

Календарный учебный график

дополнительная общеразвивающая программа "Студия современного танца"

(базовый уровень)

Год обучения: 1.

| 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 | 2 | гр. | Организационное занятие. Теория: цели и задачи работы объединения. Инструктаж по технике безопасности. Беседы: «Классический танец»; «Народный танец»; «Современная хореография» (о направленности и стилистике танца; общее введение в предмет). | 2 | 2 | – | кабинет хореографии | Беседа, вводная диагностика |
| 04.09-10.09 | по расписанию | 4 | гр. | Основы классического танца. Теория: изучение новой терминологии классического танца. Практика: экзерсис у станка: Demi plie, Grand plie по 1, 2, 5, 6 позициям; Releve на полупальцах по 6 позиции; Battement tendu по 5, 6 позициям; Pour le pied; Battement tendu jete на 45 градусов. | 4 | 1 | 3 | кабинет хореографии | Беседа, наблюдение |
| 11.09-17.09 | по расписанию | 4 | гр. | Основы танца «Модерн». Теория: введение в предмет. Терминология танца «Модерн». Практика: разогрев: усложненные комбинации движений головой; плечи (твист, шейк); грудная клетка (крест, | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Беседа, наблюдение |

| | | | | | | | | | |
|-------------|---------------|---|-----|---|---|---|---|---------------------|--------------------------|
| | | | | квадрат, полукруги, круги); пелвис (hip lift, shimmi, jelli roll). | | | | | |
| 18.09-24.09 | по расписанию | 4 | гр. | Партерная пластика и растяжка. Теория: упражнения на силу и выносливость мышц тела. Практика: основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа. | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Беседа, наблюдение |
| 25.09-01.10 | по расписанию | 4 | гр. | Актёрское мастерство и образная выразительность. Теория: значение актерского мастерства в передаче танцевального образа. Практика: раскрытие образов через работу над выразительностью и пластикой. | 4 | 3 | 1 | кабинет хореографии | Беседа, наблюдение |
| 02.10-08.10 | по расписанию | 4 | гр. | Основы классического танца. Теория: изучение новой терминологии классического танца. Практика: экзерсис у станка: Demi plie, Grand plie по 1, 2, 5, 6 позициям; Releve на полупальцах по 6 позиции; Battement tendu по 5, 6 позициям; Pour le pied; Battement tendu jete на 45 градусов. | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Беседа, наблюдение |
| 09.10-15.10 | по расписанию | 4 | гр. | Основы народно-сценического танца. Теория: изучение новой терминологии народного танца. Практика: экзерсис на середине зала: поклон; позиции ног: 1, 2, 3, 5, 6; позиции и открывание рук: 1, 2, 3. Шаги. Марш. Бег (на носках). | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Беседа, наблюдение |
| 16.10-22.10 | по расписанию | 4 | гр. | Основы «Джаз» танца. Теория: понятия об основных направлениях движения и исполнения в «Джаз» танце. Практика: набор основных джазовых позиций и элементов: Jerk Position (джерк | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Устный опрос, наблюдение |

| | | | | | | | | | |
|-------------|---------------|---|-----|---|---|---|---|---------------------|--------------------------|
| | | | | позицион) – плечи рук отведены назад, а предплечье – вперед, кисти и пальцы расслаблены. Позиции ног применяются и классического характера, и джазового; в основном параллельные (2-ая). | | | | | |
| 23.10-29.10 | по расписанию | 2 | гр. | Постановочная и репетиционная работа. Практика: нахождение хореографической темы. Композиционное воплощение. Выбор танцевальной постановки, обсуждение, репетиционная работа. | 2 | – | 2 | кабинет хореографии | Показ |
| 30.10-05.11 | по расписанию | 4 | гр. | Основы танца «Модерн». Теория: движение корпуса. Правила исполнения упражнений современной пластики. Позиции рук. Позиции ног. Практика: координация: свинговое раскачивание двух центров; параллель и оппозиция в движении двух центров; принцип управления, «импульсные цепочки»; координация движения рук и ног без передвижения. | 4 | 1 | 3 | кабинет хореографии | Устный опрос, наблюдение |
| 06.11-12.11 | по расписанию | 4 | гр. | Основы «Джаз» танца. Теория: понятия об основных направлениях движения и исполнения в «Джаз» танце. Практика: Auto – позиция наружу (применяются к позициям рук и ног; открытые, выворотные); In – позиция внутрь (применяются к позициям рук и ног; закрытое положение); Point (поинт) – вытянутое положение. | 4 | 1 | 3 | кабинет хореографии | Беседа, показ |
| 13.11-19.11 | по расписанию | 4 | гр. | Партерная пластика и растяжка. Теория: стрейчинг (растяжка). Техники «Contraction» и «Release». Практика: основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Беседа, наблюдение |

| | | | | | | | | | |
|-------------|---------------|---|-----|--|---|---|---|---------------------|--|
| | | | | корточках, стоя на коленях, лежа. | | | | | |
| 20.11-26.11 | по расписанию | 4 | гр. | Основы классического танца. Теория: правила исполнения упражнений классического экзерсиса. Практика: экзерсис у станка: Ronddejambparterre; положение ноги на sou de pied (сзади, обхватное, условное); Battement fondu (носком в пол); Battement frappe (носком в пол); Grand battement jete из 5, 6 позиций. | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Устный опрос, показ |
| 27.11-03.12 | по расписанию | 4 | гр. | Основы народно-сценического танца. Теория: изучение новой терминологии народного танца. Практика: экзерсис на середине зала: поклон; Шаги. Марш. Бег (на носках). | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Устный опрос, наблюдение |
| 04.12-10.12 | по расписанию | 4 | гр. | Партерная пластика и растяжка. Практика: акробатические уровни: шпагаты (поперечный и продольный); "мост"; стойка на руках; стойка на лопатках ("березка"); колесо. Упражнения в партере (на полу). Contraction и release. Уровни. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Наблюдение |
| 11.12-17.12 | по расписанию | 4 | гр. | Промежуточная аттестация. Теория: тестирование на знание теоретического материала. Практика: открытые занятия для родителей и преподавателей. Основы танца «Модерн». Теория: движение корпуса. Правила исполнения упражнений современной пластики. Позиции рук. Позиции ног. Практика: координация: свинговое раскачивание двух центров; параллель и оппозиция в движении двух центров; принцип управления, «импульсные | 2 | 1 | 1 | кабинет хореографии | Тестирование, просмотр Беседа, домашнее задание на самостоятельное выполнение |

| | | | | | | | | | |
|-------------|---------------|---|-----|--|---|---|---|---------------------|--|
| | | | | цепочки»; координация движения рук и ног без передвижения. | | | | | |
| 18.12-24.12 | по расписанию | 2 | гр. | Стилизованная хореография. Теория: правила исполнения движений. Техника отработки движений. | 2 | 2 | – | кабинет хореографии | Домашнее задание на самостоятельное выполнение |
| 25.12-31.12 | по расписанию | 4 | гр. | Основы классического танца. Практика: экзерсис у станка: Rondejambpartette; положение ноги на sou de pied (сзади, обхватное, условное); Battement fondu (носком в пол); Battement frappe (носком в пол); Grand battement jete из 5, 6 позиций. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Показ |
| 08.01-14.01 | по расписанию | 4 | гр. | Основы народно-сценического танца. Теория: правила исполнения движений. Техника отработки движений. Практика: экзерсис на середине зала: подскоки (без руки, с руками); галоп (боковой); соскоки (по 6 позиции с продвижением вперед). Дроби: «ключи» (одинарный, двойной); «трилистник». | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Устный опрос, показ |
| 15.01-21.01 | по расписанию | 4 | гр. | Основы танца «Модерн». Теория: история развития танца «Модерн». Практика: Body roll («волна» – вперёд, назад, боковая). Основные уровни: «Стоя», «Сидя», «Лежа». | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Устный опрос, показ |
| 22.01-28.01 | по расписанию | 4 | гр. | Основы «Джаз» танца. Теория: разучивание начальных движений. Практика: Flex (heel stand, ball drop, ball stand heel drop) (флекс [стояние на пятке, опускание стопы на подушечку, стояние на подушечке]) – сокращенное положение стопы или руки. Heel drop начинается из положения: нагруженная подушечка стопы | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Беседа, наблюдение |

| | | | | | | | | | |
|-------------|---------------|---|-----|---|---|---|---|---------------------|--|
| | | | | слегка касается пола (ball stand); затем опускается на всю стопу (heel drop); далее перенос тяжести тела на пятку (heel stand). | | | | | |
| 29.01-04.02 | по расписанию | 4 | гр. | Стилизованная хореография. Теория: правила исполнения упражнений современной пластики. Практика: шаги. Марш. Бег (на носках, на полной стопе). Подскоки (без руки, с руками). Галоп (боковой, круговой). Соскоки (по 6 позиции с продвижением вперед). | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Домашнее задание на самостоятельное выполнение |
| 05.02-11.02 | по расписанию | 4 | гр. | Партерная пластика и растяжка. Практика: акробатические уровни: шпагаты (поперечный и продольный); "мост"; стойка на руках; стойка на лопатках ("березка"); колесо. Упражнения в партере (на полу). Contraction и release. Уровни. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Показ |
| 12.02-18.02 | по расписанию | 4 | гр. | Актёрское мастерство и образная выразительность. Теория: содержание образа. Образы и характер исполнения танцевального номера. Практика: раскрытие эмоционального потенциала исполнителей. Музыкальное воплощение образов. | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Устный опрос, показ |
| 19.02-25.02 | по расписанию | 4 | гр. | Основы классического танца. Практика: позы классического танца: croise вперед и назад; effase вперед и назад. Balance. Tour chine. Allegro. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Наблюдение |
| 26.02-03.03 | по расписанию | 4 | гр. | Основы народно-сценического танца. Теория: правила исполнения движений. Техника отработки движений. Практика: экзерсис на середине зала: Дроби: «ключи» (одинарный, двойной); | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Показ |

| | | | | | | | | | |
|-------------|---------------|---|-----|--|---|---|---|---------------------|--|
| | | | | «трилистник». Основные движения: «Гармошка»; «Ковырялочка»; «Моталочка»; «Тройной притоп»; «Маятник». | | | | | |
| 04.03-10.03 | по расписанию | 4 | гр. | Стилизованная хореография. Практика: основные движения в современном стиле: «Гармошка»; «Ковырялочка»; «Моталочка»; «Тройной притоп»; «Маятник». Работа в парах. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Показ |
| 11.03-17.03 | по расписанию | 4 | гр. | Постановочная и репетиционная работа. Практика: построение и особенности рисунков танца. Владение пространством. Основы сценического грима и сценического костюма. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Домашнее задание на самостоятельное выполнение |
| 18.03-24.03 | по расписанию | 4 | гр. | Основы танца «Модерн». Теория: Изучение новой терминологии современного танца. Практика: Body roll («волна» – вперёд, назад, боковая). Основные уровни: «Стоя», «Сидя», «Лежа». | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Показ |
| 25.03-31.03 | по расписанию | 4 | гр. | Основы «Джаз» танца. Теория: разучивание начальных движений. Практика: Head tiff, Head trust, Head accent (толчки, броски и акценты головой) – все движения головы могут исполняться медленно и непрерывно, а также быстро и толчкообразно. | 4 | 2 | 2 | кабинет хореографии | Устный опрос, показ |
| 01.04-07.04 | по расписанию | 4 | гр. | Постановочная и репетиционная работа. Практика: отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Передача обучающимся роли педагога |
| 08.04-14.04 | по расписанию | 4 | гр. | Основы народно-сценического танца. Практика: экзерсис на середине зала: основные движения: «Гармошка»; | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Домашнее задание на самостоятельное |

| | | | | | | | | | |
|-------------|---------------|---|-----|---|---|---|---|---------------------|--|
| | | | | «Ковырялочка»; «Моталочка»; «Тройной притоп»; «Маятник». | | | | | ное выполнение |
| 15.04-21.04 | по расписанию | 4 | гр. | Основы «Джаз» танца. Теория: понятия об основных направлениях движения и исполнения в «Джаз» танце. Практика: Связка наклонов, подъемов, поворотов всех центров. Постановочная и репетиционная работа. Практика: нахождение хореографической темы. Композиционное воплощение. Выбор танцевальной постановки, обсуждение, репетиционная работа. | 4 | 1 | 3 | кабинет хореографии | Показ |
| 22.04-28.04 | по расписанию | 4 | гр. | Партерная пластика и растяжка. Практика: акробатические уровни: шпагаты (поперечный и продольный); "мост"; стойка на руках; стойка на лопатках ("березка"); колесо. Упражнения в партере (на полу). Contraction и release. Уровни. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Передача обучающимся роли педагога |
| 29.04-05.05 | по расписанию | 4 | гр. | Постановочная и репетиционная работа. Практика: отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Домашнее задание на самостоятельное выполнение |
| 06.05-12.05 | по расписанию | 4 | гр. | Промежуточная аттестация. Теория: тестирование на знание теоретического материала. Практика: открытые занятия для родителей и преподавателей. Отчётный концерт. | 2 | 1 | 1 | кабинет хореографии | Тестирование, просмотр |
| | | | | Стилизованная хореография. Практика: основные движения в современном стиле: «Гармошка»; «Ковырялочка»; «Моталочка»; «Тройной | 2 | – | 2 | | Групповая оценка работы |

| | | | | | | | | | |
|--------------|------------------|---|-----|---|------------|-----------|-----------|------------------------|--|
| | | | | притоп»; «Маятник». Работа в парах. | | | | | |
| 13.05-19.05 | по расписанию | 4 | гр. | Постановочная и репетиционная работа. Практика: отработка танцевального материала. Исполнительность. Выразительность в танце. | 4 | – | 4 | кабинет хореографии | Передача обучающимся роли педагога |
| 20.05-27.05 | по расписанию | 2 | гр. | Актёрское мастерство и образная выразительность. Теория: эмоции в танце. Практика: раскрытие эмоционального потенциала исполнителей. Музыкальное воплощение образов. | 2 | 1 | 1 | кабинет хореографии | Творческий отчёт |
| ВСЕГО | | | | | 144 | 47 | 97 | | |