партию. | 115 | Этикет: правила поведения за столом. | 10 |
| 24 | 26.10<br>17 | Постановочные часы. | Создать условия для создания новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>* повторить технику выполнения лексических элементов изученных хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать актерское и исполнительское мастерство.<br>3.Воспитательные:  | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | Партерный тренаж на ковриках, силовой комплекс, упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка.Отработка элементов индивидуально под музыкальное сопровождение. Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по 8 раз из 1 и 5  | 135 |                                      |    |



|    |             |                     |  |   |   |    |   |    |  |    |
|----|-------------|---------------------|--|---|---|----|---|----|--|----|
| 26 | 30.10<br>17 | Постановочные часы. | Создать условия для отработки лексических элементов новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>* повторить технику выполнения лексических элементов изученных хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать актерское и исполнительское мастерство.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Изучить технику исполнения новых лексических элементов. | 10 | Раминка на середине зала.<br>Растяжка на ковриках и с возвышенности.<br>Повторение и отработка под счет в медленном темпе и под музыку хореографических композиций:<br>«Называется;помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «У околицы».<br>«Дети асфальта»- отработка отдельных партий под счет, сведение партий в танец.<br>Репетиция номера под музыку. | 85 | День рождения ансамбля.<br>Праздничное чаепитие. | 40 |
|----|-------------|---------------------|--|---|---|----|---|----|--|----|

**НОЯБРЬ**

|    |             |                     |   |   |   |    |   |     |  |  |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|---|-----|--|--|
| 18 | 02.11<br>17 | Постановочные часы. | Подготовить воспитанников к изучению хореографических элементов в новой танцевальной композиции и отработки уже выученных | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых лексических элементов ;<br>*закрепить технику выполнения движений в новой хореографической композиции.<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство;<br>*развивать актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Техника выполнения новых лексических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Трениж на коврике: махи из положения сидя, лежа на боку, спине, на животе, в упоре на руки и на ноги. Упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка на ковриках с возвышенности. Классический танец.releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра .<br>Отработка основных элементов в танцах под счет и под музыку: «Называется: помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!». | 125 |  |  |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|---|-----|--|--|

|    |             |                     |   |   |   |    |  |     |                                     |    |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|--|-----|-------------------------------------|----|
|    |             |                     |   |   |   |    | «Дети асфальта», «У окодицы».<br>Изучение нового лексического материала в хореографической композиции: «Дружба народов»<br>Подготовка к конкурсу: «Седьмой континент», г.Курск   |     |                                     |    |
| 19 | 03.11<br>17 | Постановочные часы. | Подготовить воспитанников к изучению хореографических элементов в новой танцевальной композиции и отработки уже выученных | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых лексических элементов ;<br>*закрепить технику выполнения движений в новой хореографической композиции.<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство;<br>*развивать актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Техника выполнения новых лексических элементов. | 10 | Разминка на середине зала. Трениж на коврике: махи из положения сидя, лежа на боку, спине, на животе, в упоре на руки и на ноги. Упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка на ковриках с возвышенности. Основные элементы гимнастики: кувырок вперед-назад, стойка в мост, стойка, переворот вперед-назад, колеса на руках и на локтях- отработка по группам. «Белочка», «перекат»- индивидуально на мате.<br>Отработка основных элементов в танцах под счет и под музыку: «Называется: помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «Дети асфальта», «У окодицы».<br>Изучение нового лексического материала в хореографической композиции: «Дружба народов»<br>Подготовка к конкурсу «Седьмой континент», г.Курск | 115 | Беседа: «Правила поведения ав паре» | 10 |
| 20 | 06.11       | Постановочные часы. | Подготовить воспитанников к изучению  | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых   | Техника выполнения новых                        | 10 | Разминка на середине зала. Трениж на коврике: махи из положения сидя,  | 125 |                                     |    |



|    |             |                     |   |   |   |    |   |     |  |  |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|---|-----|--|--|
|    | 17          |                     | хореографических элементов в новой танцевальной композиции и отработки уже выученных                                      | лексических элементов ;<br>*закрепить технику выполнения движений в новой хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство;<br>*развивать актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | лексических элементов.                          |    | лежа на боку, спине, на животе, в упоре на руки и на ноги. Упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка на ковриках с возвышенности. Работа по группам: grand-battments вперед, в сторону, назад в шпагат, комбинации махов, прыжки с двух ног на две на выносливость. Прыжки с двух ног на одну, с одной ноги на одну, «кабриоль» вперед-вбок, «пистолетик». Разножки в шпагат. Большие прыжки по диагонали- выполнение элементов под музыку. Отработка основных элементов в танцах под счет и под музыку: «Называется: помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «Дети асфальта», «У окодицы». Изучение нового лексического материала в хореографической композиции: «Дружба народов» |     |  |  |
| 21 | 09.11<br>17 | Постановочные часы. | Подготовить воспитанников к изучению хореографических элементов в новой танцевальной композиции и отработки уже выученных | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых лексических элементов ;<br>*закрепить технику выполнения движений в новой хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство;  | Техника выполнения новых лексических элементов. | 10 | Разминка на середине зала. Трениж на коврике: махи из положения сидя, лежа на боку, спине, на животе, в упоре на руки и на ноги. Упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка на ковриках с возвышенности. Классический танец.releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.   | 125 |  |  |

|    |             |                     |   |   |   |    |   |     |  |    |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|---|-----|--|----|
|    |             |                     |   | *развивать актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях.   |   |    | Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра .<br>Отработка основных элементов в танцах под счет и под музыку: «Называется: помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «Дети асфальта», «У окодицы».<br>Изучение нового лексического материала в хореографической композиции: «Дружба народов»  |     |  |    |
| 22 | 10.11<br>17 | Постановочные часы. | Подготовить воспитанников к изучению хореографических элементов в новой танцевальной композиции и отработки уже выученных | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых лексических элементов ;<br>*закрепить технику выполнения движений в новой хореографической композиции.<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство;<br>*развивать актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Техника выполнения новых лексических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Трениж на коврике: махи из положения сидя, лежа на боку, спине, на животе, в упоре на руки и на ноги. Упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка на ковриках с возвышенности. Основные элементы гимнастики: кувырок вперед-назад, стойка в мост, стойка, переворот вперед-назад, колеса на руках и на локтях- отработка по группам. «Белочка», «перекат»- индивидуально на мате.<br>Отработка основных элементов в танцах под счет и под музыку: «Называется: помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «Дети асфальта», «У окодицы».<br>Изучение нового лексического материала в хореографической композиции: «Дружба народов» | 115 | Правила поведения в общественном транспорте во время его движения. | 10 |
| 23 |             | Постановоч          | Подготовить   | 1.Обучающие:  | Техника   | 10 | Разминка на середине  | 125 |  |    |

|    |             |                     |   |   |   |    |  |     |  |  |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|--|-----|--|--|
|    | 13.11<br>17 | ные часы.           | воспитанников к изучению хореографических элементов в новой танцевальной композиции и отработки уже выученных             | *изучить технику выполнения новых лексических элементов ;<br>*закрепить технику выполнения движений в новой хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство;<br>*развивать актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | выполнения новых лексических элементов.         |    | зала.Трениж на коврике: махи из положения сидя, лежа на боку, спине, на животе, в упоре на руки и на ноги. Упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка на ковриках с возвышенности. Работа по группам: grand-battments вперед, в сторону, назад в шпагат, комбинации махов, прыжки с двух ног на две на выносливость.Прыжки с двух ног на одну, с одной ноги на одну, «кабриоль» вперед-вбок, «пистолетик». Разножки в шпагат. Большие прыжки по диагонали- выполнение элементов под музыку. Отработка основных элементов в танцах под счет и под музыку: «Называется: помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «Дети асфальта», «У окодицы». Изучение нового лексического материала в хореографической композиции: «Дружба народов» |     |  |  |
| 24 | 16.11<br>17 | Постановочные часы. | Подготовить воспитанников к изучению хореографических элементов в новой танцевальной композиции и отработки уже выученных | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых лексических элементов ;<br>*закрепить технику выполнения движений в новой хореографических композиций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать  | Техника выполнения новых лексических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Трениж на коврике: махи из положения сидя, лежа на боку, спине, на животе, в упоре на руки и на ноги. Упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка на ковриках с возвышенности. Классический танец:releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus  | 125 |  |  |

|    |             |                     |   |   |   |    |  |     |   |    |
|----|-------------|---------------------|---|---|---|----|--|-----|---|----|
|    |             |                     |   | исполнительское мастерство;<br>*развивать актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях.  |   |    | крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 по дебра .<br>Отработка основных элементов в танцах под счет и под музыку: «Называется: помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «Дети асфальта», «У окодицы».<br>Изучение нового лексического материала в хореографической композиции: «Дружба народов»   |     |   |    |
| 25 | 17.11<br>17 | Постановочные часы. | Подготовить воспитанников к изучению хореографических элементов в новой танцевальной композиции и отработки уже выученных | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых лексических элементов ;<br>*закрепить технику выполнения движений в новой хореографической композиции.<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство;<br>*развивать актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях. | Техника выполнения новых лексических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Трениж на коврике: махи из положения сидя, лежа на боку, спине, на животе, в упоре на руки и на ноги. Упражнения на гибкость, силовой комплекс, растяжка на ковриках с возвышенности. Основные элементы гимнастики: кувырок вперед-назад, стойка в мост, стойка, переворот вперед-назад, колеса на руках и на локтях- отработка по группам. «Белочка», «перекат»- индивидуально на мате.<br>Отработка основных элементов в танцах под счет и под музыку: «Называется: помыли!», «Колыбельная», «Свистать всех наверх!», «Дети асфальта», «У окодицы».<br>Изучение нового лексического материала в хореографической композиции: «Дружба | 115 | Правила поведения на генеральной репетиции и в примерках во время концерта. | 10 |

|    |             |                     |  |  |   |    |   |     |  |  |
|----|-------------|---------------------|--|--|---|----|---|-----|--|--|
|    |             |                     |  |  |   |    | народов»  |     |  |  |
| 26 | 23.11<br>17 | Классический танец. | Изучить новые элементы по теме : «Классический танец». | 1.Обучающие:<br>*выучить технику выполнения новых элементов классического танца;<br>*повторять технику выполнения изученных элементов;<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, растянутость мышц, выворотность;<br>*согласовывать движения классического экзерсиса, выполняемые у станка с музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в детях спортивный дух и стремление стать первым. | Объяснение теоретического материала по данной теме.<br>Battments-jete, rond de jamb par terre | 10 | Партерный тренаж. Работа над выворотностью ног, большие батманы и battmants-tendus из положения сидя, лежа на спине, боку, на животе, заноски, махи из положения «березка». Элементы растяжки из йоги. Основные элементы : отработка простых элементов и элементов повышенной сложности. Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций. Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение. Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb par terre по четвертям лицом к палке. Подготовка к фестивалю «Оскол-данс», г.Старый Оскол. | 125 |  |  |
| 27 | 24.11<br>17 | Классический танец. | Изучить новые элементы по теме : «Классический танец». | 1.Обучающие:<br>*выучить технику выполнения новых элементов классического танца;<br>*повторять технику выполнения изученных элементов;<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу  | Объяснение теоретического материала по данной теме.<br>Battments-jete, rond de jamb par terre | 10 | Партерный тренаж. Работа над выворотностью ног, большие батманы и battmants-tendus из положения сидя, лежа на спине, боку, на животе, заноски, махи из положения «березка». Элементы растяжки из йоги. Основные элементы : отработка простых элементов и элементов повышенной сложности.  | 125 |  |  |

|    |             |                     |   |  |  |  |  |            |   |           |
|----|-------------|---------------------|---|--|--|--|--|------------|---|-----------|
|    |             |                     |   | <p>ног, растянутость мышц, выворотность; *согласовывать движения классического экзерсиса, выполняемые у станка с музыкой.</p> <p>3.Воспитательные: *воспитывать в детях спортивный дух и стремление стать первым.</p>  |  | <p>Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.</p> <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Оработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.</p> <p>Battements-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb par terre по четвертям лицом к палке.</p> <p>Подготовка к фестивалю «Оскол-данс»,г. Старый Оскол.</p> |  |            |   |           |
| 28 | 27.11<br>17 | Классический танец. | <p>Изучить новые элементы по теме : «Классический танец».</p> | <p>1.Обучающие: *выучить технику выполнения новых элементов классического танца; *повторять технику выполнения изученных элементов;</p> <p>2.Развивающие: *развивать силу ног, растянутость мышц, выворотность; *согласовывать движения классического экзерсиса, выполняемые у станка с музыкой.</p> <p>3.Воспитательные: *воспитывать в детях спортивный дух и стремление стать первым.</p> | <p>Объяснение теоретического материала по данной теме. Battements-jete, rond de jamb par terre</p> | <p>10</p>  | <p>Партерный тренаж. Работа над выворотностью ног, большие батманы и battements-tendus из положения сидя, лежа на спине, боку, на животе, заноски, махи из положения «березка». Элементы растяжки из йоги. Основные элементы : отработка простых элементов и элементов повышенной сложности.</p> <p>Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.</p> <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Оработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.</p> <p>Battements-jete,лицом к станку через батман тандю,</p> | <p>115</p> | <p>Беседа: «Бережное отношение к братьям нашим меньшим»</p> | <p>10</p> |

|                |             |                                     |   |  |   |    |  |     |  |  |
|----------------|-------------|-------------------------------------|---|--|---|----|--|-----|--|--|
|                |             |                                     |   |  |   |    | rond de jamb par terre по четвертям лицом к палке.   |     |  |  |
| 29             | 30.11<br>17 | Классический танец.                 | Изучить новые элементы по теме : «Классический танец».                  | 1.Обучающие:<br>*выучить технику выполнения новых элементов классического танца;<br>*повторять технику выполнения изученных элементов;<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, растянутость мышц, выворотность;<br>*согласовывать движения классического экзерсиса, выполняемые у станка с музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в детях спортивный дух и стремление стать первым. | Объяснение теоретического материала по данной теме.<br>Battments-jete, rond de jamb par terre | 10 | Партерный тренаж. Работа над выворотностью ног, большие батманы и battmants-tendus из положения сидя, лежа на спине, боку, на животе, заноски, махи из положения «березка». Элементы растяжки из йоги. Основные элементы : отработка простых элементов и элементов повышенной сложности. Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций. Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение. Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb par terre по четвертям лицом к палке. | 125 |  |  |
| <b>ДЕКАБРЬ</b> |             |                                     |   |  |   |    |  |     |  |  |
| 30             | 01.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | 1.Обучающие:<br>*научить техники выполнения прыжков на двух ногах на середине зала;<br>*научить новым упражнениям на устойчивость.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу, выносливость, прыг  | Техника прыжков на середине зала. Повторение:точк и класса.                                   | 10 | Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку мышц ног на ковриках Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок». Растяжка с помощью других воспитанников по трое.  | 125 |  |  |

|    |             |                                     |   |   |   |    |  |     |  |    |
|----|-------------|-------------------------------------|---|---|---|----|--|-----|--|----|
|    |             |                                     |   | <p>учесть, устойчивочсть.<br/>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать упорство и терпение и внимания во время выполнение комплекса прыжков.</p>  |   |    | <p>Движения подиагонали в парах:основные шаги и их комбинации. Выполнение упражнений в быстром темпе.<br/>Прыжки и повороты на середине зала.Упражнения на устойчивость: удержат равновсие в подъеме на полупальцах по 6 позиции, на одной ноге и с подниманием ноги на passe.<br/>Прыжки соте по 6 позиции по точкам класса, с поджатыми, в группировку, в «лягушечку», «ножницы».</p>  |     |  |    |
| 31 | 04.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | <p>1.Обучающие:<br/>*научить техники выполнения прыжков на двух ногах на середине зала;<br/>*научить новым упражнениям на устойчивость.<br/>2.Развивающие:<br/>*развивать силу, выносливость,прыг учесть, устойчивочсть.<br/>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать упорство и терпение и внимания во время выполнение комплекса прыжков.</p> | Техника прыжков на середине зала. Повторение:точк и класса. | 10 | <p>Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку мышц ног на ковриках Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок».<br/>Растяжка с помощьюдругих воспитанников по трое.<br/>Движения подиагонали в парах:основные шаги и их комбинации. Выполнение упражнений в быстром темпе.<br/>Прыжки и повороты на середине зала.Упражнения на устойчивость: удержат равновсие в подъеме на полупальцах по 6 позиции, на одной ноге и с подниманием ноги на passe.<br/>Прыжки соте по 6 позиции по точкам класса, с поджатыми, в группировку, в «лягушечку», «ножницы».</p> | 115 | Беседа: «Дом ,в котором мы живем. Экология-главный вопрос» | 10 |
|    | 07.12<br>17 | Прыжки и повороты                   | Изучить основные  | 1.Обучающие:<br>*научить техники  | Техника прыжков на  | 10 | Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость,   | 125 |  |    |



|    |             |                                     |   |  |  |    |  |     |   |    |
|----|-------------|-------------------------------------|---|--|--|----|--|-----|---|----|
| 32 | .           | на середине зала.                   | элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала»                  | выполнения прыжков на двух ногах на середине зала;<br>*научить новым упражнениям на устойчивость.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу, выносливость, прыгучесть, устойчивость.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать упорство и терпение и внимания во время выполнение комплекса прыжков.               | середине зала.<br>Повторение:точк и класса.                    |    | выворотность, подкачку мышц ног на ковриках<br>Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок».<br>Растяжка с помощью других воспитанников по трое.<br>Движения поддиагонали в парах:основные шаги и их комбинации. Выполнение упражнений в быстром темпе.<br>Прыжки и повороты на середине зала.Упражнения на устойчивость: удержать равновсие в подьеме на полупальцах по 6 позиции, на одной ноге и с подниманием ноги на passe.<br>Прыжки соте по 6 позиции по точкам класса, с поджатыми, в группировку, в «лягушечку», «ножницы». |     |   |    |
| 33 | 08.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | 1.Обучающие:<br>*научить техники выполнения прыжков на двух ногах на середине зала;<br>*научить новым упражнениям на устойчивость.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу, выносливость, прыгучесть, устойчивость.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать упорство и терпение и внимания во время выполнение | Техника прыжков на середине зала.<br>Повторение:точк и класса. | 10 | Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку мышц ног на ковриках<br>Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок».<br>Растяжка с помощью других воспитанников по трое.<br>Движения поддиагонали в парах:основные шаги и их комбинации. Выполнение упражнений в быстром темпе.<br>Прыжки и повороты на середине зала.Упражнения на устойчивость: удержать  | 105 | Посещение музея ДДТ «Городской» им. С.А.Шмакова | 20 |

|    |             |                                     |   |  |   |    |  |     |  |  |
|----|-------------|-------------------------------------|---|--|---|----|--|-----|--|--|
|    |             |                                     |   | комплекса прыжков.   |   |    | равновсие в подъеме на полупальцах по 6 позиции, на одной ноге и с подниманием ноги на passe. Прыжки соте по 6 позиции по точкам класса, с поджатыми, в группировку, в «лягушечку», «ножницы».   |     |  |  |
| 34 | 11.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | 1.Обучающие:<br>*научить техники выполнения прыжков на двух ногах на середине зала;<br>*научить поворотам по 6 позиции на середине зала и с подниманием ноги на пасе..<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу, выносливость,прыг учесть, устойчивочсть.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать упорство и терпение и внимания во время выполнение комплекса прыжков. | Правила выполнения прыжков в шпагат и техники поворотов на середине зала. | 10 | Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку мышц ног на ковриках Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок». Растяжка с помощью других воспитанников по трое. Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты; на мате «белочка» и « пережат». Прыжки и повороты на середине зала: отработка прыжков с двух ног на две по точкам класса, упражнения на устойчивость. Изучение прыжков с двух ног на две в продольные шпагаты и в поперечный «щучка». Повороты по 6 позиции через подготовку в несколько туров, с подниманием ноги на пасе коленом вперед через подготовку. | 125 |  |  |
| 35 | 11.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине       | Изучить основные элементы по  | 1.Обучающие:<br>*научить техники выполнения  | Правила выполнения прыжков в  | 10 | Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку  | 125 |  |  |

|    |             |                                     |   |  |   |    |   |     |  |  |
|----|-------------|-------------------------------------|---|--|---|----|---|-----|--|--|
|    |             | зала.                               | теме: «Прыжки и повороты на середине зала»                              | прыжков на двух ногах на середине зала;<br>*научить поворотам по 6 позиции на середине зала и с подниманием ноги на пасе..<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу, выносливость, прыгучесть, устойчивочсть.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать упорство и терпение и внимания во время выполнение комплекса прыжков. | шпагат и техники поворотов на середине зала.                              |    | мышц ног на ковриках<br>Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок».<br>Растяжка с помощью других воспитанников по трое.<br>Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты; на мате «белочка» и «перекат».<br>Прыжки и повороты на середине зала: отработка прыжков с двух ног на две по точкам класса, упражнения на устойчивость.<br>Изучение прыжков с двух ног на две в продольные шпагаты и в поперечный «щучка».<br>Повороты по 6 позиции через подготовку в несколько туров, с подниманием ноги на пасе коленом вперед через подготовку. |     |  |  |
| 36 | 14.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | 1.Обучающие:<br>*научить техники выполнения прыжков на двух ногах на середине зала;<br>*научить поворотам по 6 позиции на середине зала и с подниманием ноги на пасе..<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу,   | Правила выполнения прыжков в шпагат и техники поворотов на середине зала. | 10 | Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку мышц ног на ковриках<br>Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок».<br>Растяжка с помощью других воспитанников по трое.<br>Основные элементы  | 125 |  |  |

|    |             |                                     |  |   |  |    |   |     |  |  |
|----|-------------|-------------------------------------|--|---|--|----|---|-----|--|--|
|    |             |                                     |  | <p>выносливость, прыгучесть, устойчивость.</p> <p>3. Воспитательные:<br/>*воспитывать упорство и терпение и внимания во время выполнения комплекса прыжков.</p>   |  |    | <p>гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты; на мате «белочка» и «перекат».</p> <p>Прыжки и повороты на середине зала: отработка прыжков с двух ног на две по точкам класса, упражнения на устойчивость.</p> <p>Изучение прыжков с двух ног на две в продольные шпагаты и в поперечный «щучка».</p> <p>Повороты по 6 позиции через подготовку в несколько туров, с подниманием ноги на паса коленом вперед через подготовку.</p>   |     |  |  |
| 37 | 15.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | <p>Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала»</p> | <p>1. Обучающие:<br/>*научить техники выполнения прыжков на двух ногах на середине зала;<br/>*научить поворотам по 6 позиции на середине зала и с подниманием ноги на паса..</p> <p>2. Развивающие:<br/>*развивать силу, выносливость, прыгучесть, устойчивость.</p> <p>3. Воспитательные:<br/>*воспитывать упорство и терпение и внимания во время выполнения комплекса прыжков.</p> | <p>Правила выполнения прыжков в шпагат и техники поворотов на середине зала.</p> | 10 | <p>Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку мышц ног на ковриках</p> <p>Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок».</p> <p>Растяжка с помощью других воспитанников по трое.</p> <p>Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты; на мате «белочка» и «перекат».</p> <p>Прыжки и повороты на середине зала: отработка прыжков с двух ног на две по точкам класса, упражнения на устойчивость.</p> <p>Изучение прыжков с двух</p> | 125 |  |  |

|    |             |                                     |   |   |   |    |  |  |  |  |
|----|-------------|-------------------------------------|---|---|---|----|--|--|--|--|
|    |             |                                     |   |   |   |    | ног на две в продольные шпагаты и в поперечный «щучка».<br>Повороты по 6 позиции через подготовку в несколько туров, с подниманием ноги на пасе коленом вперед через подготовку.   |  |  |  |
| 38 | 18.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | 1.Обучающие:<br>*научить техники выполнения прыжка на 360 с подниманием ноги в воздухе на пасе;<br>*выучить технику выполнения джазового поворота.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу, выносливость, прыгучесть, устойчивость.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать сознательное отношение у выполняемым элементам. | Техника выполнения прыжка на 360 с подниманием ноги на пасе в воздухе и приземлением в 4 позицию.<br>Техника выполнения джазового поворота. | 15 | Разминка на середине зала и на коврике. Grand-battements и battements-tendus из положения сидя, лежа на спине, животе, на боку, в упоре на руки и на ноги. Силовой комплекс, растяжка.<br>Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям; demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра. Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.<br>Battements-jete, лицом к станку через батман тандю, rond de jamb par terre по четвертям лицом к палке.<br>Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасе и приземлением в 4 позицию- разобрать поэтапно, соединить в элемент.<br>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур |  |  |  |

|    |             |                                     |   |   |   |    |   |  |  |  |
|----|-------------|-------------------------------------|---|---|---|----|---|--|--|--|
|    |             |                                     |   |   |   |    | на прямой ноге и в плие.  |  |  |  |
| 39 | 21.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | 1.Обучающие:<br>*научить техники выполнения прыжка на 360 с подниманием ноги в воздухе на пасе;<br>*выучить технику выполнения джазового поворота.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу, выносливость, прыгучесть, устойчивость.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать сознательное отношение у выполняемым элементам. | Техника авполнения прыжка на 360 с подниманием ноги на пасе в воздухе и приземлением в 4 позицию.<br>Техника выполнения джазового поворота. | 15 | Разминка на середине зала и на коврикe. Grand-battements и battements-tendus из положения сидя, лежа на спине , животе, набоку, в упоре на руки и на ноги. Силовой комплекс, растяжка.<br>Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям; demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.<br>Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb part terre по четвертям лицом к палке.<br>Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасе и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.<br>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие. |  |  |  |
| 40 | 22.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | 1.Обучающие:<br>*научить техники выполнения прыжка на 360 с подниманием ноги в воздухе на пасе;   | Техника авполнения прыжка на 360 с подниманием ноги на пасе в воздухе и   | 15 | Разминка на середине зала и на коврикe. Grand-battements и battements-tendus из положения сидя, лежа на спине , животе, набоку, в упоре на  |  |  |  |

|    |             |                                     |   |  |   |    |   |     |   |    |
|----|-------------|-------------------------------------|---|--|---|----|---|-----|---|----|
|    |             |                                     |   | <p>*выучить технику выполнения джазового поворота.<br/>2.Развивающие:<br/>*развивать силу, выносливость, прыгучесть, устойчивочсть.<br/>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать сознательное отношение у выполняемым элементам.</p> | <p>приземлением в 4 позицию.<br/>Техника выполнения джазового поворота.</p>   |    | <p>руки и на ноги. Силовой комплекс, растяжка.<br/>Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям; demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.<br/>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.<br/>Battements-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb part terre по четвертям лицом к палке.<br/>Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасе и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.<br/>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие.</p> |     |   |    |
| 41 | 25.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | <p>1.Обучающие:<br/>*научить техники выполнения прыжка на 360 с подниманием ноги в воздухе на пасе;<br/>*выучить технику выполнения джазового поворота.<br/>2.Развивающие:<br/>*развивать силу, выносливость, прыгучесть,</p>  | <p>Техника авполнения прыжка на 360 с подниманием ноги на пасе в воздухе и приземлением в 4 позицию.<br/>Техника выполнения джазового поворота.</p> | 15 | <p>Разминка на середине зала и на коврикe. Grand-battements и battements-tendus из положения сидя,лежа на спине , животе, набоку, в упоре на руки и на ноги. Силовой комплекс, растяжка.<br/>Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям; demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.</p>  | 105 | Участие по сбору помощи приюту для бездомных животных «Территория спасения» | 15 |

|    |             |                                     |  |   |   |   |  |     |   |    |
|----|-------------|-------------------------------------|--|---|---|---|--|-----|---|----|
|    |             |                                     |  | <p>устойчивость.<br/>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать сознательное отношение у выполняемым элементам.</p>   |   | <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Оработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.<br/>Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb part terre по четвертям лицом к палке.<br/>Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасе и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.<br/>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие.</p> |  |     |   |    |
| 42 | 28.12<br>17 | Прыжки и повороты на середине зала. | <p>Изучить основные элементы по теме: «Прыжки и повороты на середине зала»</p> | <p>1.Обучающие:<br/>*научить техники выполнения прыжка на 360 с подниманием ноги в воздухе на пасе;<br/>*выучить технику выполнения джазового поворота.<br/>2.Развивающие:<br/>*развивать силу, выносливость,прыгучесть, устойчивость.<br/>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать сознательное отношение у выполняемым элементам.</p> | <p>Техника выполнения прыжка на 360 с подниманием ноги на пасе в воздухе и приземлением в 4 позицию.<br/>Техника выполнения джазового поворота.</p> | 15  | <p>Разминка на середине зала и на коврике. Grand-battements и battements-tendus из положения сидя,лежа на спине , животе, набоку, в упоре на руки и на ноги. Силовой комплекс, растяжка.<br/>Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям; demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.<br/>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Оработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.<br/>Battments-jete,лицом к станку через батман тандю,</p> | 105 | <p>Участие в акции по сбору подарков на «Пост №1»</p> | 15 |



|               |             |  |  |  |  |    |  |     |                               |    |
|---------------|-------------|--|--|--|--|----|--|-----|-------------------------------|----|
|               |             |  |  |  |  |    | rond de jamb part terre по четвертям лицом к палке. Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию- разобрать поэтапно, соединить в элемент. Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие. |     |                               |    |
| 43            | 29.12<br>17 | Промежуточный мониторинг по теме: «Прыжки и повороты на середине зала» | Проверить ЗУН по теме: «Прыжки и повороты на середине зала»  | 1.Обучающие:<br>*проверить знание техники выполнения прыжков и поворотов на середине зала.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу, выносливость, прыгучесть, устойчивоcть, равновесие.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать взаимоподдержку и взаимовыручку. | Контрольный опрос по пройденному теоретическому материалу. | 20 | Промежуточный мониторинг по теме: «Прыжки и повороты на середине зала»<br>Проверка ЗУН, усвоенных на занятиях.   | 60  | Изготовление креативной елки. | 55 |
| <b>ЯНВАРЬ</b> |             |  |  |  |  |    |  |     |                               |    |
| 44            | 08.01<br>18 | Работа по группам.   | Повторение и отработка прыжков с двух ног на две и с двух ног на одну с музыкальным сопровождением | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения прыжков;<br>*закрепить основные умения, навыки выполнения прыжков.<br>2.Развивающие:   | Повторение техники выполнения изученных прыжков.           | 10 | Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выносливость, силовой комплекс. Растяжка с вохвышенности. Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.  | 110 | Повторный инструктаж по ТБ    | 15 |

|    |             |                                |   |   |  |    |   |     |                             |    |
|----|-------------|--------------------------------|---|---|--|----|---|-----|-----------------------------|----|
|    |             |                                |   | <p>*развивать выносливость, прыгучесть, силу ног;</p> <p>*развивать и укреплять позвоночник во время прыжков.</p> <p>3.Воспитательные:</p> <p>*воспитывать умение концентрироваться на исполнение определенного прыжка.</p>   |  |    | <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.</p> <p>Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb par terre .</p> <p>Работа по группам: закрепление навыков исполнения изученных элементов: прыжки, разножки, махи.</p>   |     |                             |    |
| 45 |             | Работа по группам.<br>11.02.18 | <p>Повторение и отработка прыжков с двух ног на две и с двух ног на одну с музыкальным сопровождением</p> | <p>1.Обучающие:</p> <p>*повторить технику выполнения прыжков;</p> <p>*закрепить основные умения, навыки выполнения прыжков.</p> <p>2.Развивающие:</p> <p>*развивать выносливость, прыгучесть, силу ног;</p> <p>*развивать и укреплять позвоночник во время прыжков.</p> <p>3.Воспитательные:</p> <p>*воспитывать умение концентрироваться на исполнение определенного прыжка.</p> | Повторение техники выполнения изученных прыжков. | 10 | <p>Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выносливость, силовой комплекс. Растяжка с вохвышенности.</p> <p>Классический танец: releve по 6,1,2,5 позициям; demi-plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements- tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.</p> <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.</p> <p>Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb par terre .</p> <p>Работа по группам: закрепление навыков исполнения изученных элементов: прыжки, разножки, махи.</p> | 115 | Беседа:<br>«Помни о других» | 10 |
| 46 | 12.01<br>18 | Работа по группам.             | Создать условия для изучения новых элементов по теме: «Работа по  | <p>1.Обучающие:</p> <p>*выучить технику выполнения прыжка «кабриоль» назад.</p>   | Техника выполнения прыжка «кабриоль» назад.      | 10 | <p>Разминка на середине зала: поэтапный разогрев всех мышц тела, подготовка к назружкам. Подкачка мышц нижнего и верхнего пресса</p>  |     |                             |    |

|    |             |                    |   |   |   |    |   |     |                              |    |
|----|-------------|--------------------|---|---|---|----|---|-----|------------------------------|----|
|    |             |                    | группам»  | 2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, прыгучесть;<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать понятие выносливости.   |   |    | и спины по парам, с упражнением на гибкость спины. Растяжка с воспитанниками по трое. Движения по диагонали в парах: простые шаги, отработка четкости в выполнении элементов под быструю музыку. Исполнение комбинаций из выученных движений. Работа по группам: закрепление изученных ЗУН под музыкальное сопровождение. Разбор техники выполнения прыжкового элемента «кабриоль» назад.   | 125 |                              |    |
| 47 | 15.01<br>18 | Работа по группам. | Создать условия для изучения новых элементов по теме: «Работа по группам» | 1.Обучающие:<br>*выучить технику выполнения прыжка «кабриоль» назад.<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, прыгучесть;<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать понятие выносливости. | Техника выполнения прыжка «кабриоль» назад.Техника выполнения | 10 | Разминка на середине зала: поэтапный разогрев всех мышц тела, подготовка к назружкам. Подкачка мышц нижнего и верхнего пресса и спины по парам, с упражнением на гибкость спины. Растяжка с воспитанниками по трое. Движения по диагонали в парах: простые шаги, отработка четкости в выполнении элементов под быструю музыку. Исполнение комбинаций из выученных движений. Работа по группам: закрепление изученных ЗУН под музыкальное сопровождение. Разбор техники выполнения прыжкового элемента «кабриоль» назад. | 125 |                              |    |
| 48 | 18.01<br>18 | Работа по группам. | Создать условия для изучения новых элементов по теме: «Работа по группам» | 1.Обучающие:<br>*выучить технику выполнения всех прыжков с руками .   | Техника выполнения основных элементов с руками.               | 10 | Партерный тренаж: махи из разных положений, силовой комплекс с «заносками», растяжка по системе йогов. Основные элементы  | 115 | Беседа: «ЗОЖ-что это такое?» | 10 |

|    |             |                    |   |   |   |    |  |     |  |  |
|----|-------------|--------------------|---|---|---|----|--|-----|--|--|
|    |             |                    |   | <p>*изучить положение рук при выполнении каждого элемента темы «Работа по группам».</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу ног, прыгучесть;<br/>* развивать умение согласовывать исполняемые элементы под музыку.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать взаимовыручку на занятии.</p>  |   |    | <p>гимнастики. Повторение движений в группах по трое и индивидуально на мате: кувьрки, мост из положения стоя, Стойка в мост, перевороты вперед-назад, «белочка», «перекаты», «крокодильчик», «паучок», колеса на руках и локтях .Работа по группам: закрепление изученных ЗУН под музыкальное сопровождение. Разбор техники выполнения прыжкового элемента «кабриоль» назад. Выучить положение рук при выполнении всех движений «Работы по группам».</p>  | 125 |  |  |
| 49 | 19.01<br>18 | Работа по группам. | Создать условия для изучения новых элементов по теме: «Работа по группам» | <p>1.Обучающие:<br/>*выучить технику выполнения всех прыжков с руками .<br/>*изучить положение рук при выполнении каждого элемента темы «Работа по группам».</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу ног, прыгучесть;<br/>* развивать умение согласовывать исполняемые элементы под музыку.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать взаимовыручку на занятии.</p> | Техника выполнения основных элементов с руками. | 10 | <p>Партерный тренаж: махи из разных положений, силовой комплекс с «заносками», растяжка по системе йогов. Основные элементы гимнастики. Повторение движений в группах по трое и индивидуально на мате: кувьрки, мост из положения стоя, Стойка в мост, перевороты вперед-назад, «белочка», «перекаты», «крокодильчик», «паучок», колеса на руках и локтях .Работа по группам: закрепление изученных ЗУН под музыкальное сопровождение. Разбор техники выполнения прыжкового элемента «кабриоль» назад. Выучить положение рук при выполнении всех движений «Работы по</p> | 125 |  |  |

|    |             |                    |   |  |   |           |  |     |  |    |
|----|-------------|--------------------|---|--|---|-----------|--|-----|--|----|
|    |             |                    |   |  |   | группам». |  |     |  |    |
| 50 | 22.01<br>18 | Работа по группам. | Создать условия для изучения новых элементов по теме: «Работа по группам» | 1.Обучающие:<br>*выучить технику выполнения sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.<br>*изучить положение рук при выполнении каждого элемента темы «Работа по группам».<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, прыгучесть;<br>* развивать умение согласовывать исполняемые элементы под музыку.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать взаимовыручку на занятии. | Техника выполнения прыжков sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат. | 10        | Разминка, Рачтяжка, ОФП. Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию- разобрать поэтапно, соединить в элемент. Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие. Работа по группам: махи вперед. Назад. В сторону, комбинации; прыжки с двух ног на две, с одной ноги на одну, с двух ног на одну; разножки в шпагат. Разбор техники выполнения прыжков : sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат. Исполнение элементов под музыку. Подготовка к конкурсу «Сделано в России», г. Воронеж. | 125 |  |    |
| 51 | 25.01<br>18 | Работа по группам. | Создать условия для изучения новых элементов по теме: «Работа по группам» | 1.Обучающие:<br>*выучить технику выполнения sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.<br>*изучить положение рук при выполнении  | Техника выполнения прыжков sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат. | 10        | Разминка, Рачтяжка, ОФП. Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию- разобрать поэтапно, соединить в элемент. Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие.  | 115 | Беседа: «Как избежать травматизма зимой» | 10 |

|    |             |                    |   |  |  |    |  |  |  |  |
|----|-------------|--------------------|---|--|--|----|--|--|--|--|
|    |             |                    |   | каждого элемента темы «Работа по группам».<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, прыгучесть;<br>* развивать умение согласовывать исполняемые элементы под музыку.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать взаимовыручку на занятии.   |  |    | Работа по группам: махи вперед. Назад. В сторону, комбинации; прыжки с двух ног на две, с одной ноги на одну, с двух ног на одну; разножки в шпагат.<br>Разбор техники выполнения прыжков :sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.<br>Исполнение элементов под музыку.<br>Подготовка к конкурсу «Сделано в России», г.Воронеж.  |  |  |  |
| 52 | 26.01<br>18 | Работа по группам. | Создать условия для изучения новых элементов по теме: «Работа по группам» | 1.Обучающие:<br>*выучить технику выполнения sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.<br>*изучить положение рук при выполнении каждого элемента темы «Работа по группам».<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, прыгучесть;<br>* развивать умение согласовывать исполняемые элементы под музыку.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать взаимовыручку на занятии. | Техника выполнения прыжковsissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат. | 10 | Разминка,Рачтяжка,ОФП.<br>Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.<br>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие.<br>Работа по группам: махи вперед. Назад. В сторону, комбинации; прыжки с двух ног на две, с одной ноги на одну, с двух ног на одну; разножки в шпагат.<br>Разбор техники выполнения прыжков :sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.<br>Исполнение элементов под музыку.<br>Подготовка к конкурсу |  |  |  |

|                |             |                                    |  |  |  |    |   |     |  |  |
|----------------|-------------|------------------------------------|--|--|--|----|---|-----|--|--|
|                |             |                                    |  |  |  |    | «Сделано в России»,<br>г.Воронеж.   |     |  |  |
| 53             | 29.01<br>18 | Промежуто<br>чный<br>мониторинг    | Создать условия<br>для проверки<br>ЗУН по теме:<br>«Работа по<br>группам»                                    | 1.Обучающие:<br>*проверить знание<br>техники<br>выполнения всех<br>элементов по теме<br>: «Работа по<br>группам»<br>*проверить знание<br>положения рук при<br>выполнении<br>каждого элемента<br>темы «Работа по<br>группам».<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу<br>ног, прыгучесть;<br>* развивать умение<br>согласовывать<br>исполняемые<br>элементы под<br>музыку.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать<br>понятие<br>дисциплины на<br>занятиях. | Контрольный<br>опрос теории по<br>теме: «Работа по<br>группам»<br>Техника<br>выполнения всех<br>основных<br>элементов,<br>положение рук<br>при исполнении<br>движений. | 20 | Промежуточный<br>мониторинг по теме:<br>«Работа по группам»,<br>итоговое тестирование,<br>проверка ЗУН.<br>Подготовка к конкурсу<br>«Сделано в<br>России»,г.Воронеж.  | 115 |  |  |
| <b>ФЕВРАЛЬ</b> |             |                                    |  |  |  |    |   |     |  |  |
| 54             | 01.02<br>18 | Основные<br>элементы<br>гимнастики | Создание<br>условий для<br>закрепления<br>изученных ранее<br>знаний, умений,<br>навыков и<br>изучения новых. | 1.Обучающие:<br>*научить<br>соединять<br>элементы в<br>комбинации;<br>*ознакомить с<br>техникой<br>выполнения<br>переворота вперед<br>через одну с<br>приземлением на<br>пол и «слэйп» .<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу<br>ног, корпуса,<br>гибкость.  | Объяснение<br>техники<br>выполнения<br>переворота<br>вперед на одной<br>руке с<br>приземлением на<br>пол и элемента<br>«слэйп»..                                       | 10 | Тренаж на середине зала:<br>упражнения на гибкость,<br>выворотность, подкачку<br>мышц ног на ковриках<br>Силовые упражнения на<br>подкачку мышц спины по<br>двое и работа над<br>гибкостью плеч, верхнего и<br>нижнего пресса с помощью<br>«заносок».<br>Растяжка с помощью<br>других воспитанников по<br>трое.<br>Основные элементы<br>гимнастики: кувырки,<br>стойка и стойка в мост, | 125 |  |  |

|    |             |                                |  |  |  |    |  |     |  |    |
|----|-------------|--------------------------------|--|--|--|----|--|-----|--|----|
|    |             |                                |  | 3.Воспитательные:<br>*воспитывать силу воли.   |  |    | перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и « перекат»..<br>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок». Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением на пол, «слэйп » с правой и левой руки.<br>Подготовка к конкурсу «Гала-мастер», г.Орел.  |     |  |    |
| 55 | 02.02<br>18 | Основные элементы гимнастики . | Создание условий для закрепления изученных ранее знаний, умений, навыков и изучения новых. | 1.Обучающие:<br>*научить соединять элементы в комбинации;<br>*ознакомить с техникой выполнения переворота вперед через одну с приземлением на пол и «слэйп» .<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу ног, корпуса, гибкость.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать силу воли. | Объяснение техники выполнения переворота вперед на одной руке с приземлением на пол и элемента «слэйп».. | 10 | Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку мышц ног на ковриках Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок». Растяжка с помощью других воспитанников по трое.<br>Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и « перекат»..<br>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок». Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением на пол, «слэйп » с правой и левой руки.<br>Подготовка к конкурсу | 115 | Беседа:<br>«Самоконтроль и требование к себе.» | 10 |



|    |              |   |  |  |  |    |  |     |  |  |
|----|--------------|---|--|--|--|----|--|-----|--|--|
|    |              |   |  |  |  |    | «Гала-мастер», г.Орел.   |     |  |  |
| 56 | 01.05<br>.18 | Основные<br>элементы<br>гимнастики<br>. | Создание<br>условий для<br>закрепления<br>изученных ранее<br>знаний, умений,<br>навыков и<br>изучения новых. | 1.Обучающие:<br>*научить<br>соединять<br>элементы в<br>комбинации;<br>*ознакомить с<br>техникой<br>выполнения<br>переворота вперед<br>через одну с<br>приземлением на<br>пол и «слэйп» .<br>2.Развивающие:<br>*развивать силу<br>ног, корпуса,<br>гибкость.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать силу<br>воли. | Объяснение<br>техники<br>выполнения<br>переворота<br>вперед на одной<br>руке с<br>приземлением на<br>пол и элемента<br>«слэйп».. | 10 | Тренаж на середине зала:<br>упражнения на гибкость,<br>выворотность, подкачку<br>мышц ног на ковриках<br>Силовые упражнения на<br>подкачку мышц спины по<br>двое и работа над<br>гибкостью плеч, верхнего и<br>нижнего пресса с помощью<br>«заносок».<br>Растяжка с помощью<br>других воспитанников по<br>трое.<br>Основные элементы<br>гимнастики: кувырки,<br>стойка и стойка в мост,<br>перевороты, колеса на руках<br>и локтях; на мате «белочка»<br>и « пережат»..<br>Гимнастические<br>упражнения на<br>выносливость:<br>«крокодильчик», «паучок».<br>Разобрать технику<br>выполнения новых<br>элементов: переворот на<br>одной руке с приземлением<br>на пол, «слэйп » с правой и<br>левой руки.<br>Подготовка к конкурсу<br>«Гала-мастер», г.Орел. | 125 |  |  |
| 57 | 08.02<br>18  | Основные<br>элементы<br>гимнастики<br>. | Создание<br>условий для<br>закрепления<br>изученных ранее<br>знаний, умений,<br>навыков и<br>изучения новых. | 1.Обучающие:<br>*научить<br>соединять<br>элементы в<br>комбинации;<br>*ознакомить с<br>техникой<br>выполнения<br>переворота вперед<br>через одну с<br>приземлением на<br>пол и «слэйп» .   | Объяснение<br>техники<br>выполнения<br>переворота<br>вперед на одной<br>руке с<br>приземлением на<br>пол и элемента<br>«слэйп».. | 10 | Тренаж на середине зала:<br>упражнения на гибкость,<br>выворотность, подкачку<br>мышц ног на ковриках<br>Силовые упражнения на<br>подкачку мышц спины по<br>двое и работа над<br>гибкостью плеч, верхнего и<br>нижнего пресса с помощью<br>«заносок».<br>Растяжка с помощью<br>других воспитанников по   | 135 |  |  |

|    |             |                                |   |   |   |    |  |     |  |  |
|----|-------------|--------------------------------|---|---|---|----|--|-----|--|--|
|    |             |                                |   | <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу ног, корпуса, гибкость.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать силу воли.</p>  |   |    | <p>трое.</p> <p>Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и «перекат»..</p> <p>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок».</p> <p>Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением на пол, «слэйп » с правой и левой руки.</p> <p>Подготовка к конкурсу «Гала-мастер», г.Орел.</p>   |     |  |  |
| 58 | 09.02<br>18 | Основные элементы гимнастики . | <p>Создание условий для закрепления изученных ранее знаний, умений, навыков и изучения новых.</p> | <p>1.Обучающие:<br/>*научить соединять элементы в комбинации;<br/>*ознакомить с техникой выполнения переворота вперед через одну с приземлением на пол и «слэйп» .</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать силу ног, корпуса, гибкость.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать силу воли.</p> | <p>Объяснение техники выполнения переворота вперед на одной руке с приземлением на пол и элемента «слэйп»..</p> | 10 | <p>Тренаж на середине зала: упражнения на гибкость, выворотность, подкачку мышц ног на ковриках</p> <p>Силовые упражнения на подкачку мышц спины по двое и работа над гибкостью плеч, верхнего и нижнего пресса с помощью «заносок».</p> <p>Растяжка с помощью других воспитанников по трое.</p> <p>Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и «перекат»..</p> <p>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок».</p> <p>Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением</p> | 135 |  |  |

|    |             |                                |   |  |   |    |  |     |                                   |    |
|----|-------------|--------------------------------|---|--|---|----|--|-----|-----------------------------------|----|
|    |             |                                |   |  |   |    | на пол, «слэйп» с правой и левой руки.<br>Подготовка к конкурсу «Гала-мастер», г.Орел.   |     |                                   |    |
| 59 | 12.02<br>18 | Движения по диагонали в парах. | Повторение пройденного материала по данной теме. Соединение элементов в комбинации с поддержками и трюками. | 1.Обучающие:<br>*повторить и закрепить технологию выполнения основных шагов и изученных комбинаций;<br>*научиться соединять элементы в комбинации;<br>* техника выполнения поддержек и трюков.<br>2.Развивающие:<br>*развивать четкость, выворотность, координацию, умение группироваться<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать внимательность и ответственность. | Повторить технику выполнения шагов.<br>Техника выполнения поддержек и трюковых элементов в парах. | 10 | Разминка на середине зала, Тренаж на ковриках: grand-battments в разных положениях, силовой комплекс, упражнения на гибкость, растяжка<br>Основные элементы гимнастики: закрепление выученного материала по группам, на мате индивидуально.<br>Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку.<br>Изучение трюковых элементов и поддержек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддержки.<br>Создание комбинаций с использованием трюков и поддержек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку. | 115 | Беседа: «Каким должен быть друг.» | 10 |
| 60 | 15.02<br>18 | Движения по диагонали в парах. | Повторение пройденного материала по данной теме. Соединение элементов в комбинации с поддержками и трюками. | 1.Обучающие:<br>*повторить и закрепить технологию выполнения основных шагов и изученных комбинаций;<br>*научиться соединять элементы в комбинации;   | Повторить технику выполнения шагов.<br>Техника  | 10 | Разминка на середине зала, Тренаж на ковриках: grand-battments в разных положениях, силовой комплекс, упражнения на гибкость, растяжка<br>Основные элементы гимнастики: закрепление выученного материала по группам, на мате индивидуально.<br>Движения по диагонали в   | 115 |                                   |    |

|    |             |                                |   |  |  |    |  |     |  |  |
|----|-------------|--------------------------------|---|--|--|----|--|-----|--|--|
|    |             |                                |   | <p>* техника выполнения поддережек и трюков.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать четкость, выворотность, координацию, умение группироваться</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать внимательность и ответственность.</p>   | <p>выполнения поддережек и трюковых элементов в парах.</p>   |    | <p>парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку. Изучение трюковых элементов и поддережек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддережки. Создание комбинаций с использованием трюков и поддережек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку.</p>  |     |  |  |
| 61 | 16.02<br>18 | Движения по диагонали в парах. | <p>Повторение пройденного материала по данной теме. Соединение элементов в комбинации с поддережками и трюками.</p> | <p>1.Обучающие:<br/>*повторить и закрепить технологию выполнения основных шагов и изученных комбинаций;<br/>*научиться соединять элементы в комбинации;</p> <p>* техника выполнения поддережек и трюков.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать четкость, выворотность, координацию, умение группироваться</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать внимательность и ответственность.</p> | <p>Повторить технику выполнения шагов. Техника выполнения поддережек и трюковых элементов в парах.</p> | 10 | <p>Разминка на середине зала, Тренаж на ковриках: grand-battments в разных положениях, силовой комплекс, упражнения на гибкость, растяжка</p> <p>Основные элементы гимнастики: закрепление выученного материала по группам, на мате индивидуально.</p> <p>Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку. Изучение трюковых элементов и поддережек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддережки. Создание комбинаций с использованием трюков и поддережек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку.</p> | 115 |  |  |

|    |             |                                |   |   |   |    |   |     |                                    |    |
|----|-------------|--------------------------------|---|---|---|----|---|-----|------------------------------------|----|
| 62 | 19.02<br>18 | Движения по диагонали в парах. | Повторение пройденного материала по данной теме. Соединение элементов в комбинации с поддержками и трюками. | 1.Обучающие:<br>*повторить и закрепить технологию выполнения основных шагов и изученных комбинаций;<br>*научиться соединять элементы в комбинации;<br>* техника выполнения поддежек и трюков.<br>2.Развивающие:<br>*развивать четкость, выворотность, координацию, умение группироваться<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать внимательность и ответственность. | Повторить технику выполнения шагов. Техника выполнения поддежек и трюковых элементов в парах. | 10 | Разминка на середине зала, Тренаж на ковриках: grand-battments в разных положениях, силовой комплекс, упражнения на гибкость, растяжка<br>Основные элементы выученного материала по группам, на мате индивидуально.<br>Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку. Изучение трюковых элементов и поддежек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддежки. Создание комбинаций с использованием трюков и поддежек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку. | 115 | Беседа: «Вредные привычки»         | 10 |
| 63 | 22.02<br>18 | Движения по диагонали в парах. | Повторение пройденного материала по данной теме. Соединение элементов в комбинации с поддержками и трюками. | 1.Обучающие:<br>*повторить и закрепить технологию выполнения основных шагов и изученных комбинаций;<br>*научиться соединять элементы в комбинации;<br>* техника выполнения поддежек и трюков.<br>2.Развивающие:   | Повторить технику выполнения шагов. Техника выполнения поддежек и трюковых элементов в парах. | 10 | Разминка на середине зала, Тренаж на ковриках: grand-battments в разных положениях, силовой комплекс, упражнения на гибкость, растяжка<br>Основные элементы выученного материала по группам, на мате индивидуально.<br>Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в   | 115 | Беседа: «День Защитника Отечества» | 10 |

|             |             |                          |  |  |   |    |  |     |   |    |
|-------------|-------------|--------------------------|--|--|---|----|--|-----|---|----|
|             |             |                          |  | *развивать четкость, выворотность, координацию, умение группироваться<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать внимательность и ответственность.   |   |    | быстром темпе под музыку. Изучение трюковых элементов и поддержек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддержки. Создание комбинаций с использованием трюков и поддержек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку. |     |   |    |
| 64          | 26.02<br>18 | Промежуточный мониторинг | Проверить ЗУН по темам: «Основные элементы гимнастики» и «Движения по диагонали в парах» | 1.Обучающие:<br>*проверить технику выполнения элементов по темам «Основные элементы гимнастики» и «движения по диагонали в парах».<br>2.Развивающие:<br>*развивать основные качества, необходимые для выполнения элементов данной дисциплины.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать выдержку и терпение. | Контрольный опрос теоретического материала по темам: «Основные элементы гимнастики» и «Движения по диагонали в парах» | 20 | Промежуточное тестирование по темам: «Основные элементы гимнастики» и «Движения по диагонали в парах». Проверка ЗУН по изученным темам.  | 105 |   |    |
| <b>МАРТ</b> |             |                          |  |  |   |    |  |     |   |    |
| 65          | 01.03<br>18 | Современный танец        | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна.                    | 1.Обучающие:<br>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br>*выучить основные термины   | Теоретический разбор выполняемых элементов. Понятие невыворотной позиции и гибкого позвоночника.                      | 10 | Разминка на середине зала. Партерный тренаж на ковриках: Упражнения на гибкость, силовой комплекс, упражнения на выворотность и силу ног. Растяжка со стула и с помощью педагога. Работа по группам: махи вперед, назад, в сторону,                                      | 115 | Беседа : «Вредные привычки. Что это такое?» | 10 |

|    |             |                   |   |   |   |    |   |     |  |  |
|----|-------------|-------------------|---|---|---|----|---|-----|--|--|
|    |             |                   |   | и понятия.<br>2.Развивающие:<br>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала. |   |    | комбинации; прыжки с двух ног на две, с одной ноги на одну, с двух ног на одну; разножки в шпагат.<br>Разбор техники выполнения прыжков :sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.<br>Выполнение элементов под музыку<br>Современный танец: Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях. Понятие и техника выполнения : body roll, roll up и roll down- сгибание и разгибание позвоночника.Попа собачки. Table roll.<br>Подготовка к конкурсу «Танцующий город», г.Липецк. |     |  |  |
| 66 | 02.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | 1.Обучающие:<br>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br>*выучить основные термины и понятия.<br>2.Развивающие:<br>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br>* развивать умение согласовывать музыку с                  | Теоретический разбор выполняемых элементов.<br>Понятие невыворотной позиции и гибкого позвоночника. | 10 | Разминка на середине зала.<br>Партерный тренаж на ковриках:Упражнения на гибкость, силовой комплекс, упражнения на выворотность и силу ног.<br>Растяжка со стула и с помощью педагога.<br>Работа по группам: махи вперед, назад , в сторону, комбинации; прыжки с двух ног на две, с одной ноги на одну, с двух ног на одну; разножки в шпагат.<br>Разбор техники выполнения прыжков :sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.<br>Выполнение элементов под музыку                                   | 125 |  |  |

|    |             |                   |   |  |   |    |  |     |  |    |
|----|-------------|-------------------|---|--|---|----|--|-----|--|----|
|    |             |                   |   | основными элементами современного танца.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.  |   |    | Современный танец: Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях. Понятие и тезника выполнения : body roll, roll up и roll down-сгибание и разгибание позвоночника.Поза собачки. Table roll.<br>Подготовка к конкурсу «Танцующий город», г.Липецк.   |     |  |    |
| 67 | 05.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | 1.Обучающие:<br>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br>*выучить основные термины и понятия.<br>2.Развивающие:<br>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала. | Теоретический разбор выполняемых элементов.<br>Понятие невыворотной позиции и гибкого позвоночника. | 10 | Разминка на середине зала.<br>Партерный тренаж на ковриках: Упражнения на гибкость, силовой комплекс, упражнения на выворотность и силу ног.<br>Растяжка со стула и с помощью педагога.<br>Работа по группам: махи вперед, назад , в сторону, комбинации; прыжки с двух ног на две, с одной ноги на одну, с двух ног на одну; разножки в шпагат.<br>Разбор техники выполнения прыжков :sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.<br>Выполнение элементов под музыку<br>Современный танец: Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях. Понятие и тезника выполнения : body roll, roll up и roll down-сгибание и разгибание позвоночника.Поза собачки. Table roll.<br>Подготовка к конкурсу «Танцующий город», г.Липецк. | 115 | Подготовка поздравлени с 8 марта, педагогов ДДТ, мам и воспитанниц коллектива. | 10 |



|    |             |                   |   |  |  |    |  |     |   |    |
|----|-------------|-------------------|---|--|--|----|--|-----|---|----|
| 68 | 09.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | <p>1.Обучающие:<br/>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*выучить основные термины и понятия.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.</p> | Теоретический разбор выполняемых элементов. Понятие невыворотной позиции и гибкого позвоночника. | 10 | <p>Разминка на середине зала. Партерный тренаж на ковриках:Упражнения на гибкость, силовой комплекс, упражнения на выворотность и силу ног. Растяжка со стула и с помощью педагога.</p> <p>Работа по группам: махи вперед, назад , в сторону, комбинации; прыжки с двух ног на две, с одной ноги на одну, с двух ног на одну; разножки в шпагат.</p> <p>Разбор техники выполнения прыжков :sissonn с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.</p> <p>Выполнение элементов под музыку</p> <p>Современный танец: Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях. Понятие и тезника выполнения : body roll, roll up и roll down- сгибание и разгибание позвоночника.Поза собачки.Table roll.</p> <p>Подготовка к конкурсу «Танцующий город», г.Липецк.</p> | 125 |   |    |
| 69 | 15.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | <p>1.Обучающие:<br/>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*выучить основные термины и понятия.</p> <p>2.Развивающие:</p>   | Теоретический разбор выполняемых элементов. Понятие невыворотной позиции и гибкого позвоночника. | 10 | <p>Разминка на середине зала. Партерный тренаж на ковриках:Упражнения на гибкость, силовой комплекс, упражнения на выворотность и силу ног. Растяжка со стула и с помощью педагога.</p> <p>Работа по группам: махи вперед, назад , в сторону, комбинации; прыжки с двух ног на две, с одной ноги на</p>  | 115 | Беседа: «Ответственность за поступки- что это такое?» | 10 |

|    |             |                   |  |  |   |    |  |     |  |  |
|----|-------------|-------------------|--|--|---|----|--|-----|--|--|
|    |             |                   |  | <p>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;</p> <p>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:</p> <p>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.</p>   |   |    | <p>одну, с двух ног на одну; разножки в шпагат.</p> <p>Разбор техники выполнения прыжков :sisson с прямой и согнутой ногой, бегунцы, блинчики; grand jete, grand jete антурнан, grand jete в поперечный шпагат.</p> <p>Выполнение элементов под музыку</p> <p>Современный танец: Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях. Понятие и техника выполнения : body roll, roll up и roll down- сгибание и разгибание позвоночника.Поза собачки.Table roll.</p> <p>Подготовка к конкурсу «Танцующий город», г.Липецк.</p>   |     |  |  |
| 70 | 16.03<br>18 | Современный танец | <p>Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна.</p> | <p>1.Обучающие:</p> <p>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.</p> <p>*выучить основные термины и понятия.</p> <p>2.Развивающие:</p> <p>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;</p> <p>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами</p> | <p>Теоретический разбор выполняемых элементов современного танца. Понятие координация и изоляция, releas contraction.</p> | 10 | <p>Тренаж на середине зала на ковриках. ОФП.</p> <p>Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям; demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.</p> <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.</p> <p>Battements-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb par terre по четвертям лицом к палке.</p> <p>Современный танец Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки.Table roll-</p> | 125 |  |  |

|    |             |                   |   |  |   |    |   |     |                                       |    |
|----|-------------|-------------------|---|--|---|----|---|-----|---------------------------------------|----|
|    |             |                   |   | современного танца.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.   |   |    | отработка основных элементов под медленный счет, раслаживая движения поэтапно.<br>Battments-tendus в невыворотной позиции.Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.   |     |                                       |    |
| 71 | 19.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | 1.Обучающие:<br>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br>*выучить основные термины и понятия.<br>2.Развивающие:<br>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала. | Теоретический разбор выполняемых элементов современного танца. Поняти координация и изоляция, releas contraction. | 10 | Тренаж на середине зала на ковриках. ОФП.<br>Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям; demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.<br>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Оработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.<br>Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb part terre по четвертям лицом к палке.<br>Современный танец Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки.Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслаживая движения поэтапно.<br>Battments-tendus в невыворотной позиции.Понятия и разбор техники выполнения releas contraction. | 125 |                                       |    |
| 72 | 22.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов                            | 1.Обучающие:<br>*ознакомить воспитанников с техникой   | Теоретический разбор выполняемых элементов  | 10 | Тренаж на середине зала на ковриках. ОФП.<br>Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям;   | 115 | Беседа:<br>«Формула выбора профессии» | 10 |

|    |             |                   |   |   |   |    |   |  |  |  |
|----|-------------|-------------------|---|---|---|----|---|--|--|--|
|    |             |                   | джазового танца и модерна.  | <p>выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.</p> <p>*выучить основные термины и понятия.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.</p> | современного танца. Поняти координация и изоляция, releas contraction.  |    | <p>demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.</p> <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.</p> <p>Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb part terre по четвертям лицом к палке.</p> <p>Современный танец Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки. Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслабывая движения поэтапно.</p> <p>Battments-tendus в невыворотной позиции.Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.</p> |  |  |  |
| 73 | 23.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | <p>1.Обучающие:<br/>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.</p> <p>*выучить основные термины и понятия.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в</p>   | Теоретический разбор выполняемых элементов современного танца. Поняти координация и изоляция, releas contraction. | 10 | <p>Тренаж на середине зала на ковриках. ОФП.</p> <p>Классический экзерсис:<br/>releve по 6,1,2,5 позициям;<br/>demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по8 раз из 1 и 5 позиций.</p> <p>Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Отработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.</p> <p>Battments-jete,лицом к станку через батман тандю, rond de jamb part terre по</p>   |  |  |  |

|    |             |                   |  |   |   |  |   |  |  |
|----|-------------|-------------------|--|---|---|--|---|--|--|
|    |             |                   |  | <p>невыворотных позициях;<br/> * развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.<br/> 3. Воспитательные:<br/> * воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.</p>  |   | <p>четвертям лицом к палке.<br/> Современный танец Plie, releve , battements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки. Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслаживая движения поэтапно.<br/> Battements-tendus в невыворотной позиции. Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.</p> |   |  |  |
| 74 | 26.03<br>18 | Современный танец | <p>Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна.</p> | <p>1. Обучающие:<br/> * ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/> * выучить основные термины и понятия.<br/> 2. Развивающие:<br/> * развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/> * развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.<br/> 3. Воспитательные:<br/> * воспитывать в детях внимание во время выполнения</p> | <p>Теоретический разбор выполняемых элементов современного танца. Понятия координация и изоляция, releas contraction.</p> | 10   | <p>Тренаж на середине зала на коврик. ОФП.<br/> Классический экзерсис: releve по 6,1,2,5 позициям; demi- plie; grand- plie по 1, 2, 5 позициям; battements-tendus крестом по 8 раз из 1 и 5 позиций.<br/> Позиции рук 1,2,3, подготовительная, 1 пор де бра . Оработка изученного материала боком к станку под музыкальное сопровождение.<br/> Battements-jete, лицом к станку через батман тандю, rond de jamb par terre по четвертям лицом к палке.<br/> Современный танец Plie, releve , battements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки. Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслаживая движения поэтапно.<br/> Battements-tendus в невыворотной</p> |  |  |

|    |             |                   |   |  |  |    |  |  |  |  |
|----|-------------|-------------------|---|--|--|----|--|--|--|--|
|    |             |                   |   | элементов и изучении нового материала.   |  |    | позиции. Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.   |  |  |  |
| 75 | 29.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | <p>1. Обучающие:<br/>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*выучить основные термины и понятия.</p> <p>2. Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>*развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3. Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.</p> | Теоретический разбор выполняемых элементов: swing, flat back, twist.<br>Понятия мультипликации и стрэтч-натяжки. | 10 | <p>Разминка. Растяжка. Силовой комплекс, упражнения на гибкость. Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.</p> <p>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие. Современный танец Plie, releve, buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки. Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслаживая движения поэтапно.</p> <p>Battmants-tendus в невыворотной позиции. Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.</p> <p>Разбор техники выполнения элементов swing, flat back, twist. Движения со стрэтч — натяжкой.</p> |  |  |  |
| 76 | 30.03<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | <p>1. Обучающие:<br/>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.</p>   | Теоретический разбор выполняемых элементов: swing, flat back, twist.<br>Понятия мультипликации                   | 10 | <p>Разминка. Растяжка. Силовой комплекс, упражнения на гибкость. Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с</p>   |  |  |  |

|               |             |                   |   |   |   |    |  |     |                           |    |
|---------------|-------------|-------------------|---|---|---|----|--|-----|---------------------------|----|
|               |             |                   |   | <p>*выучить основные термины и понятия.<br/>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.<br/>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.</p> | и стрэтч-натяжки.   |    | <p>подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.<br/>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие.Современный танец Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки. Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслаживая движения поэтапно.<br/>Battmants-tendus в невыворотной позиции.Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.<br/>Разбор техники выполнения элементов swing, flat back, twist. Движения со стрэтч — натяжкой.</p> |     |                           |    |
| <b>АПРЕЛЬ</b> |             |                   |   |   |   |    |  |     |                           |    |
| 77            | 02.04<br>18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | <p>1.Обучающие:<br/>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*выучить основные термины и понятия.<br/>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в</p>   | Теоретический разбор выполняемых элементов: swing, flat back, twist. Понятия мультипликации и стрэтч-натяжки. | 10 | <p>Разминка. Растяжка. Силовой комплекс, упражнения на гибкость.Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.<br/>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие.Современный танец</p>   | 115 | Беседа: «Невыдержанность» | 10 |

|    |               |                   |  |   |   |    |  |     |  |  |
|----|---------------|-------------------|--|---|---|----|--|-----|--|--|
|    |               |                   |  | <p>невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3. Воспитательные:<br/>* воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.</p>  |   |    | <p>Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки. Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслаживая движения поэтапно.</p> <p>Battmans-tendus в невыворотной позиции. Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.</p> <p>Разбор техники выполнения элементов swing, flat back, twist. Движения со стрэтч — натяжкой.</p>  |     |  |  |
| 78 | .05.0<br>4.18 | Современный танец | <p>Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна.</p> | <p>1. Обучающие:<br/>* ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>* выучить основные термины и понятия.</p> <p>2. Развивающие:<br/>* развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3. Воспитательные:<br/>* воспитывать в</p> | <p>Теоретический разбор выполняемых элементов: swing, flat back, twist.</p> <p>Понятия мультипликации и стрэтч-натяжки.</p> | 10 | <p>Разминка. Растяжка. Силовой комплекс, упражнения на гибкость. Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.</p> <p>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие. Современный танец Plie, releve , buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки. Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслаживая движения поэтапно.</p> <p>Battmans-tendus в невыворотной</p> | 125 |  |  |



|    |               |                   |   |  |  |    |  |     |  |  |
|----|---------------|-------------------|---|--|--|----|--|-----|--|--|
|    |               |                   |   | детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.  |  |    | позиции. Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.<br>Разбор техники выполнения элементов swing, flat back, twist. Движения со стрэтч — натяжкой.  |     |  |  |
| 79 | .06.0<br>4.18 | Современный танец | Способствовать изучению основных элементов джазового танца и модерна. | <p>1. Обучающие:<br/>*ознакомить воспитанников с техникой выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*выучить основные термины и понятия.</p> <p>2. Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>*развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3. Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях внимание во время выполнения элементов и изучении нового материала.</p> | Теоретический разбор выполняемых элементов: swing, flat back, twist.<br>Понятия мультипликации и стрэтч-натяжки. | 10 | <p>Разминка. Растяжка. Силовой комплекс, упражнения на гибкость. Прыжки и повороты на середине зала: прыжки на двух ногах на выносливость, в шпагаты, «щучка». Прыжок на 360 с подниманием ноги на пасае и приземлением в 4 позицию-разобрать поэтапно, соединить в элемент.</p> <p>Джазовый поворот: подготовка на прямой ноге и в плие, поворот в один тур на прямой ноге и в плие. Современный танец Plie, releve, buttements tendus – исполнение в невыворотных позициях, body roll, roll up и roll down. Поза собачки. Table roll-отработка основных элементов под медленный счет, раслабывая движения поэтапно.</p> <p>Battmants-tendus в невыворотной позиции. Понятия и разбор техники выполнения releas contraction.</p> <p>Разбор техники выполнения элементов swing, flat back, twist. Движения со стрэтч — натяжкой.</p> | 125 |  |  |

|    |              |                   |  |  |   |    |  |     |   |    |
|----|--------------|-------------------|--|--|---|----|--|-----|---|----|
| 80 | 09.04<br>.17 | Современный танец | Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала. | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p> | Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации. | 10 | <p>Партерный тренаж.Силовой комплекс.<br/>Растяжка.Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку.<br/>Изучение трюковых элементов и поддержек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддержки.<br/>Создание комбинаций с использованием трюков и поддержек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку.Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и «перекат»..<br/>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок».<br/>Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением на пол, «слэйп » с правой и левой руки.<br/>Современный танец: релеве,плие, баттман- тандю в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позой собачки.Table roll.</p> | 110 | Беседа:<br>«Современный танец, основные стили, направления. Истоки возникновения» | 15 |
|----|--------------|-------------------|--|--|---|----|--|-----|---|----|

|    |              |                   |  |  |   |    |  |     |  |  |
|----|--------------|-------------------|--|--|---|----|--|-----|--|--|
| 81 | 12.04<br>.18 | Современный танец | Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала. | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p> | Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации. | 10 | <p>Партерный тренаж.Силовой комплекс.<br/>Растяжка.Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку.<br/>Изучение трюковых элементов и поддержек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддержки.<br/>Создание комбинаций с использованием трюков и поддержек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку.Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и «перекат»..<br/>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок».<br/>Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением на пол, «слэйп » с правой и левой руки.<br/>Современный танец: релеве,плие, баттман- тандю в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позой собачки.Table roll.</p> | 125 |  |  |
|----|--------------|-------------------|--|--|---|----|--|-----|--|--|

|    |             |                   |  |  |   |    |   |     |  |  |
|----|-------------|-------------------|--|--|---|----|---|-----|--|--|
| 82 | 13.04<br>18 | Современный танец | Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала. | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p> | Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации. | 10 | <p>Партерный тренаж.Силовой комплекс.<br/>Растяжка.Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку.<br/>Изучение трюковых элементов и поддержек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддержки.<br/>Создание комбинаций с использованием трюков и поддержек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку.Основные элементы гимнастики: кувьрки, стойка и стойка в мост, перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и « перекат»..<br/>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок».<br/>Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением на пол, «слэйп » с правой и левой руки.<br/>Современный танец: релеве,плие, баттман- тандю в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позой собачки.Table roll.</p> | 125 |  |  |
|----|-------------|-------------------|--|--|---|----|---|-----|--|--|

|    |             |                   |  |  |   |    |   |     |                      |    |
|----|-------------|-------------------|--|--|---|----|---|-----|----------------------|----|
| 83 | 16.04<br>18 | Современный танец | Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала. | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p> | Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации. | 10 | <p>Партерный тренаж.Силовой комплекс.<br/>Растяжка.Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку.<br/>Изучение трюковых элементов и поддержек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддержки.<br/>Создание комбинаций с использованием трюков и поддержек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку.Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и « перекат»..<br/>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок».<br/>Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением на пол, «слэйп » с правой и левой руки.<br/>Современный танец: релеве,плие, баттман- тандю в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позой собачки.Table roll.</p> | 115 | Беседа : «Час Земли» | 10 |
|----|-------------|-------------------|--|--|---|----|---|-----|----------------------|----|

|    |             |                   |  |  |   |    |  |     |  |  |
|----|-------------|-------------------|--|--|---|----|--|-----|--|--|
| 84 | 19.04<br>18 | Современный танец | Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала. | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p> | Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации. | 10 | <p>Партерный тренаж.Силовой комплекс.<br/>Растяжка.Движения по диагонали в парах: шаг с прямой ноги, с высоким подниманием бедра, галоп, ножницы, подскоки, бег, комбинации. Выполнение элементов в быстром темпе под музыку.<br/>Изучение трюковых элементов и поддержек на середине зала: с упором в плечи, в группировку, лифтовые поддержки.<br/>Создание комбинаций с использованием трюков и поддержек, изученных на середине зала. Отработка под медленный счет и под музыку.Основные элементы гимнастики: кувырки, стойка и стойка в мост, перевороты, колеса на руках и локтях; на мате «белочка» и «перекат»..<br/>Гимнастические упражнения на выносливость: «крокодильчик», «паучок».<br/>Разобрать технику выполнения новых элементов: переворот на одной руке с приземлением на пол, «слэйп » с правой и левой руки.<br/>Современный танец: релеве,плие, баттман- тандю в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позой собачки.Table roll.</p> | 125 |  |  |
|----|-------------|-------------------|--|--|---|----|--|-----|--|--|

|    |             |                   |  |  |   |    |  |     |  |    |
|----|-------------|-------------------|--|--|---|----|--|-----|--|----|
| 85 | 20.04<br>18 | Современный танец | Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала. | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p> | Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации. | 10 | <p>Классический танец: отработка выученного комплекса упражнений одной рукой за палку, в медленном темпе под аккомпонемент.</p> <p>Работа по группам: прыжки на двух ногах на выносливость; прыжки с двух ног на одну, с одной на одну. Разножки, махи в разных положениях.</p> <p>Большие прыжки по диагонали- отработка под музыку.Современный танец: релеве,плие, баттман- тандо в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позы собачки. Table roll.</p> <p>Упражнения с использованием стрэтч-натяжки,swing, flat back, twist, релиз и контракшн.</p> | 125 |  |    |
| 86 | 23.04<br>18 | Современный танец | Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала. | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные</p>   | Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации. | 10 | <p>Классический танец: отработка выученного комплекса упражнений одной рукой за палку, в медленном темпе под аккомпонемент.</p> <p>Работа по группам: прыжки на двух ногах на выносливость; прыжки с двух ног на одну, с одной на одну. Разножки, махи в разных положениях.</p>  | 115 | Беседа: «Коллективная помощь и сочувствие» | 10 |

|    |             |                   |   |   |  |   |   |     |  |
|----|-------------|-------------------|---|---|--|---|---|-----|--|
|    |             |                   |   | <p>упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p>                            |  | <p>Большие прыжки по диагонали- отработка под музыку.Современный танец: релеве,плие, баттман- тандю в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позой собачки. Table roll.</p> <p>Упражнения с использованием стрэтч-натяжки,swing, flat back, twist, релиз и контракшн.</p> |   |     |  |
| 87 | 26.04<br>18 | Современный танец | <p>Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала.</p> | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать</p> | <p>Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации.</p> | 10  | <p>Классический танец: отработка выученного комплекса упражнений одной рукой за палку, в медленном темпе под аккомпонемент.</p> <p>Работа по группам: прыжки на двух ногах на выносливость; прыжки с двух ног на одну, с одной на одну. Разножки, махи в разных положениях.</p> <p>Большие прыжки по диагонали- отработка под музыку.Современный танец: релеве,плие, баттман- тандю в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позой собачки. Table roll.</p> <p>Упражнения с использованием стрэтч-натяжки,swing, flat back, twist, релиз и контракшн.</p> | 125 |  |



|    |             |                   |   |  |  |    |  |     |  |    |
|----|-------------|-------------------|---|--|--|----|--|-----|--|----|
|    |             |                   |   | <p>музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p>  |  |    |  |     |  |    |
| 88 | 27.04<br>18 | Современный танец | <p>Соединить выученные элементы в комплекс упражнений на середине зала.</p> | <p>1.Обучающие:<br/>*закрепить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br/>*повторить основные термины и понятия;<br/>* соединить выученные упражнения в комплекс.</p> <p>2.Развивающие:<br/>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br/>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.</p> <p>3.Воспитательные:<br/>*воспитывать в детях взаимовыручку и взаимоподдержку.</p> | <p>Повторение техники выполнения элементов и принцип соединения их в комбинации.</p> | 10 | <p>Классический танец: отработка выученного комплекса упражнений одной рукой за палку, в медленном темпе под аккомпонемент.</p> <p>Работа по группам: прыжки на двух ногах на выносливость; прыжки с двух ног на одну, с одной на одну. Разножки, махи в разных положениях.</p> <p>Большие прыжки по диагонали- отработка под музыку.Современный танец: релеве,плие, баттман- тандю в комбинациях. Комплекс упражнений с body roll, roll up ,roll down., позой собачки.Table roll.</p> <p>Упражнения с использованием стрэтч-натяжки,swing, flat back, twist, релиз и контракшн.</p> | 105 | <p>Участие в городской воспитательной акции.</p> | 20 |

|            |              |  |   |   |  |    |  |     |  |  |
|------------|--------------|--|---|---|--|----|--|-----|--|--|
| 89         | 30.04<br>18  | Промежуточный мониторинг по теме : «Современный танец» | Проверить ЗУН по теме : «Современный танец»                       | 1.Обучающие:<br>*проверить технику выполнения элементов джаза и модерна на середине зала.<br>*проверить знание основных терминов и понятий.<br>2.Развивающие:<br>*развивать пластику корпуса, растянутость тела, умение выполнять элементы в невыворотных позициях;<br>* развивать умение согласовывать музыку с основными элементами современного танца.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать в детях ощущение коллектива. | Контрольный опрос по теоретическому материалу по теме: «Современный танец» | 20 | Промежуточный мониторинг по теме: «Основные элементы гимнастики». Проверка основных усвоенных ЗУН. | 105 |  |  |
| <b>МАЙ</b> |              |  |   |   |  |    |  |     |  |  |
| 90         | 03.05<br>.18 | Классический танец.                                    | Создать условия для повторения ЗУН по теме: «Классический танец». | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения основных элементов по данной теме.<br>2.Развивающие:<br>*развивать выворотность, силу ног, умение держать корпус, резкость движений;  | Повторение теоретического материала по теме : «Классический танец».        | 10 | Классический танец: отработка и повторение основных элементов под музыкальное сопровождение.       | 125 |  |  |

|    |              |  |  |  |  |    |  |     |   |    |
|----|--------------|--|--|--|--|----|--|-----|---|----|
|    |              |  |  | * развивать умение согласовывать элементы с музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать внимание.  |  |    |  |     |   |    |
| 91 | 04.05<br>.18 | Движения по диагонали в парах.<br>Основные элементы гимнастики . | Создать условия для повторения основного материала по темам: «Движения по диагонали в парах» и «Основные элементы гимнастики». | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения основных элементов.<br>2.Развивающие:<br>*развивать чувство ритма, четкость движения, гибкость, умение концентрироваться и группироваться;<br>* развивать умение согласовывать движения с музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать культуру поведения в паре. | Повторение теоретического материала выполнения шагов по диагонали и основных элементов гимнастики. | 25 | Движения по диагонали в парах: основные шаги, комбинации простые и с включением в них трюков и поддержек под музыку.<br>Основные элементы гимнастики: отработка элементов по группам и индивидуально по парам. | 110 |   |    |
| 92 | 07.05<br>.18 | Движения по диагонали в парах.<br>Основные элементы гимнастики . | Создать условия для повторения основного материала по темам: «Движения по диагонали в парах» и «Основные элементы гимнастики». | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения основных элементов.<br>2.Развивающие:<br>*развивать чувство ритма, четкость движения, гибкость, умение концентрироваться и группироваться;<br>* развивать умение согласовывать движения с музыкой.<br>3.Воспитательные:  | Повторение теоретического материала выполнения шагов по диагонали и основных элементов гимнастики. | 25 | Движения по диагонали в парах: основные шаги, комбинации простые и с включением в них трюков и поддержек под музыку.<br>Основные элементы гимнастики: отработка элементов по группам и индивидуально по парам. | 100 | Беседа:<br>«Подвиг народа в сердце каждого» | 10 |

|    |              |                    |   |   |  |    |   |     |  |    |
|----|--------------|--------------------|---|---|--|----|---|-----|--|----|
|    |              |                    |   | *воспитывать культуру поведения в паре.   |  |    |   |     |  |    |
| 93 | 10.05<br>.18 | Работа по группам. | Повторить основные элементы по теме: «Работа по группам». | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения основных элементов.<br>2.Развивающие:<br>*развивать прыгучесть, высоту прыжка, растянутость;<br>* развивать умение согласовывать движения с музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях.. | Повторение теоретического материала по теме. | 10 | Работа по группам: повторение и отработка основных элементов данной учебной дисциплины; индивидуально, под музыку в быстром темпе. Большие прыжки по диагонали. | 125 |  |    |
| 94 | 11.05<br>.18 | Работа по группам. | Повторить основные элементы по теме: «Работа по группам». | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения основных элементов.<br>2.Развивающие:<br>*развивать прыгучесть, высоту прыжка, растянутость;<br>* развивать умение согласовывать движения с музыкой.<br>3.Воспитательные:<br>*воспитывать концентрацию внимания на занятиях.. | Повторение теоретического материала по теме. | 10 | Работа по группам: повторение и отработка основных элементов данной учебной дисциплины; индивидуально, под музыку в быстром темпе. Большие прыжки по диагонали. | 125 |  |    |
| 95 | 14.05<br>.18 | Современный танец. | Повторение по теме : «Современный                         | 1.Обучающие:<br>*повторить технику  | Повторение теоретического материала.         | 30 | Повторить основные элементы, принципы и приемы современной  | 95  | Беседа: «Как себя нужно вести во время | 10 |

|    |              |                              |   |   |  |    |   |     |                         |  |
|----|--------------|------------------------------|---|---|--|----|---|-----|-------------------------|--|
|    |              |                              | танец»  | выполнения основных элементов и комбинаций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать пластику тела.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать толерантное отношение к друг другу.  |  |    | хореографии.<br>Отработать комбинации, выученные по данной теме.  |     | итогового тестирования» |  |
| 96 | 17.05<br>.18 | Современный танец.           | Повторение по теме :<br>«Современный танец»       | 1.Обучающие:<br>*повторить технику выполнения основных элементов и комбинаций.<br>2.Развивающие:<br>*развивать пластику тела.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать толерантное отношение к друг другу.   | Повторение теоретического материала.       | 30 | Повторить основные элементы, принципы и приемы современной хореографии.<br>Отработать комбинации, выученные по данной теме. | 105 |                         |  |
| 97 | 18.05<br>.18 | Итоговая годовая аттестация. | Проверить ЗУН , усвоенные 2017-2018 учебном году. | 1.Обучающие:<br>*проверить знание техники выполнения движений и умение применять их на практике;<br>2.Развивающие:<br>*развивать основные физические качества воспитанников.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать умение максимально демонстрировать свои способности. | Контрольный опрос по изученному материалу. | 30 | Итоговая проверка ЗУН, приобретенных в этом учебном году по основным темам.   | 105 |                         |  |

|     |              |                     |  |   |  |    |   |     |                                       |    |
|-----|--------------|---------------------|--|---|--|----|---|-----|---------------------------------------|----|
|     |              |                     |  | •   |  |    |   |     |                                       |    |
| 98  | 21.05<br>.18 | Постановочные часы. | Создать условия для изучения лексического материала новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых хореографических элементов<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство и актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать чувство коллективизма, единой команды. | Техника выполнения новых хореографических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Тренаж на ковриках. Силовой комплекс. Изучение новых лексических элементов. Соединение элементов в комбинации. Соединение комбинаций в танцевальные этюды.Отработка комбинаций, элементов, этюдов под счет в медленном темпе, затем под музыку. | 115 | Беседа:<br>«Можно ли играть с огнем?» | 10 |
| 99  | 24.05<br>.18 | Постановочные часы. | Создать условия для изучения лексического материала новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых хореографических элементов<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство и актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать чувство коллективизма, единой команды. | Техника выполнения новых хореографических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Тренаж на ковриках. Силовой комплекс. Изучение новых лексических элементов. Соединение элементов в комбинации. Соединение комбинаций в танцевальные этюды.Отработка комбинаций, элементов, этюдов под счет в медленном темпе, затем под музыку. | 125 |                                       |    |
| 100 | 25.05<br>.18 | Постановочные часы. | Создать условия для изучения лексического материала новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых хореографических элементов<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство и актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать  | Техника выполнения новых хореографических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Тренаж на ковриках. Силовой комплекс. Изучение новых лексических элементов. Соединение элементов в комбинации. Соединение комбинаций в танцевальные этюды.Отработка комбинаций, элементов, этюдов под счет в медленном темпе, затем под         | 125 |                                       |    |

|        |          |                     |  |  |  |    |   |     |  |    |
|--------|----------|---------------------|--|--|--|----|---|-----|--|----|
|        |          |                     |  | чувство коллетивизма, единой команды.  |  |    | музыку.   |     |  |    |
| 101    | 28.05.18 | Постановочные часы. | Создать условия для изучения лексического материала новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых хореографических элементов<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство и актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать чувство коллетивизма, единой команды. | Техника выполнения новых хореографических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Тренаж на ковриках. Силовой комплекс. Изучение новых лексических элементов. Соединение элементов в комбинации. Соединение комбинаций в танцевальные этюды.Отработка комбинаций, элементов, этюдов под счет в медленном темпе, затем под музыку. | 125 |  |    |
| 102    | 31.05.18 | Постановочные часы. | Создать условия для изучения лексического материала новой хореографической композиции. | 1.Обучающие:<br>*изучить технику выполнения новых хореографических элементов<br>2.Развивающие:<br>*развивать исполнительское мастерство и актерские способности.<br>3.Воспитательные:<br>* воспитывать чувство коллетивизма, единой команды. | Техника выполнения новых хореографических элементов. | 10 | Разминка на середине зала.Тренаж на ковриках. Силовой комплекс. Изучение новых лексических элементов. Соединение элементов в комбинации. Соединение комбинаций в танцевальные этюды.Отработка комбинаций, элементов, этюдов под счет в медленном темпе, затем под музыку. | 115 | Подведение итогов, достигнутых за учебный год. | 10 |
| Итого: |          |                     | 306 часов  |  |  |    |   |     |  |    |

### Материально-техническая база

1. Музыкальный центр
2. Гимнастические коврики
3. Гимнастический мат
4. Хореографические станки
5. Зеркала во весь рост

## **Массовая работа**

1. Участие в мероприятии ДДТ «Городской» им. С.А. Шмакова: «День открытых дверей» - сентябрь
2. Участие в празднике «День матери» - ноябрь.
3. Участие в фестивале «Оскол — данс», г. Старый Оскол-ноябрь
4. Отчетный концерт ансамбля-ноябрь.
5. Участие в фестивале г. Курск – ноябрь.
6. Участие в фестивале г. Губкин – ноябрь.
7. Участие в новогодней компании ДДТ «Городской» им. С.А. Шмакова – декабрь, январь.
8. Участие в акции по сбору подарков на Пост №1-декабрь.
9. Участие в акции по сбору помощи приюту для животных «Территория спасения»-декабрь.
10. Участие в фестивале «Сделано в России», г. Воронеж-февраль.
11. Участие в фестивале «Гала-мастер», г. Орел- февраль.
12. Участие в фестивале «Танцующий город»-март.
13. Участие в городской акции - март.
14. Итоговый праздник ансамбля «Серебряный башмачок» - май
15. Участие в фестивале на море- июнь,июль

## **Методическая работа**

1. Самообразование: «Эффективный способ развития творческого потенциала учащихся на занятиях по хореографии».
2. Разработка конспектов и проведение открытых занятий :
  - «Развитие творческого мышления и эмоциональности учащихся с помощью стихотворно – игровой разминки»- март
  - «Сочетание основных элементов джазового и классического танца во время тренажа у станка» - апрель
  - «Духовно-нравственный обмен опытом в группах разного года обучения на занятиях по хореографии» - апрель
3. Посещение планерок, педагогических лицеев, методических объединений, открытых занятий коллег – в течении года.
4. Разработка сценария и проведение отчетного концерта ансамбля – ноябрь.
5. Сценарий новогоднего утренника – декабрь.
6. сценарий итогового праздника в ансамбле – май.

## **Работа с родителями**

1. Родительские собрания:
  - «Перспективные планы работы на будущий учебный год» - сентябрь.
  - «Итоги и результаты, достигнутые за год, рекомендации педагога, задание на лето»- май.
2. Индивидуальные беседы с родителями- еженедельно.
- 3.Посещение концертов, конкурсов, фестивалей – 1 раз в четверть.
5. Отчетный концерт ансамбля – ноябрь.
6. Участие в пошиве костюмов и изготовлении декораций для танцев – 1,2 четверть.
7. Массовые совместные мероприятия в конце учебного года- май, июнь



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Г.А. Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей»
2. Е.А. Пинаева «Детские образные танцы»
3. А.В. Лопухов, А.В. Ширяев, А.И.Бочаров «Основы характерного танца»
4. С.С. Полятков «Основы современного танца»
5. В. Ю. Никитин «Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика.»
6. «Искусство современного танца»
7. В. Ю. Никитин «МОДЕРН-ДЖАЗ ТАНЕЦ.Этапы развития. Метод.Техника»
8. Н. Шереметьевская «Танец на эстраде»