

## Календарный учебный график

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография»  
(базовый уровень)

**Год обучения: 3.**

**Группа № 8.**

Учебная неделя (число, месяц)	Время проведения занятий	Кол-во часов	Форма занятий	Тема занятия	Часов			Место проведения занятий	Форма контроля
					Всего	Теория	Практика		
01.09-03.09	по расписанию	4	гр.	<b>Организационное занятие.</b> <u>Теория:</u> цели и задачи на год, содержание и формы работы.	2	2	–	кабинет хореографии	Беседа, вводная диагностика. Наблюдение
				<b>Стилизованная хореография.</b> <u>Практика:</u> элементы стилизованного танца: использование рисунка в хороводах: змейка, круг, ручеек, колонна, улитка.	2	–	2		
04.09-10.09	по расписанию	6	гр.	<b>Танец «Модерн».</b> <u>Практика:</u> импровизация: импровизация в группе, в паре и соло-импровизация.	6	–	6	кабинет хореографии	Наблюдение
11.09-17.09	по расписанию	6	гр.	<b>«Джаз» танец.</b> <u>Практика:</u> экзерсис у станка: основные позиции ног: IV out позиция. Plie: по IV out позиции, в координации с arch, contraction/release, спиралью в корпусе.	6	–	6	кабинет хореографии	Наблюдение
18.09-24.09	по расписанию	6	гр.	<b>Танец «Contemporary».</b> <u>Теория:</u> упражнения и комбинации на развития ощущения пространства. <u>Практика:</u> движение сквозь пространство в партере: упражнение in and out (внутри и наружу); спираль от ноги, от руки, от центра.	6	3	3	кабинет хореографии	Беседа, наблюдение

25.09-01.10	по расписанию	6	гр.	<p><b>Стилизованная хореография.</b>  <u>Теория:</u> основные правила выполнения стилизованной хореографии.</p> <p><u>Практика:</u> элементы стилизованного танца: использование рисунка в хороводах: змейка, круг, ручеек, колонна, улитка.</p>	2	1	1	кабинет хореографии	Устный опрос, показ
				<p><b>Партерная пластика и растяжка.</b>  <u>Практика:</u> продолжение использование техник «Contraction» и «Release». Работа на основных уровнях: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа.</p>	2	–	2		Наблюдение
				<p><b>Актёрское мастерство и образная выразительность.</b>  <u>Практика:</u> раскрытие образов через работу над выразительностью и пластикой. Раскрытие эмоционального потенциала исполнителей. Музыкальное воплощение образов.</p>	2	–	2		Наблюдение
02.10-08.10	по расписанию	6	гр.	<p><b>«Джаз» танец.</b>  <u>Практика:</u> экзерсис у станка: Flat back вперед: приём plie–releve. Passé по I out позиции на полупальцах. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции. Grand battements на 90° во всех направлениях боком к станку. Перегибы корпуса.</p>	6	–	6	кабинет хореографии	Показ
09.10-15.10	по расписанию	6	гр.	<p><b>Танец «Contemporary».</b>  <u>Теория:</u> сложные связки на смену ритма, динамику, связанность движений, использование пространства.  <u>Практика:</u> движение сквозь пространство в партере: переход через колени; упражнение “snake”; слайд на полу; переворот через спину и выход положение</p>	6	2	4	кабинет хореографии	Беседа, наблюдение

				push up; выход в стойку на руках cross floor; смена уровня в продвижении (бег и слайд в пол).					
16.10-22.10	по расписанию	6	гр.	<b>Стилизованная хореография.</b> <u>Теория:</u> основные правила выполнения стилизованной хореографии. <u>Практика:</u> элементы стилизованного танца: использование рисунка в хороводах: змейка, круг, ручеек, колонна, улитка.	6	2	4	кабинет хореографии	Устный опрос, наблюдение
23.10-29.10	по расписанию	6	гр.	<b>Партерная пластика и растяжка.</b> <u>Практика:</u> продолжение использование техник «Contraction» и «Release». Работа на основных уровнях: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа.	2	–	2	кабинет хореографии	Показ
				<b>Актёрское мастерство и образная выразительность.</b> <u>Практика:</u> раскрытие образов через работу над выразительностью и пластикой. Раскрытие эмоционального потенциала исполнителей. Музыкальное воплощение образов.	2	–	2		Показ
				<b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Теория:</u> драматургия танца: тема, идея, задачи. <u>Практика:</u> нахождение хореографической темы. Композиционное воплощение.	2	1	1		Беседа, наблюдение
30.10-05.11	по расписанию	4	гр.	<b>Танец «Модерн».</b> <u>Практика:</u> импровизация с партнером (передача импульса через прикосновение).	4	–	4	кабинет хореографии	Показ
06.11-12.11	по расписанию	6	гр.	<b>Танец «Contemporary».</b> <u>Теория:</u> сложные связки на смену ритма, динамику, связанность движений, использование пространства. <u>Практика:</u> упражнения для развития	6	2	4	кабинет хореографии	Беседа, показ

				ощущения пространства: ходьба, бег, спиной, лицом, меняя направление, заполнять пустое пространство.					
13.11-19.11	по расписанию	6	гр.	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Теория:</u> драматургия танца: тема, идея, задачи. <u>Практика:</u> нахождение хореографической темы. Композиционное воплощение.	6	2	4	кабинет хореографии	Беседа, наблюдение
20.11-26.11	по расписанию	6	гр.	<b>«Джаз» танец.</b> <u>Практика:</u> экзерсис на середине зала: техника изоляции – координация двух центров с шагами. Flat back вперед: приём plie–releve. Plie: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.	6	–	6	кабинет хореографии	Показ
27.11-03.12	по расписанию	6	гр.	<b>Танец «Contemporary».</b> <u>Теория:</u> техническая отработка изученного материала. <u>Практика:</u> комбинирование ходьбы и бега с элементами движений (падения, прыжок, контакт). Остановки в пространстве. Проверка позиций (параллельная позиция).	6	1	5	кабинет хореографии	Устный опрос, наблюдение
04.12-10.12	по расписанию	6	гр.	<b>Актёрское мастерство и образная выразительность.</b> <u>Практика:</u> раскрытие образов через работу над выразительностью и пластикой. Раскрытие эмоционального потенциала исполнителей. Музыкальное воплощение образов. <b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Теория:</u> сюжетные линии танца. Музыкальный материал. <u>Практика:</u> нахождение хореографической темы. Композиционное воплощение.	2 4	– 2	2 2	кабинет хореографии	Наблюдение  Беседа, показ
11.12-17.12	по расписанию	6	гр.	<b>Танец «Модерн».</b> <u>Практика:</u> импровизация «соединение двух	6	–	6	кабинет хореографии	Домашнее задание на

				точек в теле»; импровизация «падение и восстановление баланса»; импровизация «пустое пространство внутри тела».					самостоятельное выполнение
18.12-24.12	по расписанию	6	гр.	<p><b>Промежуточная аттестация.</b>  <u>Теория:</u> тестирование и устный опрос.  <u>Практика:</u> участие ансамбля в концертных программах, мероприятиях, конкурсах и фестивалях как города и области, так и в других городах. Отчётные и открытые занятия для родителей и преподавателей.</p> <p><b>Стилизованная хореография.</b>  <u>Теория:</u> владение танцевальным пространством.  <u>Практика:</u> умение компоновать элементы стилизованной хореографии в комбинациях и ритмическом рисунке.</p>	2	1	1	кабинет хореографии	Тестирование, просмотр
					4	1	3		Домашнее задание на самостоятельное выполнение
25.12-31.12	по расписанию	6	гр.	<p><b>Танец «Модерн».</b>  <u>Практика:</u> импровизация с партнером (передача импульса через прикосновение).</p> <p><b>Партерная пластика и растяжка.</b>  <u>Практика:</u> продолжение использование техник «Contraction» и «Release». Работа на основных уровнях: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа.</p> <p><b>«Джаз» танец.</b>  <u>Практика:</u> кросс: вращения: Chaînés на plié, на полной стопе, пируэт en dehors, en dedans.</p> <p><b>Партерная пластика и растяжка.</b>  <u>Практика:</u> техники «Contraction» и «Release». Уровни.</p>	2	–	2	кабинет хореографии	Показ
					2	–	2		Наблюдение
					1	–	1		Показ
					1	–	1		Наблюдение
08.01-14.01	по расписанию	4	гр.	<p><b>Постановочная и репетиционная работа.</b>  <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность.</p>	2	–	2	кабинет хореографии	Показ

				Выразительность в танце. <b>Танец «Модерн».</b> <u>Практика:</u> импровизация «отражение» (следование или сопротивление партнеру), импровизация на полу, пересекая пространство – 3 уровня.	2	–	2		Наблюдение
15.01-21.01	по расписанию	6	гр.	<b>«Джаз» танец.</b> <u>Практика:</u> экзерсис на середине зала: Battement tendu: в координации с arch, contraction/release, спиралью в корпусе. Battement tendu jeté: положения flex/point колена и стопы, в координации с arch, contraction/release, спиралью в корпусе. Rond de jambe par terre: на plie, «восьмерка». Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.	6	–	6	кабинет хореографии	Показ
22.01-28.01	по расписанию	6	гр.	<b>Танец «Contemporary».</b> <u>Теория:</u> техническая отработка изученного материала. <u>Практика:</u> растяжка задней поверхности спины в положении roll down. Экзерсис и танцевальные комбинации на середине. Выполнение основных элементов классического экзерсиса: plie, battements tendu, rond de jambe, adagio, – в технике танца Contemporary.	6	2	4	кабинет хореографии	Устный опрос, наблюдение
29.01-04.02	по расписанию	6	гр.	<b>Актёрское мастерство и образная выразительность.</b> <u>Практика:</u> раскрытие образов через работу над выразительностью и пластикой. Раскрытие эмоционального потенциала исполнителей. Музыкальное воплощение образов. <b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	2	–	2	кабинет хореографии	Показ
					4	–	4		Самооценка

				<u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.					обучающихся своих знаний и умений
05.02-11.02	по расписанию	6	гр.	<b>Партерная пластика и растяжка.</b> <u>Практика:</u> продолжение использование техник «Contraction» и «Release». Работа на основных уровнях: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа. <b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.	2	–	2	кабинет хореографии	Домашнее задание на самостоятельное выполнение  Показ
12.02-18.02	по расписанию	6	гр.	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.	6	–	6	кабинет хореографии	Показ
19.02-25.02	по расписанию	4	гр.	<b>Танец «Модерн».</b> <u>Практика:</u> импровизация «отражение» (следование или сопротивление партнеру), импровизация на полу, пересекая пространство – 3 уровня.	4	–	4	кабинет хореографии	Наблюдение
26.02-03.03	по расписанию	6	гр.	<b>«Джаз» танец.</b> <u>Практика:</u> экзерсис на середине зала: Battement tendu jeté: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе. Rond de jambe par terre: на plie, «восьмерка». Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.	6	–	6	кабинет хореографии	Показ
04.03-10.03	по расписанию	4	гр.	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.	4	–	4	кабинет хореографии	Показ
11.03-17.03	по	6	гр.	<b>Танец «Contemporary».</b>	3	–	3	кабинет	Показ

	расписанию			<p><u>Практика:</u> экзерсис и танцевальные комбинации на середине. Выполнение основных элементов классического экзерсиса: plie, battements tendu, rond de jambe, adagio, – в технике танца Contemporary.</p> <p><b>Партерная пластика и растяжка.</b>  <u>Практика:</u> продолжение использование техник «Contraction» и «Release». Работа на основных уровнях: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа.</p> <p><b>Постановочная и репетиционная работа.</b>  <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.</p>	1	–	1	хореографии	Самооценка обучающихся своих знаний и умений
				<p><b>Постановочная и репетиционная работа.</b>  <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.</p>	2	–	2		Показ
18.03-24.03	по расписанию	6	гр.	<p><b>Стилизованная хореография.</b>  <u>Практика:</u> импровизации на свободную тему.</p>	6	–	6	кабинет хореографии	Домашнее задание на самостоятельное выполнение
25.03-31.03	по расписанию	6	гр.	<p><b>Постановочная и репетиционная работа.</b>  <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.</p>	6	–	6	кабинет хореографии	Показ
01.04-07.04	по расписанию	6	гр.	<p><b>Танец «Модерн».</b>  <u>Практика:</u> импровизации на сцене.</p>	6	–	6	кабинет хореографии	Передача обучающимся роли педагога
08.04-14.04	по расписанию	6	гр.	<p><b>«Джаз» танец.</b>  <u>Практика:</u> кросс: шаги: Grand battements во всех направлениях на 90°, Pas de bourre с Preparation к пируэтам.  Прыжки: jump: во время взлета arch торса.</p>	6	–	6	кабинет хореографии	Наблюдение
15.04-21.04	по расписанию	6	гр.	<p><b>Танец «Contemporary».</b>  <u>Практика:</u> выполнение танцевальных</p>	6	–	6	кабинет хореографии	Домашнее задание на



				комбинаций, включающих изученные элементы техники. Внимание смене ритма, динамики, связанности движений, использовании пространства (изменение направления и уровня движения).					самостоятельное выполнение
22.04-28.04	по расписанию	6	гр.	<b>«Джаз» танец.</b> <u>Практика:</u> кросс: прыжки: Нор: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса; Нор: рабочая нога открывается в сторону на 45°; Leap с трамплинным зависанием в воздухе.	6	–	6	кабинет хореографии	Показ
29.04-05.05	по расписанию	6	гр.	<b>Актёрское мастерство и образная выразительность.</b> <u>Практика:</u> раскрытие образов через работу над выразительностью и пластикой. Раскрытие эмоционального потенциала исполнителей. Музыкальное воплощение образов.	2	–	2	кабинет хореографии	Показ
				<b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.	2	–	2		
				<b>«Джаз» танец.</b> <u>Практика:</u> кросс: вращения: Chaînés на plié, на полной стопе, пируэт en dehors, en dedans.	2	–	2		
06.05-12.05	по расписанию	6	гр.	<b>Танец «Contemporary».</b> <u>Практика:</u> выполнение танцевальных комбинаций, включающих изученные элементы техники. Внимание смене ритма, динамики, связанности движений, использовании пространства (изменение направления и уровня движения).	6	–	6	кабинет хореографии	Домашнее задание на самостоятельное выполнение
13.05-19.05	по расписанию	6	гр.	<b>Итоговая аттестация.</b> <u>Теория:</u> тестирование и устный опрос.	2	1	1	кабинет хореографии	Тестирование, просмотр

				<u>Практика:</u> участие ансамбля в концертных программах, мероприятиях, конкурсах и фестивалях как города и области, так и в других городах. Отчётный концерт. <b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Практика:</u> отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце.	4	–	4		Передача обучающимся роли педагога
20.05-26.05	по расписанию	4	гр.	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b> <u>Практика:</u> отработка танцевального материала.	4	–	4	кабинет хореографии	Групповая оценка работы
<b>ВСЕГО</b>					<b>216</b>	<b>23</b>	<b>193</b>		

