**Учебный календарный график  
Третьего года обучения (216 часов)**

**2024-2025 гг**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел программы.  Тема занятия. | Всего часов | | Краткое содержание | Форма  занятия | Форма  конт  роля | 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 | **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 | Объяс-  нение. | Контроль  со стороны  педагога | 05.09.2024 |  |
| 3 | **Основы классического танца** | 1 | 1 | 1. Построение  2. Поклон  3. История русского балета  4. Основные позиции рук и ног в классическом танце | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 07.09.2024 |  |
| 4 | **Основы народного танца** | 1 | 1 | 1.Построение  2.Поклон  3. Общее представление о народном танце, истоки его развития. Классификация русского танца, особенности танцев народов Бурятии | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.09.2024 |  |
| 5 | **Современный танец** | 1 | 1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Основные отличия в движениях современных танцев: Положение рук, ног корпуса, повторение | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 12.09.2024 |  |
| 6 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Разминка  4. Упражнения на полу. Силовая гимнастика   1. Поклон 2. Позиции рук | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 14.09.2024 |  |
| 7 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка  4. Основные шаги: Припадание, переменный ход вперед, перпеменный ход назад  5 Положение рук и ног в народном танце  6. Основные движения | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 17.09.2024 |  |
| 8 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Основное положение корпуса 3. Позиции рук и ног   «Шёлковый путь», основные движения в танце рук и ног, разучивание, отработка | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 19.09.2024 |  |
| 9 | **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 (комбинация) | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 21.09.2024 |  |
| 10 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон  2. Разминка  Основные шаги в русской пляске: переменный ход, дроби. | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 24.09.2024 |  |
| 11 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Упражнения сидя на стуле для расслабления корпуса.  «Шёлковый путь» - Отработка танцевальных движений | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 26.09.2024 |  |
| 12 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон  2. Разминка  3.Комплекс упражнений на ковриках с усложнением   1. Поклон 2. Повторение материалаDemi-plie (за одну руку) 3. Battement tendu (заоднуруку) | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 28.09.2024 |  |
| 13 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка  4. Шаги: шаг с носка, с пятки. С остановкой  5. Упражнения «Фиксация точки»- подготовка к вращению | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 01.10.2024 |  |
| 14 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка.  3. Повторение пройденного материала.  4. Изолированные движения головы  Подготовка к трюковой части – кувырок, колесо  «Шёлковый путь»- прыжки | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 03.10.2024 |  |
| 15 | **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 | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 05.10.2024 |  |
| 16 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон  2. Разминка  3. Повторение движений: «Гармошка», «Моталочка», «припадание» (комбинация) 4. Упражнения по линиям: шаги, броски  Комбинация «Казачья плясовая» | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 08.10.2024 |  |
| 17 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Основные позиции ног: Основная стойка, «Узкая дорожка», «Широкая дорожка», «Шоссе»  «Шёлковый путь»- смена рисунка: линия, квадрат, построение в интервалах | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.10.2024 |  |
| 18 | **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. Battementtendujete | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 12.10.2024 |  |
| 19 | **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка – повторение пройденного материала.  4. Прыжки   1. «Вращения», поэтапная подготовка 2. «Казачья плясовая», основные движения в паре | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 15.10.2024 |  |
| 20 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон  3.Разминка – повторение пройденного материала.  4. Движения плеч  «Шёлковый путь», отработка основных движений | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 17.10.2024 |  |
| 21 | **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 | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 19.10.2024 |  |
| 22 | **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение  2. Поклон  3. Упражнения по линиям для разработки шага  Основные движения в парах: вращение под руку, «Закрутка», «Казачья плясовая» | Объяснение  Тренаж  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 22.10.2024 |  |
| 23 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон  2. Движения бедрами: отработка  «Шёлковый путь», отработка основных движений, работа корпусом | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 24.10.2024 |  |
| 24 | **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 | 26.10.2024 |  |
| 25 | **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Шаги: подскоки, переменный ход, с открытием рук, боковой шаг 4. Дроби, изучение, отработка. «Казачий» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 29.10.2024 |  |
| 26 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Поклон  2.Разминка  3. Разучивание движений бедрами: Квадрат, Круг, Полукруг, Покачивание вперед-назад, покачивание в сторону  «Шёлковый путь», изучение новых танцевальных движений по кругу, партер | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 31.10.2024 |  |
| 27 | **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. Passe parterre | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 02.11.2024 |  |
| 28 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Прыжки   «Припадание», «Моталочка», «Ход с подскоком и ударом носка», «Веревочка», «Веревочка с шагом на каблук» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 05.11.2024 |  |
| 29 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Движения корпуса: Прямые наклоны, глубокий наклон вперед, перегиб.   «Шёлковый путь», основные движения сидя на коленях, лежа на спине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 07.11.2024 |  |
| 30 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Силовая гимнастика 5. Растяжка на планке 6. Пор де бра | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 09.11.2024 |  |
| 31 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3. Повторение пройденного материала, отработка поворота в паре, в тройке  4. Упражнения по диагонали | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 12.11.2024 |  |
| 32 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Координация движений   Отработка танцевальных движений на координацию и перемещений в разных рисунках «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 14.11.2024 |  |
| 33 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Упражнения на растяжку в парах 5. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 16.11.2024 |  |
| 34 | **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалкой 4. Продолжение изучения «Вращения» 5. «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 19.11.2024 |  |
| 35 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Танцевальные комбинации   «Шёлковый путь», отработка основных движений, положений корпуса, ног и рук. | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 21.11.2024 |  |
| 36 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Упражнения на растяжку в парах   1.Прыжки по Vпозиции | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 23.11.2024 |  |
| 37 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалкой, отработка   1. Вращения по диагоналям, кругу | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 26.11.2024 |  |
| 38 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Танцевальные комбинации, отработка   «Шёлковый путь», отработка танцевальных движений, трюков, поддержка | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 28.11.2024 |  |
| 39 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Классический экзерсис | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 30.11.2024 |  |
| 40 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Парные упражнения 4. Поклон 5. Дроби 6. «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 03.12.2024 |  |
| 41 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Движения корпуса: Четвертные повороты | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 05.12.2024 |  |
| 42 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Поклон 5. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 07.12.2024 |  |
| 43 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Прыжки   «Казачья плясовая» основной шаг | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.12.2024 |  |
| 44 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Изучение танцевальных комбинаций: «Четвертные повороты», «Икс», «Пружинка» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 12.12.2024 |  |
| 45 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Упражнения на растяжку в тройках   1.Повторение, закрепление пройденного материала | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 14.12.2024 |  |
| 46 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалками 4. Растяжка на планке 5. Поклон 6. Вращения   «Казачья плясовая» основной шаг, переступания | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 17.12.2024 |  |
| 47 | **Эстрадный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Разучивание: «Двойное покачивание с восьмеркой руками», «Променад», «Твист» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 19.12.2024 |  |
| 48 | **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 | 21.12.2024 |  |
| 49 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения, этюды на развитие ориентации в пространстве 4. Ходы: Основной ход вперед, основной ход назад, ход на ребро каблука с продвижением вперед 5. «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 24.12.2024 |  |
| 50 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Изолированные движения 3. Трюковая часть | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 26.12.2024 |  |
| 51 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Растяжка на планке 5. Экзерсис у станка 6. Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 28.12.2024 |  |
| 52 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3.Музыкальные движения и развитие эмоциональной выразительности.  1. Основные движения в русском танце  2. Дроби: простая, горох, ключ  Отработка основных движений танца «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 09.01.2025 |  |
| 53 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Координация движений 4. Спираль 5. Волна вперед 6. Боковая волна   Отработка движений т-ц «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 11.01.2025 |  |
| 54 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3. Комплекс упражнений на ковриках.  1.Экзерсис у станка  2.Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 14.01.2025 |  |
| 55 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка   Упражнения на развитие групп мышц и подвижности суставов Объяснение   1. Движения танца «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 16.01.2025 |  |
| 56 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Ступенчатое расслабление   Отработка основных движений танца «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 18.01.2025 |  |
| 57 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Силовая гимнастика 4. Экзерсис на середине зала | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 21.01.2025 |  |
| 58 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Поклон 2. Разогрев у станка 3. Мелкий дробный ход 4. Мелкая дробь с притопом 5. Дробь с подскоком   «Шёлковый путь», проработка движений в паре | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 23.01.2025 |  |
| 59 | **Современный танец** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Танцевальные комбинации уголки  3.Сброс плеч  Перекаты с прыжком | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 25.01.2025 |  |
| 60 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Растяжка в парах   1.Экзерсис у станка  2.Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 28.01.2025 |  |
| 61 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Экзерсис у станка 4. Упражнения по диагонали 5. Прыжки 6. Отработка вращений 7. «Казачья плясовая» закрепление, повторение | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 30.01.2025 |  |
| 62 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Расслабление плеч 4. Припадание 5. Бамп   «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 01.02.2025 |  |
| 63 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3.Комплекс упражнений на ковриках   1. Экзерсис у станка 2. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 04.02.2025 |  |
| 64 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Поклон  2.Разминка  3.Дробный ход  4.Вращения  Отработка комбинаций «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 06.02.2025 |  |
| 65 | **Современный танец** |  | 1  1 | 1. Поклон 2. Разминка 3. Припадание 4. Бамп   «Шёлковый путь», отработка движений | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 08.02.2025 |  |
| 66 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Растяжка на планке 4. Поклон 5. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 11.02.2025 |  |
| 67 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Поклон 4. «Казачья плясовая», отработка движений в паре | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 13.02.2025 |  |
| 68 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Маятник 4. Мим   «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 15.02.2025 |  |
| 69 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | Отработка основного танцевального репертуара | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 18.02.2025 |  |
| 70 | **Сценическая практика. Выступление** |  | 2 | Выступление |  | Контроль  со стороны  педагога | 20.02.2025 |  |
| 71 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения в группах на растяжку 4. Поклон 5. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 22.02.2025 |  |
| 72 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения в паре   4. Вращения с точки  5. Вращения по диагонали  «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 25.02.2025 |  |
| 73 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3. Выпад – battement  4. Скольжение с отскоком  «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 27.02.2025 |  |
| 74 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1.Построение  2.Поклон, разминка  3.Комплекс упражнений на ковриках   1. Экзерсис на станке 2. Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 27.02.2024 |  |
| 75 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Прыжки   1. «Казачья плясовая», отработка | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 01.03.2025 |  |
| 76 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3.battement вперед  4.battement назад  5.Ребус   1. Поклон 2. Отработка танца «Скорбь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 04.03.2025 |  |
| 77 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках   1. Растяжка на планке  2. Прыжки  3. Этюд | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 06.03.2025 |  |
| 78 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка   1. «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 11.03.2025 |  |
| 79 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение 2. Поклон 3. Повторение пройденного материала по темам «Джаз» 4. «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 13.03.2025 |  |
| 80 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках   1.Экзерсис на середине  2. Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 15.03.2025 |  |
| 81 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения в парах 4. Поддержки 5. Отработка вращений   «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 18.03.2025 |  |
| 82 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Повторение пройденного материала, упражнения на расслабление корпуса   «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 20.03.2025 |  |
| 83 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Растяжка в парах 4. Поклон 5. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 22.03.2025 |  |
| 84 | **Основы народного танца**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Шаги 4. «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 25.03.2025 |  |
| 85 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1.Построение, поклон  2.Разминка  3. Поддержи, отработка  «Шёлковый путь», поддержки - отработка | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 27.03.2025 |  |
| 86 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Растяжка на планке   1.Поклон  2.Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 29.03.2025 |  |
| 87 | **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения в диагонали 4. Отработка дроби, выстукивания | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 01.04.2025 |  |
| 88 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Отработка основных движений современного танца   «Шёлковый путь», отработка правильной постановки корпуса | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 03.04.2025 |  |
| 89 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнения на ковриках, силовая гимнастика 4. Вращения | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 05.04.2025 |  |
| 90 | **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Поклон 4. Вращения 5. Дроби | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 08.04.2025 |  |
| 91 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Упражнение для корпуса   «Шёлковый путь», подготовка к выступлению | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.04.2025 |  |
| 92 | **Сценическая практика. Выступление** |  | 2 | Выступление |  | Контроль  со стороны  педагога | 12.04.2025 |  |
| 93 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Растяжка в парах 5. Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 15.04.2025 |  |
| 94 | **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Музыкальные импровизации, упражнения 4. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 17.04.2025 |  |
| 95 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения для подвижности суставов   «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 19.04.2025 |  |
| 96 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнения на ковриках 4. Поклон 5. Экзерсис на середине | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 22.04.2025 |  |
| 97 | **Основы народного танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Парные упражнения   1. «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 24.04.2025 |  |
| 98 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Отработка движений корпусом 4. Пространство   «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 26.04.2025 |  |
| 99 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 29.04.2025 |  |
| 100 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения в диагонали, по линиям   «Казачья плясовая» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 03.05.2025 |  |
| 101 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалкой   «Шёлковый путь» | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 06.05.2025 |  |
| 102 | **Партерная гимнастика**  **Основы классического танца** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Комплекс упражнений на ковриках 4. Силовая гимнастика 5. Поклон 6. Экзерсис у станка 7. Прыжки | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 08.05.2025 |  |
| 103 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Упражнения со скакалкой 4. Вращения | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 10.05.2025 |  |
| 104 | **Современный танец**  **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1  1 | 1. Построение, поклон 2. Разминка 3. Основные упражнения для корпуса   «Шёлковый путь», закрепление | Объяснение  Показ | Контроль  со стороны  педагога | 13.05.2025 |  |
| 105 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | Отработка танцевального репертуара |  | Контроль  со стороны  педагога | 15.05.2025 |  |
| 106 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | Отработка танцевального репертуара |  | Контроль  со стороны  педагога | 17.05.2025 |  |
| 107 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | Отработка танцевального репертуара |  | Контроль  со стороны  педагога | 20.05.2025 |  |
| 108 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | Отработка танцевального репертуара |  | Контроль  со стороны  педагога | 22.05.2025 |  |