

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ №1»

Принята на заседании
педагогического совета

Протокол №01
от «26» 08



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА АНСАМБЛЯ
«ПИРУЭТ»**

направленность: художественная
возраст обучающихся: 7 лет
группа № 3
год обучения: 1 год (144 часа)

Багаева Гульнара Миншакировна
педагог дополнительного образования
отдела художественного воспитания

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2021

Планируемые результаты

| раздел, тема | результат | | | механизм отслеживания |
|-----------------------------|--|---|---|--|
| | высокий уровень | средний уровень | низкий уровень | |
| Классический танец | | | | |
| Экзерсис | знает, дает полный ответ, умеет правильно исполнить без помощи педагога, выполняет чётко все элементы экзерсиса, уверенное, осмыщенное исполнение движений, свободное владение материалом, умение передавать характер произведения. | знает положение, но при ответе допускает неточности, при исполнении допускает неточности, требуется напоминание и показ педагога, исполнение уверенное, выразительное, но задачи, поставленные педагогом, выполнены не в полном объеме; небольшие недочеты в исполнительском плане | не знает исполнение последовательности движений, неточное исполнение под музыку, несоответствие характеру, ритму и темпу, исполнение с большим количеством недочетов, вялый физический аппарат, формальное отношение к исполнению | <p><i>низкий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина</p> <p><i>средний уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.</p> <p><i>высокий уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина, концерт, конкурс</p> |
| Упражнения на середине зала | чётко, легко выполняет изученный материал, чутко слышит и грамотно воспроизводит ритм, при вращениях чётко работает головой, правильно применяя термин «держать точку», отлично владеет навыком «нового движения», точно и правильно | знает последовательность, но не всегда в соответствии с музыкой, характер движения передается ограниченными выразительными средствами, исполняет движения на середине зала с небольшими ошибками, но движения уверенные, выразительные, не чётко выполняет ритмический рисунок, но есть | не знает правила исполнения простых движений, грубые и частые ошибки при исполнении простых движений, слабое владение движениями по программе, неточное знание материала, выполняет движений с явными техническими погрешностями | <p><i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина</p> <p><i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина.</p> <p><i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, творческое задание, викторина,</p> |

| | | | | |
|----------------------|---|--|---|---|
| | осваивает новую информацию | желание улучшить результат, при вращениях хорошо держит голову, не всегда внимателен при получении нового материала | | концерт, конкурс |
| Прыжки | знает технику выполнения прыжков отлично, хорошо развита сила толчка, имеет высокий прыжок, отличное знание техники прыжка и его выполнения, выпрыгивает как можно выше и с большой амплитудой, отлично знает все правила выполнения прыжка | знает технику выполнения прыжков, но допускает неточности, прыжок хороший, но приземляется на прямые ноги, есть стремление к улучшению результата, но не всегда получается, добивается сохранения центра тяжести в прыжке | не стремится улучшить свой результат, техника прыжка слабая, не внимателен, выполняет не под музыку, не соблюдает ритм, не знает правила выполнения прыжка, выполняет прыжки с малой амплитудой, нет способности к равновесию при выполнении прыжка вверх и приземлении | <p><i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина</p> <p><i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.</p> <p><i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина, концерт, конкурс</p> |
| Репетиционная работа | исполняет классический танец легко, в манере, эмоционально, движения выполняются самостоятельно, обладает высоким уровнем двигательной активности, актерской выразительностью, свободно владеет навыками изученных танцев различного | классический танец исполняет не всегда чётко, но в согласовании с музыкой, движения выполняются по образцу, обладает средним уровнем двигательной активности, владеет навыками исполнения изученных танцев среднего уровня сложности | нет четкости в исполнении движений в танце, движения выполняются с помощью педагога, не владеет понятийным аппаратом школы классического танца, нет двигательной активности, координации движений, музыкальности, выразительности исполнения танцевальных движений | <p><i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина</p> <p><i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина.</p> <p><i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина, концерт, конкурс</p> |

| | уровня сложности | | | конкурс |
|-------------------|--|---|--|--------------------------------|
| вводный контроль | | | | |
| Контрольные срезы | контроль знаний - правил техники безопасности, правил выполнения упражнений, счёт, дыхание положение рук, корпуса, уверенная демонстрация двигательных навыков, тестовые упражнения на силу, гибкость, координацию | знание - правил техники безопасности, правил выполнения упражнений, счёт, дыхание положение рук, корпуса, демонстрация двигательных навыков, тестовые упражнения на силу и гибкость | знание правил техники безопасности, правил выполнения упражнений, счёт, дыхание положение рук, корпуса, проверка двигательных навыков | устный опрос, наблюдение, тест |
| | промежуточный контроль | | | |
| | правила техники безопасности, правила выполнения упражнения, счёт, дыхание (вдох через нос, выдох через рот), осознанность и самостоятельность в выполнение изученных упражнений ОФП и партерной гимнастики | правила техники безопасности, правила выполнения упражнения, счёт, дыхание (вдох через нос, выдох через рот), осознанность в выполнение изученных упражнений ОФП и партерной гимнастики | правила техники безопасности, правила выполнения упражнения, счёт, не осознанность. выполнение изученных упражнений ОФП и партерной гимнастики | устный опрос, наблюдение, тест |
| итоговый контроль | | | | |
| | знание простых базовых движений, исполнение танцевальных номеров с существенными техническими ошибками | знание базовых движений, умение составлять комбинацию при помощи педагога, исполнение танцевальных номеров с небольшими техническими | знание сложных движений, умение составлять комбинацию без помощи педагога, исполнение танцевальных номеров с несущественными техническими | наблюдение, творческое задание |

| | | | | |
|---------------------------------|---|----------|----------|---|
| | | ошибками | ошибками | |
| Культурно-досуговые мероприятия | <p>«Посвящение в кружковцы», «Новогодняя сказка», «Татарстан - мой край родной», «История хореографии», «На балу у Золушки», посещение театра оперы и балета в г. Казани; посещение концертов ансамбля танца «Булгары», концерт в парке Победы и участие в театрализации посвященному «Дню Победы», посещение Поста № 1 и музея Боевой Славы дворца</p> | | | устный опрос, наблюдение, викторина, музыкальная гостиная, беседа, творческое задание |

Акробатика

| | | | | |
|------------------|--|--|--|--|
| Разминка | выполняет чётко все элементы разминки, умеет правильно выполнять технически сложные комбинации, развиты навыки самоконтроля, правильно, выразительно выполняет движения, развиты навыки артистичности, выразительности и эмоциональности и | при исполнении допускает неточности, требуется напоминание и показ педагога, не всегда правильно выполняет движение, но есть желание к усовершенствованию, не до конца знает терминологию, развивает гибкость своего тела, ловкость, выносливость, мышечную силу, но не до конца старается | слабые мышцы всего тела, все движения выполняются слабо, невнимателен, когда движение показывает педагог, в движениях нет гибкости и пластичности, при выполнении упражнений не всегда старается соблюдать правильную осанку, постановку корпуса, не всегда согласовывает движения с музыкой | <p><i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина</p> <p><i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина.</p> <p><i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, творческое задание, викторина, концерт, конкурс</p> |
| Партерный тренаж | отлично владеет навыком «нового движения», точно и правильно осваивает новую информацию, движения партерной гимнастики выполняет технически грамотно на высоком уровне, исполняет движения | выполняет партерную гимнастику в соответствии с музыкой, ритмично, выразительно, но не доводит движения до конца, знает последовательность, но не всегда в соответствии с музыкой, нечётко выполняет ритмический рисунок, но есть желание улучшить результат, не всегда | не ритмично, не четко выполняет движения, не внимателен, рассеян, нет музыкальности, эмоциональности, не знает правила исполнения простых движений, нет техники в исполнении партерной гимнастики | <p><i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина</p> <p><i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина.</p> <p><i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание,</p> |

| | | | | |
|----------------------|---|---|--|--|
| | музыкально, чётко, легко выполняет изученный материал, чутко слышит и грамотно воспроизводит ритм, при вращениях чётко работает головой, правильно применяя термин «сила ног» | внимателен при получении нового материала | | творческое задание, викторина, концерт, конкурс |
| Прыжки | хорошо развита сила толчка, имеет высокий прыжок, отличное знание техники прыжка и его выполнения, прыжковые комбинации выполняет высоко, выразительно, музыкально, обладает хорошим чувством ритма, эмоционален, уровень сложности прыжков высокий | прыжок хороший, но приземляется на прямые ноги, есть стремление к улучшению результата, но не всегда получается, выполняя прыжки, следит за своей осанкой и корпусом тела, но не всегда этого делает, уровень сложности прыжков средний, чувство ритма есть, музыкальность, но не всегда получается | прыжковые комбинации выполняет не высоко от пола, не тянет носки, не следит за корпусом во время прыжков, не выразительно выполняет прыжки, нет чувства ритма | <p><i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина</p> <p><i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, викторина.</p> <p><i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание, творческое задание, викторина, концерт, конкурс</p> |
| Репетиционная работа | танцевальные движения выполняет технически грамотно, на высоком уровне сложности, выполняет все движения с большим интересом и любовью к | исполняет танцевальные движения четко, выразительно, музыкально, но не доводит исполнение до конца, слышит музыку, знает и исполняет ритмично, слушает замечания педагога, но не всегда | нет согласованности движений с музыкой, не чувствует ритм в классическом танце, нет выразительности, эмоциональности и музыкальности в исполнении танцевальных | <p><i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина</p> <p><i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина.</p> |

| | | | | |
|-----------------------------|---|---|--|--|
| | танцам, исполняет движение легко, есть навыки креативного мышления | получается правильное выполнение движений | движений, не слышит замечания педагога | <i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина, концерт, конкурс |
| Контрольные срезы | знание сложных движений, умение составлять комбинацию без помощи педагога, исполнение танцевальных номеров с несущественным и техническими ошибками | правила техники безопасности, правила выполнения упражнения, счёт, дыхание (вдох через нос, выдох через рот), осознанность и самостоятельность в выполнение изученных упражнений ОФП и партерной гимнастики | контроль знаний - правил техники безопасности, правил выполнения упражнений, счёт, дыхание положение рук, корпуса, уверенная демонстрация двигательных навыков, тестовые упражнения на силу, гибкость, координацию | <i>стартовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина <i>базовый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание викторина. <i>продвинутый уровень:</i> устный опрос, наблюдение, прослушивание творческое задание, викторина, концерт, конкурс |
| Оздоровительные мероприятия | «Веселые старты» с участием родителей, «Дни здоровья», выход в лес, выход на Скалодром | | | наблюдение, прослушивание, творческое задание, наблюдение, |

Содержание программы

Классический танец

Раздел 1. Вводное занятие

1.1. Инструктаж по технике безопасности

Теория: инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности; хореографическое искусство и его роль в жизни человека; развитие музыкально-ритмической выразительности, пространственной ориентации ребенка.

Формы и методы проведения занятий: викторина.

Раздел 2. Экзерсис у станка

Тема 2.1. Demi plie по I и II позициям у станка

Теория: отработка упражнения demi plie, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: предварительное ознакомление с природными и музыкальными данными учащихся: выполнение упражнений первого уровня сложности, постановка корпуса в 1 и 2 позициях

Базовый уровень: предварительное ознакомление с природными и музыкальными данными учащихся: выполнение упражнений среднего уровня сложности, постановка корпуса в 1 и 2 позициях равномерное распределение музыкального размера

Продвинутый уровень: предварительное ознакомление с природными и музыкальными данными учащихся: выполнение упражнений первого уровня сложности. постановка корпуса в 1 и 2 позициях равномерное распределение музыкального размера, выразительное исполнение движения

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47498368

Тема 2.2. Grand plie по I и II позиция

Теория: отработка движения grand plie, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: выворотно исполнять grand plie.

Базовый уровень: приседать с прямой спиной, выворотно исполняя grand plie, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: приседать с прямой спиной, выворотно исполняя grand plie, отслеживать и оценивать свои действия, сохраняя музыкальный размер

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516155

Тема 2.3. Releves по VI позиции у станка

Теория: отработка releves по VI позиции, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: держать пятки вместе, колени не сгибать

Базовый уровень: выполняя упражнение с хорошей постановкой корпуса отслеживать свои действия

Продвинутый уровень: выполняя упражнение отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом,

Тема 2.4. Battement tendu по I позиции

Теория: отработка battement tendu у по I позиции, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения движения

Базовый уровень: знать правила исполнения движения, работать с сильным коленом

Продвинутый уровень: выполняя упражнение уметь отслеживать и оценивать свои действия

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47498420

Тема 2.5. Battement tendu jete по I позиции

Теория: отработка battement tendu jete по I позиции, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения движения

Базовый уровень: исполняя движение держать точку на 35 градусов, отслеживая свои действия.

Продвинутый уровень: исполняя движение держать точку на 35 градусов, отслеживая и оценивая свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516167

Тема 2.6. Demi ronde jambs parter

Теория: отработка demi ronde jambs parter, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения движения

Базовый уровень: исполняя движение держать спину отслеживая свои действия.

Продвинутый уровень: исполняя движение держать спину, уметь выворотно вывести носок в сторону, отслеживая и оценивая свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом.

Раздел 3. Упражнения на середине зала

Тема 3.1. I и III позиции

Теория: отработка позиций рук, объяснение и показ.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения позиций рук.

Базовый уровень: исполняя позиции рук держать спину и локти.

Продвинутый уровень: исполняя позиции рук, держать спину, локти и, оценивая свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516026

Тема 3.2. Releves по VI позиции

Теория: отработка движения releves по VI позиции, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: держать пятки вместе, колени не сгибать.

Базовый уровень: выполняя упражнение с хорошей постановкой корпуса отслеживать свои действия

Продвинутый уровень: выполняя упражнение отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом.

Тема 3.3. Demi plie на середине зала

Теория: отработка движения demi plie на середине зала, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: выполнение упражнений первого уровня сложности, постановка корпуса в 1 и 2 позициях.

Базовый уровень: постановка корпуса в 1 и 2 позициях равномерное распределение музыкального размера.

Продвинутый уровень: постановка корпуса в 1 и 2 позициях равномерное распределение музыкального размера, выразительное исполнение движения.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом.

Тема 3.4. Battement tendu по I позиции

Теория: отработка движения battement tendu по I позиции, объяснение и показ.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения движения.

Базовый уровень: знать правила исполнения движения, работать с сильным коленом.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом.

Тема 3.5. II позиция рук

Теория: отработка движения II позиции рук, объяснение и показ.

Практика:

Стартовый уровень: держать руки по II позиции на нужном уровне.

Базовый уровень: выполняя позиции рук, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя позиции рук, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516044

Раздел 4. Прыжки.

Тема 4.1. Sotte из I позиции на середине зала

Теория: отработка прыжка sotte из I позиции, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения выворотного прыжка.

Базовый уровень: выполняя упражнение sotte из I позиции на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполнения упражнение sotte из I позиции на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать и оценивать свои действия

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая

работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47515315

Тема 4.2. Sotte из II позиции на середине зала

Теория: отработка sotte из II позиции на середине зала, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения выворотного прыжка на середине зала

Базовый уровень: выполняя прыжок sotte из II позиции на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, сохраняя II позицию.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение sotte из II позиции на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать и оценивать свои действия *Формы и методы проведения занятий*: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47515711

Тема 4.3. Соединение Sotte из I и II позиций на середине зала

Теория: отработка sotte из I и II позиций на середине зал, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения выворотного прыжка.

Базовый уровень: выполняя упражнение sotte из I и II позиций на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение sotte из I и II позиций позиции на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать и оценивать свои действия *Формы и методы проведения занятий*: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47515315

https://vk.com/topic-203630227_47515711

Тема 4.4. Комбинации прыжков

Теория: отработка всех комбинаций прыжков, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения выворотного прыжка.

Базовый уровень: выполняя комбинации прыжков на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя комбинации прыжков на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать и оценивать свои действия

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47515711

Тема 4.5. Закрепить все комбинации прыжков

Теория: отработка всех комбинаций прыжков, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения выворотного прыжка.

Базовый уровень: выполняя комбинации прыжков на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя комбинации прыжков на середине зала, соблюдать выворотность прыжка, уметь отслеживать и оценивать свои действия

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47515315

Раздел 5. Репетиционная работа

Тема 5.1. Репетиционная работа

Теория: отработка пройденных комбинаций, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения пройденных комбинаций.

Базовый уровень: выполняя пройденные движения, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя пройденные движения, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа

Тема 5.2. Репетиционная работа

Теория: отработка ранее изученных движений, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения ранее изученных движений.

Базовый уровень: выполняя ранее изученные движения, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя ранее изученные движения, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа.

Тема 5.3. Репетиционная работа

Теория: отработка упражнений на развитие подвижности стопы, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения упражнений на развитие подвижности стопы.

Базовый уровень: выполняя упражнения на развитие подвижности стопы, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнения на развитие подвижности стопы, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516167

Тема 5.4. Репетиционная работа

Теория: отработка упражнений на развитие голеностопного сустава, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения упражнений на развитие голеностопного сустава.

Базовый уровень: выполняя упражнения на развитие голеностопного сустава, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнения на развитие голеностопного сустава, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47498420

Тема 5.5. Репетиционная работа

Теория: отработка упражнений на развитие гибкости, объяснение и показ движения.(Деми и гранд плие на середине зала)

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения упражнений на развитие гибкости.

Базовый уровень: выполняя упражнения на развитие гибкости, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнения на развитие гибкости, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516155

Тема 5.6. Репетиционная работа

Теория: отработка упражнений на укрепление позвоночника, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения упражнений на укрепление позвоночника.

Базовый уровень: выполняя упражнения на укрепление позвоночника, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнения на укрепление позвоночника, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа.

Тема 5.7. Репетиционная работа

Теория: отработка вращений прыжков, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения вращения прыжков.

Базовый уровень: выполняя вращения прыжков, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя вращения прыжков, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47515315

Тема 5.8. Репетиционная работа

Теория: отработка упражнений на выворотность ног, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения упражнений на выворотность ног.

Базовый уровень: выполняя упражнения на выворотность ног, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнения на выворотность ног, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа с дидактическим материалом.

Тема 5.9. Репетиционная работа

Теория: отработка пройденных комбинаций, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения пройденных комбинаций.

Базовый уровень: выполняя пройденные движения, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя пройденные движения, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая

работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516167

Тема 5.10. Репетиционная работа

Теория: отработка пройденных движений, объяснение и показ движения.

Практика:

Стартовый уровень: справляться со всеми предложенными в программе движениями.

Базовый уровень: выполняя пройденные движения, уметь отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя пройденные движения, уметь отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47498368

Тема 5.11. Отработка выученных комбинаций прыжков

Теория: отрабатываем комбинации прыжков, объяснение, показ.

Практика:

Стартовый уровень: знать правила исполнения пройденных комбинаций.

Базовый уровень: уметь станцевать танец

Продвинутый уровень: уметь выразительно станцевать танец

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47515711

Раздел 6. Постановочная работа

Тема 6.1. Постановка 1 части танца

Теория: отработка комбинаций из 1 части танца, объяснение, показ.

Практика:

Стартовый уровень: правильно исполнить заданную комбинацию из танца.

Базовый уровень: исполняя заданную комбинацию из танца, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: исполняя данную комбинацию из танца, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, практическая работа.

Тема 6.2. Постановка 2 части танца

Теория: отработка комбинации из 2 части танца, объяснение, показ.

Практика:

Стартовый уровень: правильно исполнить 2 часть танца.

Базовый уровень: исполняя 2 часть танца, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: исполняя 2 часть танца, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, практическая работа.

Тема 6.3. Постановка финальной части танца

Теория: отработка финальной части танца, объяснение, показ.

Практика:

Стартовый уровень: правильно исполнить финальную часть танца.

Базовый уровень: исполняя финальную часть танца, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: исполняя финальную часть танца, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, практическая работа.

Тема 6.4. Закрепление движений финальной части танца

Теория: отработка движений финальной части танца, объяснение, показ.

Практика.

Стартовый уровень: правильно исполнить финальную часть танца.

Базовый уровень: исполняя финальную часть танца, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: исполняя финальную часть танца, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, практическая работа.

Раздел 7. Контрольные срезы

Вводный контроль

Теория: понятие определения «ритм», характером музыки

Практика: упражнения на простукивание ритмического рисунка, определение музыкального размера, исполнение простых упражнений demi plié, grand plie

Формы и методы проведения занятий: контрольное занятие, практическая работа.

Промежуточный контроль

Теория: правила выполнения партерного тренажа

Практика: определение музыкального размера, исполнение разученных упражнений, танцевального этюда

Формы и методы проведения занятий: контрольное занятие, практическая работа.

Итоговый контроль

Теория: простые упражнения партерного тренажа

Практика: определение музыкального размера, исполнение разученных упражнений, танцевального этюда

Формы и методы проведения занятий: контрольное занятие, практическая работа.

Раздел 8. Культурно-досуговые мероприятия

«Посвящение в кружковцы», «Новогодняя сказка», «Татарстан - мой край родной», «История хореографии», «На балу у Золушки», посещение Поста № 1 и музея Боевой Славы дворца

Акробатика

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности. Хореографическое искусство и его роль в жизни человека. Развитие музыкально-ритмической выразительности, пространственной ориентации ребенка.

Формы и методы проведения занятий: викторина.

Раздел 2. Разминка

Тема 2.1. Упражнения на развитие мышечного аппарата

Теория: отработка мышечного аппарата, показ.

Практика:

Стартовый уровень: уметь правильно работать мышцами, слышать педагога.

Базовый уровень: уметь правильно работать мышцами, отслеживая свои действия.

Продвинутый уровень: уметь правильно работать мышцами, отслеживая и оценивая свои действия.

Формы и методы проведения занятий: объяснение, беседа, рассуждение.

Тема 2.2. Упражнение на развитие опорно-двигательного аппарата

Теория: отработка опорно-двигательного аппарата, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: развитие выворотности, вытянутые колени и стопы.

Базовый уровень: выполняя упражнение на развитие опорно-двигательного аппарата, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение на развитие опорно-двигательного аппарата, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47572717

Тема 2.3. Упражнение на гибкость

Теория: отработка подвижности суставов, силы мышц, объяснение, показ.

Практика:

Стартовый уровень: развитие гибкости вперед и назад.

Базовый уровень: выполняя упражнение на развитие гибкости, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение на развитие гибкости, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: устный опрос, творческое задание, творческие игры

Тема 2.4. Закрепление упражнений на развитие мышечного аппарата

Теория: отработка упражнений на развитие мышечного аппарата, показ.

Практика:

Стартовый уровень: уметь правильно работать мышцами, слышать педагога.

Базовый уровень: уметь правильно работать мышцами, отслеживая свои действия.

Продвинутый уровень: уметь правильно работать мышцами, отслеживая и оценивая свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516249

Тема 2.5. Закрепление упражнений на развитие опорно-двигательного аппарата

Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата, показ, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: развитие выворотности, вытянутые колени и стопы.

Базовый уровень: выполняя упражнение на развитие опорно-двигательного аппарата, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение на развитие опорно-двигательного аппарата, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: объяснение, беседа, рассуждение

Тема 2.6. Упражнение на гибкость

Теория: развитие подвижности суставов, силы мышц, показ.

Практика:

Стартовый уровень: развитие гибкости вперед и назад.

Базовый уровень: выполняя упражнение на развитие гибкости, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение на развитие гибкости, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: устный опрос, творческое задание, творческие игры

Тема 2.7. Упражнения на развитие мышечного аппарата

Теория: подготовка мышечного аппарата, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: уметь правильно работать мышцами, слышать педагога.

Базовый уровень: уметь правильно работать мышцами, отслеживая свои действия.

Продвинутый уровень: уметь правильно работать мышцами, отслеживая и оценивая свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47573972

Тема 2.8. Упражнение на гибкость

Теория: развитие подвижности суставов, силы мышц, показ, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: развитие гибкости вперед и назад.

Базовый уровень: выполняя упражнение на развитие гибкости, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение на развитие гибкости, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516224

Тема 2.9. Упражнение на развитие опорно-двигательного аппарата

Теория: подготовка опорно-двигательного аппарата, показ.

Практика:

Стартовый уровень: развитие выворотности, вытянутые колени и стопы.

Базовый уровень: выполняя упражнение на развитие опорно-двигательного аппарата, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение на развитие опорно-двигательного аппарата, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47572717

Тема 2.10. Упражнения на развитие мышечного аппарата

Теория: подготовка мышечного аппарата, показ, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: уметь правильно работать мышцами, слышать педагога.

Базовый уровень: уметь правильно работать мышцами, отслеживая свои действия.

Продвинутый уровень: уметь правильно работать мышцами, отслеживая и оценивая свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516269

Раздел 3. Партерный тренаж.

Тема 3.1. Упражнения на развитие гибкости вперед, «складочка» медленная и быстрая

Теория: выполнение упражнений для растягивания мышц спины, показ.

Практика:

Стартовый уровень: развитие гибкости вперед и назад.

Базовый уровень: выполняя движения: «складочка», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя движения: «складочка», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516224

Тема 3.2. Упражнения на развитие гибкости вперед, «коробочка»

Теория: выполнение упражнений для растягивания мышц спины, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: развитие гибкости вперед и назад.

Базовый уровень: выполняя движения: «коробочка», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя движения: «коробочка», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516224

Тема 3.3. Упражнения на укрепление пресса («солдатик» - стоя на коленях, «двойная веточка» - лежа на спине)

Теория: выполнение упражнения «солдатик», «двойная веточка», объяснение, показ.

Практика:

Стартовый уровень: уметь грамотно исполнять изученный материал.

Базовый уровень: выполняя упражнения на укрепления пресса, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнения на укрепления пресса, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, наблюдение

Тема 3.4. «Книжечка» - разворот сокращенных стоп из невыворотного в выворотное положение и обратно, лёжа на спине

Теория: укрепление передней поверхности бедер, синхронная работа ногами, показ.

Практика:

Стартовый уровень: развитие физических данных: выворотности, вытянутых коленей и стоп.

Базовый уровень: выполняя упражнение «книжечка» на разворот сокращенных стоп из невыворотного в выворотное положение и обратно, лёжа на спине, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень выполнение упражнения «книжечка» на разворот сокращенных стоп из невыворотного в выворотное положение и обратно, лёжа на спине, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, наблюдение

Тема 3.5. Упражнение на развитие выворотности в тазобедренном суставе («бабочка»)

Теория: отработка упражнения для улучшения растяжки ног и бедер

Практика:

Стартовый уровень: уметь добиваться результата, развитие выворотности тазобедренного

сустава.

Базовый уровень: выполняя упражнение «бабочка», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «бабочка», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516249

Тема 3.6. Упражнение на развитие выворотности в тазобедренном суставе («лягушка»)

Теория: отработка упражнения «лягушка» для улучшения растяжки ног и бедер, показ.

Практика:

Стартовый уровень: уметь добиваться результата, развитие выворотности тазобедренного сустава.

Базовый уровень: выполняя упражнение, «лягушка», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «лягушка», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516249

Тема 3.7. Подготовка к «мостику»

Теория: разработка подвижности позвоночника, показ

Практика:

Стартовый уровень: улучшение показателей физических данных.

Базовый уровень: выполняя данное упражнение, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя данное упражнение, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47572717

Тема 3.8. Упражнения на развитие гибкости корпуса назад, лёжа на животе («замочек»)

Теория: развитие гибкости, раскрытие грудной клетки, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: правильно выполнять упражнение «замочек».

Базовый уровень: выполняя упражнение «замочек», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «замочек», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, наблюдение

Тема 3.9. Упражнения на развитие гибкости корпуса назад, лёжа на животе («лодочка»)

Теория: укрепление мышц спины и пресса, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: правильно выполнять упражнение «лодочка».

Базовый уровень: выполняя упражнение «лодочка», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «лодочка», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, наблюдение

Тема 3.10. Упражнения на развитие гибкости корпуса назад, лёжа на животе («змейка»)

Теория: развитие координации, овладение своим телом, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: правильно выполнять упражнение «змейка».

Базовый уровень: выполняя упражнение «змейка», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «змейка», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, наблюдение

Тема 3.11. Упражнения на развитие гибкости корпуса назад, лёжа на животе («корзиночка»)

Теория: развитие гибкости позвоночника, укрепление мышц спины, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: правильно выполнять упражнение «корзиночка».

Базовый уровень: выполняя упражнение «корзиночка», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «корзиночка», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, наблюдение.

Тема 3.12. Упражнения на развитие гибкости корпуса назад, лёжа на животе («колечко»)

Теория: развитие гибкости спины, объяснение

Практика:

Стартовый уровень: правильно выполнять упражнение «колечко».

Базовый уровень: выполняя упражнение «колечко», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «колечко», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47572873

Тема 3.13. Растижка ног в сторону («канатик»)

Теория: развитие мышц, укрепление связок и суставов, показ.

Практика:

Стартовый уровень: уметь подтянуть икроножные, бедренные и ягодичные мышцы.

Базовый уровень: выполняя упражнение «канатик», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «канатик», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47573972

Тема 3.14. Упражнения на растяжку

Теория: растяжка мышц, эластичность, подвижность

Практика:

Стартовый уровень: умение выполнить комплекс элементов на растяжку.

Базовый уровень: выполняя упражнения на растяжку, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнения на растяжку, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, устный опрос, наблюдение

Тема 3.15. Контрольный срез по теме «Растяжка»

Теория: проработка мышц пресса, рук, ног и ягодиц, показ.

Практика:

Стартовый уровень: уметь грамотно выполнить шпагат.

Базовый уровень: выполняя упражнение шпагат, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение шпагат, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47573972

Тема 3.16. Упражнение «Березка»

Теория: развитие подвижности позвоночника, укрепление мышц живота и спины, показ.

Практика:

Стартовый уровень: улучшение подтянутости корпуса, развитие пресса.

Базовый уровень: выполняя упражнение «березка», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «березка», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516269

Тема 3.17. Упражнение «Колесо»

Теория: развитие скорости за счет активного толчка и быстрого взмаха, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: быть внимательным при выполнении данного элемента.

Базовый уровень: выполняя упражнение «колесо», отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя упражнение «колесо», отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516192

Тема 3.18. Итоговое занятие

Теория: развитие силы, ловкости, гибкости, координации движений

Практика:

Стартовый уровень: улучшение и развитие основных физических данных (подъём, выворотность, гибкость).

Базовый уровень: выполняя основные физические упражнения, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя основные физические упражнения, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, наблюдение

Раздел 4. Прыжки

Тема 4.1. Прыжки по VI позиции, поджатые

Теория: совершенствовать двигательные навыки при выполнении прыжков, показ.

Практика:

Стартовый уровень: уметь правильно выполнить толчок, быть внимательным при выполнении прыжка.

Базовый уровень: выполняя прыжки по VI позиции, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя прыжки по VI позиции, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47516103

Тема 4.2. Прыжки по VI позиции, разножка

Теория: совершенствовать двигательные навыки при выполнении прыжков, объяснение, показ.

Практика:

Стартовый уровень: уметь правильно выполнить толчок, быть внимательным при выполнении заданного материала.

Базовый уровень: выполняя прыжок разножка по VI позиции, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя прыжок разножка по VI позиции, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: беседа, устный опрос, наблюдение

Тема 4.3. Прыжковые комбинации D:\Документация\Программы\2020-2021\Июнь\ГОТОВО\topic-203630227_47498395.htm

Теория: развитие координации движений, техники и сохранение темпа, объяснение.

Практика:

Стартовый уровень: увеличение высоты прыжка.

Базовый уровень: выполняя прыжковые комбинации, отслеживать свои действия.

Продвинутый уровень: выполняя прыжковые комбинации, отслеживать и оценивать свои действия.

Формы и методы проведения занятий: учебное занятие, демонстрация, практическая работа, использование дистанционного материала

https://vk.com/topic-203630227_47498395

Раздел 5. Контрольные срезы

Вводный контроль

Теория: исполнение шпагатов

Практика: исполнение упражнений, шпагата

Формы и методы проведения занятий: контрольное занятие, практическая работа.

Промежуточный контроль

Теория: упражнений пареоного тренажа из всего комплекса

Практика: упражнения партерного тренажа, шпагат в партере

Формы и методы проведения занятий: контрольное занятие, практическая работа.

Итоговый контроль

Теория: шпагат

Практика: упражнения партерного тренажа, шпагат в партере

Формы и методы проведения занятий: контрольное занятие, практическая работа.

Раздел 6. Оздоровительные мероприятия:

«Веселые старты», «Дни здоровья», выход в лес

Календарный учебный график
1 год обучения группа №3
Классический танец

| № п/п | месяц | число | время проведения занятия | форма занятия | количество часов | тема занятия | место проведения | форма контроля |
|-------|----------|-------|--------------------------|----------------------------|------------------|---------------------------------------|------------------|-----------------------|
| 1 | сентябрь | 03 | 18:20-19:50 | практическая | 2 | Вводное занятие | кабинет | опрос |
| 2 | сентябрь | 10 | 18:20-19:50 | показ | 2 | Постановка корпуса лицом к станку | кабинет | наблюдение |
| 3 | сентябрь | 17 | 18:20-19:50 | упражнения | 2 | Releves по VI позиции у станка | кабинет | творческое задание |
| 4 | сентябрь | 24 | 18:20-19:50 | практическая тренировка | 2 | Репетиционная работа | кабинет | постановочное занятие |
| 5 | октябрь | 01 | 18:20-19:50 | показ | 2 | Demi plie по I и II позициям у станка | кабинет | упражнения |
| 6 | октябрь | 08 | 18:20-19:50 | демонстрация | 2 | Прыжковые комбинации на середине зала | кабинет | игра |
| 7 | октябрь | 15 | 18:20-19:50 | упражнения | 2 | Battement tendu у станка по I позиции | кабинет | викторина |
| 8 | октябрь | 22 | 18:20-19:50 | контрольное занятие | 2 | Вводный контроль | кабинет | наблюдение |
| 9 | октябрь | 29 | 18:20-19:50 | воспитательное мероприятие | 2 | Мероприятие в каникулы | кабинет | наблюдение |
| 10 | ноябрь | 01 | 18:20-19:50 | показ | 2 | Sotte из I позиции на середине зала | кабинет | демонстрация |
| 11 | ноябрь | 05 | 18:20-19:50 | демонстрация | 2 | Репетиционная работа | кабинет | контрольная работа |
| 12 | ноябрь | 12 | 18:20-19:50 | викторина | 2 | Sotte из II позиции на середине зала | кабинет | открытый урок |
| 13 | ноябрь | 19 | 18:20-19:50 | игра | 2 | Позиции рук I III | кабинет | репетиционное |

| | | | | | | | | занятие |
|----|---------|----|-------------|----------------------------|---|--|---------|-----------------------|
| 14 | ноябрь | 26 | 18:20-19:50 | постановочное занятие | 2 | II позиция рук | кабинет | опрос |
| 15 | декабрь | 03 | 18:20-19:50 | конкурс | 2 | Репетиционная работа | кабинет | наблюдение |
| 16 | декабрь | 10 | 18:20-19:50 | контрольное занятие | 2 | Промежуточный контроль | кабинет | творческое задание |
| 17 | декабрь | 17 | 18:20-19:50 | воспитательное мероприятие | 2 | Мероприятие в каникулы | | наблюдение |
| 18 | декабрь | 24 | 18:20-19:50 | воспитательное мероприятие | 2 | Мероприятие в каникулы | | наблюдение |
| 19 | декабрь | 31 | 18:20-19:50 | соревнования | 2 | Контрольный срез по позициям рук | кабинет | игра |
| 20 | январь | 05 | 18:20-19:50 | практическое занятие | 2 | Grand plie по I и II позициям у станка | кабинет | викторина |
| 21 | январь | 14 | 18:20-19:50 | демонстрация | 2 | Постановочная работа | кабинет | практическое занятие |
| 22 | январь | 21 | 18:20-19:50 | показ | 2 | Репетиционная работа | кабинет | показ |
| 23 | январь | 28 | 18:20-19:50 | упражнения | 2 | Прыжковые комбинации | кабинет | демонстрация |
| 24 | февраль | 04 | 18:20-19:50 | репетиционное занятие | 2 | Контрольный срез по прыжкам | кабинет | контрольная работа |
| 25 | март | 11 | 18:20-19:50 | практическое занятие | 2 | Репетиционная работа | кабинет | открытый урок |
| 26 | март | 18 | 18:20-19:50 | постановочное занятие | 2 | Demi и Grand plie на середине зала | кабинет | репетиционное занятие |
| 27 | март | 25 | 18:20-19:50 | демонстрация | 2 | Battement tendu jete по I позиции у станка | кабинет | опрос |
| 28 | апрель | 01 | 18:20-19:50 | викторина | 2 | Репетиционная работа | кабинет | наблюдение |
| 29 | апрель | 08 | 18:20-19:50 | показ | 2 | Batteven tendu b t jetes на середине зала | кабинет | творческое задание |

| | | | | | | | | |
|--------|--------|----|-------------|----------------------------|---|--------------------------------|------------|--------------|
| 30 | апрель | 15 | 18:20-19:50 | воспитательное мероприятие | 2 | Мероприятие в каникулы | сцена | наблюдение |
| 31 | апрель | 22 | 18:20-19:50 | практическое занятие | 2 | Репетиционная работа | сцена | опрос |
| 32 | апрель | 29 | 18:20-19:50 | практическое занятие | 2 | Репетиционная работа | сцена | опрос |
| 33 | май | 06 | 18:20-19:50 | практическое занятие | 2 | Репетиционная работа | сцена | опрос |
| 34 | май | 13 | 18:20-19:50 | постановочное занятие | 2 | Выразительное исполнение танца | сцена | демонстрация |
| 35 | май | 20 | 18:20-19:50 | отчетный концерт | 2 | Итоговый контроль | сцена | упражнения |
| 36 | май | 27 | 18:20-19:50 | практическое занятие | 2 | Итоговое занятие | кабинет222 | игра |
| Итого: | | | | 72 | | | | |

Аакробатика

| № п/п | месяц | число | время проведения занятия | форма занятия | количество часов | тема занятия | место проведения | форма контроля |
|-------|----------|-------|--------------------------|---------------------|------------------|--|------------------|--------------------|
| 1 | сентябрь | 04 | 13:20-14:50 | практическая | 2 | Вводное занятие | кабинет | опрос |
| 2 | сентябрь | 11 | 13:20-14:50 | показ | 2 | Разминка. Упражнение на развитие мышечного аппарата | кабинет | наблюдение |
| 3 | сентябрь | 18 | 13:20-14:50 | упражнения | 2 | Разминка. Упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата | кабинет | творческое задание |
| 4 | сентябрь | 25 | 13:20-14:50 | контрольное занятие | 2 | Вводный контроль | кабинет | наблюдение |

| | | | | | | | | |
|----|---------|----|-------------|-----------------------|---|---|---------|-----------------------|
| 5 | октябрь | 02 | 13:20-14:50 | показ | 2 | Прыжки по VI позиции, поджатые | кабинет | упражнения |
| 6 | октябрь | 09 | 13:20-14:50 | демонстрация | 2 | Упражнения на развитие гибкости вперёд («складочка» медленная и быстрая, «коробочка») | кабинет | игра |
| 7 | октябрь | 16 | 13:20-14:50 | упражнения | 2 | Разминка. Упражнения на развитие мышечного аппарата | кабинет | викторина |
| 8 | октябрь | 23 | 13:20-14:50 | практическое занятие | 2 | Вытягивание и сокращение стоп в VI позиции и в свободной позиции, лёжа на спине | кабинет | практическое занятие |
| 9 | октябрь | 30 | 13:20-14:50 | репетиционное занятие | 2 | «книжечка- разворот сокрашённых стоп из не выворотного в выворотное положение и обратно, лёжа на животе | кабинет | показ |
| 10 | ноябрь | 13 | 13:20-14:50 | показ | 2 | Упражнение на развитие выворотности в тазобедренном суставе («бабочка», «лягушка») | кабинет | демонстрация |
| 11 | ноябрь | 20 | 13:20-14:50 | демонстрация | 2 | Разминка, подготовка к «мостику» | кабинет | контрольная работа |
| 12 | ноябрь | 27 | 13:20-14:50 | викторина | 2 | Упражнения на развитие гибкости корпуса назад, лёжа на животе («замочек», «лодочка», «змейка», «корзиночка», «колечко») | кабинет | открытый урок |
| 13 | декабрь | 04 | 13:20-14:50 | игра | 2 | Разминка, растяжка ног в сторону («канатик») | кабинет | репетиционное занятие |
| 14 | декабрь | 11 | 13:20-14:50 | постановочное занятие | 2 | Разминка. Колесо. | кабинет | опрос |

| | | | | | | | | |
|----|---------|----|-------------|----------------------------|---|--|---------|-----------------------|
| 15 | декабрь | 18 | 13:20-14:50 | конкурс | 2 | Разминка, прыжковые комбинации | кабинет | наблюдение |
| 16 | декабрь | 25 | 13:20-14:50 | контрольное занятие | 2 | Промежуточный контроль | кабинет | творческое задание |
| 17 | январь | 08 | 13:20-14:50 | воспитательное мероприятие | 2 | Мероприятие в каникулы | кабинет | наблюдение |
| 18 | январь | 15 | 13:20-14:50 | творческая мастерская | 2 | Разминка, упражнения на растяжку | кабинет | упражнения |
| 19 | январь | 22 | 13:20-14:50 | соревнования | 2 | Разминка, упражнения на развитие опорно - двигательного аппарата | кабинет | игра |
| 20 | январь | 29 | 13:20-14:50 | практическое занятие | 2 | « Мостик» | кабинет | викторина |
| 21 | февраль | 05 | 13:20-14:50 | демонстрация | 2 | Растяжка | кабинет | практическое занятие |
| 22 | февраль | 12 | 13:20-14:50 | показ | 2 | Упражнения на гибкость | кабинет | показ |
| 23 | февраль | 19 | 13:20-14:50 | упражнения | 2 | Разминка « Колесо» | кабинет | демонстрация |
| 24 | февраль | 26 | 13:20-14:50 | репетиционное занятие | 2 | Контрольный срез по теме « Растяжка» | кабинет | контрольная работа |
| 25 | март | 05 | 13:20-14:50 | викторина | 2 | Разминка. Упражнения на выворотность. | кабинет | открытый урок |
| 26 | март | 12 | 13:20-14:50 | постановочное занятие | 2 | Упражнения на гибкость | кабинет | репетиционное занятие |
| 27 | март | 19 | 13:20-14:50 | демонстрация | 2 | Растяжка | кабинет | опрос |
| 28 | март | 26 | 13:20-14:50 | викторина | 2 | Контрольный срез по теме «Упражнения на выворотность» | кабинет | наблюдение |
| 29 | апрель | 02 | 13:20-14:50 | воспитательное мероприятие | 2 | Мероприятие в каникулы | кабинет | творческое задание |
| 30 | апрель | 09 | 13:20-14:50 | постановочное | 2 | Контрольный срез по теме | кабинет | постановочное |

| | | | | занятие | | «Упражнения на гибкость» | | занятие |
|--------|--------|----|-------------|-----------------------|----|--|---------|--------------|
| 31 | апрель | 16 | 13:20-14:50 | практическое занятие | 2 | Упражнения на укрепление пресса («солдатик» - стоя на коленях, «двойная веточка» - лёжа на спине | кабинет | упражнения |
| 32 | апрель | 23 | 13:20-14:50 | практическое занятие | 2 | Репетиционная работа | сцена | опрос |
| 33 | апрель | 30 | 13:20-14:50 | практическое занятие | 2 | Репетиционная работа | сцена | опрос |
| 34 | май | 07 | 13:20-14:50 | постановочное занятие | 2 | Выразительное исполнение танца | сцена | демонстрация |
| 35 | май | 14 | 13:20-14:50 | отчетный концерт | 2 | Итоговый контроль | сцена | упражнения |
| 36 | май | 21 | 13:20-14:50 | практическое занятие | 2 | Итоговое занятие | кабинет | игра |
| Итого: | | | | | 72 | | | |