**Учебный календарный график  
Второго года обучения (144 часа)  
2024-2025 гг**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел программы.  Тема занятия. | Всего часов | | Краткое содержание | Форма  занятия | Форма  контроля | Дата по  плану  (заполняется  сразу  в соответствии  с расписанием) | Дата по  факту  (заполняется  ручкой  после  проведения  занятия) |
| теория | Прак  тика |
| 1 | **Вводное занятие** | 1 | 1 | **Теория:** Знакомство педагога с детьми. Ознакомление детей с гигиеническими требованиями и техникой безопасности.  **Практика:** Тренинг на командообразование | Лекция,  Беседа  Тренинг | Тренинги  Экспресс - опрос | 03.09.2024 |  |
| 2 | **Ритмика:** | 1 | 1 | **Теория:**  Связь музыки и движения в танце  1. Построение  2. Поклон  3. Повторение позиций рук и ног первого года обучения | Объяс-  ение.  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 05.09.2024 |  |
| 3 | **Партерная гимнастика** | 1 | 1 | 1. Основы партерной гимнастики.  2.Построение  3.Поклон  4.Разминка:  -Упражнения для улучшения гибкости шейного отдела позвоночника, эластичности мышц плеча и предплечья.  -Упражнения для увеличения лучезапястных суставов, развития эластичности мышц кисти, предплечья.  -Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника, тазобедренных суставов, голени | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.09.2024 |  |
| 4 | **Основы классического танца** | 1 | 1 | 1. Построение  2. Поклон  3. История русского балета  4. Основные позиции рук и ног в классическом танце | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 12.09.2024 |  |
| 5 | **Основы народного танца** | 1 | 1 | 1.Построение  2.Поклон  3. Общее представление о народном танце, истоки его развития. Классификация русского танца. | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 17.09.2024 |  |
| 6 | **Современный танец** | 1 | 1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Основные отличия в движениях современных танцев: Позиции и положение рук, ног, корпуса. | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 19.09.2024 |  |
| 7 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка  4. Основные шаги: Припадание, переменный ход вперед, переменный ход назад  1. Положение рук и ног в народном танце  2. Основные движения | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 24.09.2024 |  |
| 8 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Разминка  4. Упражнения на полу. Силовая гимнастика   1. Поклон 2. Позиции рук 1,2,3 | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 26.09.2024 |  |
| 9 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Основное положение корпуса 3. Позиции рук и ног   «Звонких ложек перепляс», основные движения в танце рук и ног, разучивание, отработка. |  | Контроль  со стороны  педагога | 01.10.2024 |  |
| 10 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон  2. Разминка  Основные шаги в русской пляске: переменный ход, дроби. |  | Контроль  со стороны  педагога | 03.10.2024 |  |
| 11 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка  4.Комплекс упражнений на ковриках: упражнения для укрепления мышц спины в положении лежа на животе   1. Поклон 2. Demi-plie на 2/4, 3/4 | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 08.10.2024 |  |
| 12 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Упражнения сидя на стуле для расслабления корпуса.  «Звонких ложек перепляс» - Отработка танцевальных движений | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.10.2024 |  |
| 13 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка  4. Шаги: шаг «Полька»  5. Движения в парах   1. Поклон 2. Упражнения «Фиксация точки»- подготовка к вращению | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 15.10.2024 |  |
| 14 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон  2. Разминка  3.Комплекс упражнений на ковриках с усложнением   1. Поклон 2. Повторение материала Demi-plie 3. Battement tendu вперед, всторону |  | Контроль  со стороны  педагога | 17.10.2024 |  |
| 15 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка.  3. Повторение пройденного материала.  4. Изолированные движения головы  «Звонких ложек перепляс», разучивание комбинации 1часть | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 22.10.2024 |  |
| 16 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон  2. Разминка  3. Упражнения по линиям: шаги, броски   1. Поклон 2. Изучение движений: «Гармошка», «Моталочка» 3. Припадание | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 24.10.2024 |  |
| 17 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка – повторение пройденного материала.  4.Комплекс упражнений на ковриках. Формирование шпагата   1. Поклон 2. Повторение пройденного материала |  | Контроль  со стороны  педагога | 29.10.2024 |  |
| 18 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Основные позиции ног: Основная стойка, «Узкая дорожка», «Широкая дорожка», «Шоссе»  «Звонких ложек перепляс»- смена рисунка: линия, квадрат, построение в интервалах |  | Контроль  со стороны  педагога | 31.10.2024 |  |
| 19 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка – повторение пройденного материала.  4. Прыжки   1. Поклон 2. «Вращения», поэтапная подготовка 3. «Плясовая», основные движения в паре |  | Контроль  со стороны  педагога | 05.11.2024 |  |
| 20 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон  2. Разминка  3. Повторение и закрепление пройденного материала.   1. Поклон 2. Повторение пройденного материала 3. Изучение Battement tendujete |  | Контроль  со стороны  педагога | 07.11.2024 |  |
| 21 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка – повторение пройденного материала.  4. Движения плеч  «Звонких ложек перепляс», отработка основных движений |  | Контроль  со стороны  педагога | 12.11.2024 |  |
| 22 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Упражнения по линиям для разработки шага   1. Поклон 2. Основные движения в парах: вращение под руку, «Закрутка», «Плясовая» |  | Контроль  со стороны  педагога | 14.11.2024 |  |
| 23 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка – повторение пройденного материала.  4.Комплекс упражнений на ковриках. Упражнения восстановления дыхания   1. Поклон 2. Повторение пройденного материала, отработка |  | Контроль  со стороны  педагога | 19.11.2024 |  |
| 24 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон  2. Движения бедрами: отработка  «Звонких ложек перепляс», отработка основных движений, работа корпусом |  | Контроль  со стороны  педагога | 21.11.2024 |  |
| 25 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Шаги: подскоки, переменный ход, с открытием рук, боковой шаг 4. Поклон 5. Дроби, Ключ №2 изучение | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 26.11.2024 |  |
| 26 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2. Разминка  3. Комплекс упражнений на ковриках – с усложнением.  4. Растяжка в парах   1. Поклон 2. Повторение, закрепление пройденного материала | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 28.11.2024 |  |
| 27 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Поклон  2.Разминка  3. Разучивание движений бедрами: Квадрат, Круг, Полукруг, Покачивание вперед-назад, покачивание в сторону  «Звонких ложек перепляс», изучение новых танцевальных движений по кругу | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 03.12.2024 |  |
| 28 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Прыжки 4. Поклон 5. «Припадание», «Моталочка», «Ход с подскоком и ударом носка», «Веревочка» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 05.12.2024 |  |
| 29 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Силовые упражнения 5. Поклон 6. Отработка пройденного материала 7. Изучение Passe parterre | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.12.2024 |  |
| 30 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Движения корпуса: Прямые наклоны, глубокий наклон вперед, перегиб.   «Звонких ложек перепляс», основные движения сидя на коленях | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 12.12.2024 |  |
| 31 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3. Упражнения по диагонали   1. Поклон 2. Повторение пройденного материала, отработка поворота в паре, в тройке | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 17.12.2024 |  |
| 32 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Силовая гимнастика 5. Поклон 6. Растяжка на планке | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 19.12.2024 |  |
| 33 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Координация движений   Отработка танцевальных движений на координацию и перемещений в разных рисунках | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 24.12.2024 |  |
| 34 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалкой 4. Поклон 5. Продолжение изучения «Вращения» 6. «Казачья Плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 26.12.2024 |  |
| 35 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Упражнения на растяжку в тройках   1.Поклон  2.Прыжки по 1, | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 09.01.2025 |  |
| 36 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Танцевальные комбинации   «Звонких ложек перепляс», отработка основных движений, положений корпуса, ног и рук. | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 14.01.2025 |  |
| 37 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалкой, отработка   1.Поклон  2. Вращения по диагоналям | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 16.01.2025 |  |
| 38 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Упражнения на растяжку в тройках   1. Поклон  2. повторение материала  3. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 21.01.2025 |  |
| 39 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Танцевальные комбинации, отработка   «Звонких ложек перепляс», отработка танцевальных движений, трюков | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 23.01.2025 |  |
| 40 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Парные упражнения 4. Поклон 5. Дроби 6. «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 28.01.2025 |  |
| 41 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Поклон 5. Классический экзерсис | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 30.01.2025 |  |
| 42 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Движения корпуса: Четвертные повороты   «Звонких ложек перепляс», основные движения: шаг, положение рук. | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 04.02.2025 |  |
| 43 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалкой   Прыжки: Для мальчиков  Для девочек | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 06.02.2025 |  |
| 44 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Поклон 5. Grand bat.jetee 6. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 11.02.2025 |  |
| 45 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Изучение танцевальных комбинаций: «Четвертные повороты», «Пружинка»   «Звонких ложек перепляс» отработка комбинаций 1 и 2 часть | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 13.02.2025 |  |
| 46 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалками 4. Растяжка на планке 5. Поклон 6. Вращения 7. Основные упражнения для мальчиков: подготовка к присядке: «мячик» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 18.02.2025 |  |
| 47 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Упражнения на растяжку в тройках   1.Поклон  2..Пвторение пройденного материала | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 20.02.2025 |  |
| 48 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Разучивание: «Двойное покачивание с восьмеркой руками», «Шассе», «перекаты»   1. «Звонких ложек перепляс»основные элементы, движения корпуса, положение рук и ног | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 25.02.2025 |  |
| 49 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения, этюды на развитие ориентации в пространстве 4. Подвижные игры с элементами спорта 5. Поклон 6. Ходы: Основной ход вперед, основной ход назад, ход на ребро каблука с продвижением вперед 7. Этюды на середине- русский танец | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 27.02.2025 |  |
| 50 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Растяжка на планке   1.Экзерсис у станка  2.Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 04.03.2025 |  |
| 51 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Изолированные движения   «Звонких ложек перепляс» Отработка основных движений. Кач | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 06.03.2025 |  |
| 52 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3.Музыкальные движения и развитие эмоциональной выразительности.  1. Основные движения в русском танце – хлопушка (движения для мальчиков); шаги с хлопками, хлопушки по голенищу сапога и возле колена.  2. Дроби: простая, горох, ключ | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 11.03.2025 |  |
| 53 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Растяжка на планке 5. Поклон 6. Экзерсис у станка 7. Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 13.03.2025 |  |
| 54 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Координация движений 4. Спираль 5. Волна вперед 6. Боковая волна   Отработка основных движений танца «Кто успел, тот и съел» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 18.03.2025 |  |
| 55 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения на развитие групп мышц и подвижности суставов 4. Поклон 5. Движения танца «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 20.03.2025 |  |
| 56 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3. Комплекс упражнений на ковриках.  1. Поклон  2.Экзерсис у станка  3.Экзерсис на середине  4. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 25.03.2025 |  |
| 57 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Ступенчатое расслабление   1.Поклон  2.Отработка основных движений танца «Звонких ложек перепляс» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 27.03.2025 |  |
| 58 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения на ориентирование: линии, переход в квадрат, колонна 4. Поклон 5. Мелкий дробный ход 6. Мелкая дробь с притопом 7. Дробь с подскоком | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 01.04.2025 |  |
| 59 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Силовая гимнастика 4. Поклон 5. Экзерсис на середине зала 6. Диагональ | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 03.04.2025 |  |
| 60 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Танцевальные комбинации уголки  3.Сброс плеч   1. Поклон 2. «Звонких ложек перепляс», проработка движений в паре | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 08.04.2025 |  |
| 61 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Упражнения в диагонали 3. Прыжки 4. Поклон 5. Разминка 6. Отработка виды вращений | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.04.2025 |  |
| 62 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Растяжка в парах   1.Поклон  2.Экзерсис у станка  3.Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 15.04.2025 |  |
| 63 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Расслабление плеч 4. Припадание 5. Бамп 6. «Звонких ложек перепляс» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 17.04.2025 |  |
| 64 | **Ритмика:**  **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3.Упражнения в парах   1. Поклон 2. Дробный ход 3. Вращения | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 22.04.2025 |  |
| 65 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3.Комплекс упражнений на ковриках   1. Поклон 2. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 24.04.2025 |  |
| 66 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Припадание 4. Бамп   «Звонких ложек перепляс» отработка движений | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 29.04.2025 |  |
| 67 | **Сценическая практика. Выступление** |  | 2 | Выступление |  | Контроль  со стороны  педагога | 06.05.2025 |  |
| 68 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | «Звонких ложек перепляс» - отработка | Показ | Контроль  со стороны  педагога | 08.05.2025 |  |
| 69 | **Партерная гимнастика** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разогрев 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Упражнения в парах |  | Контроль  со стороны  педагога | 13.05.2025 |  |
| 70 | **Сценическая практика. Выступление** |  | 2 | Выступление |  | Контроль  со стороны  педагога | 15.05.2025 |  |
| 71 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | Отработка танцевального репертуара |  | Контроль  со стороны  педагога | 20.05.2025 |  |
| 72 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | Отработка танцевального репертуара |  | Контроль  со стороны  педагога | 22.05.2025 |  |