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

**2024-2025 гг**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел программы.Тема занятия. | Всего часов | Краткое содержание  | Формазанятия | Формаконтроля | Дата поплану(заполняетсясразу в соответствиис расписанием) | Дата пофакту(заполняетсяручкойпослепроведения занятия)  |
| теория | Практика |
| 1 | **Вводное занятие** | 1 | 1 | **Теория:** Знакомство педагога с детьми. Ознакомление детей с гигиеническими требованиями и техникой безопасности.**Практика:** Тренинг на командообразование | Лекция,БеседаТренинг | ТренингиЭкспресс - опрос | 03.09.2024 |  |
| 2 | **Партерная гимнастика** | 1 | 1 | 1. Основы партерной гимнастики.2.Построение3.Поклон4.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. Построение2. Поклон3. История русского балета4. Основные позиции рук и ног в классическом танце | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 07.09.2024 |  |
| 4 | **Основы народного танца** | 1 | 1 | 1.Построение2.Поклон3. Общее представление о народном танце, истоки его развития. Классификация русского танца, особенности танцев народов Бурятии | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 10.09.2024 |  |
| 5 | **Современный танец** | 1 | 1 | 1. Построение2. Поклон3. Основные отличия в движениях современных танцев: Положение рук, ног корпуса, повторение | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 12.09.2024 |  |
| 6 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение2. Поклон3. Разминка4. Упражнения на полу. Силовая гимнастика1. Поклон
2. Позиции рук
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 14.09.2024 |  |
| 7 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1.Построение2.Поклон3.Разминка 4. Основные шаги: Припадание, переменный ход вперед, перпеменный ход назад5 Положение рук и ног в народном танце6. Основные движения | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 17.09.2024 |  |
| 8 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Основное положение корпуса
3. Позиции рук и ног

«Шёлковый путь», основные движения в танце рук и ног, разучивание, отработка | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 19.09.2024 |  |
| 9 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1.Построение2.Поклон3.Разминка 4.Комплекс упражнений на ковриках: упражнения для укрепления мышц спины в положении лежа на животе1. Поклон
2. Demi-plie (комбинация)
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 21.09.2024 |  |
| 10 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон2. Разминка Основные шаги в русской пляске: переменный ход, дроби. | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 24.09.2024 |  |
| 11 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение2. Поклон3. Упражнения сидя на стуле для расслабления корпуса.«Шёлковый путь» - Отработка танцевальных движений | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 26.09.2024 |  |
| 12 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон2. Разминка3.Комплекс упражнений на ковриках с усложнением1. Поклон
2. Повторение материалаDemi-plie (за одну руку)
3. Battement tendu (заоднуруку)
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 28.09.2024 |  |
| 13 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1.Построение2.Поклон3.Разминка4. Шаги: шаг с носка, с пятки. С остановкой5. Упражнения «Фиксация точки»- подготовка к вращению | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 01.10.2024 |  |
| 14 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1.Построение, поклон2.Разминка.3. Повторение пройденного материала.4. Изолированные движения головыПодготовка к трюковой части – кувырок, колесо«Шёлковый путь»- прыжки | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 03.10.2024 |  |
| 15 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1.Построение2.Поклон3.Разминка – повторение пройденного материала.4.Комплекс упражнений на ковриках. Формирование шпагата1. Поклон
2. Повторение пройденного материала
 | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 05.10.2024 |  |
| 16 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон2. Разминка3. Повторение движений: «Гармошка», «Моталочка», «припадание» (комбинация)4. Упражнения по линиям: шаги, броскиКомбинация «Казачья плясовая» | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 08.10.2024 |  |
| 17 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1 1 | 1. Построение2. Поклон3. Основные позиции ног: Основная стойка, «Узкая дорожка», «Широкая дорожка», «Шоссе»«Шёлковый путь»- смена рисунка: линия, квадрат, построение в интервалах | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 10.10.2024 |  |
| 18 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон2. Разминка3. Повторение и закрепление пройденного материала. 1. Поклон
2. Повторение пройденного материала
3. Battementtendujete
 | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 12.10.2024 |  |
| 19 | **Основы народного танца** |  | 11 | 1.Построение2.Поклон3.Разминка – повторение пройденного материала.4. Прыжки1. «Вращения», поэтапная подготовка
2. «Казачья плясовая», основные движения в паре
 | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 15.10.2024 |  |
| 20 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1.Построение2.Поклон3.Разминка – повторение пройденного материала.4. Движения плеч«Шёлковый путь», отработка основных движений | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 17.10.2024 |  |
| 21 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1.Построение2.Поклон3.Разминка – повторение пройденного материала.4.Комплекс упражнений на ковриках. Упражнения восстановления дыхания1. Поклон
2. Повторение пройденного материала, отработка
 | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 19.10.2024 |  |
| 22 | **Основы народного танца** |  | 11 | 1. Построение2. Поклон3. Упражнения по линиям для разработки шагаОсновные движения в парах: вращение под руку, «Закрутка», «Казачья плясовая» | ОбъяснениеТренажПоказ | Контроль со стороны педагога | 22.10.2024 |  |
| 23 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 1 1 | 1. Построение, поклон2. Движения бедрами: отработка«Шёлковый путь», отработка основных движений, работа корпусом | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 24.10.2024 |  |
| 24 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1.Построение, поклон2. Разминка3. Комплекс упражнений на ковриках – с усложнением.4. Растяжка в парах1. Поклон
2. Повторение, закрепление пройденного материала
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 26.10.2024 |  |
| 25 | **Основы народного танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Шаги: подскоки, переменный ход, с открытием рук, боковой шаг
4. Дроби, изучение, отработка. «Казачий»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 29.10.2024 |  |
| 26 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1.Поклон2.Разминка3. Разучивание движений бедрами: Квадрат, Круг, Полукруг, Покачивание вперед-назад, покачивание в сторону«Шёлковый путь», изучение новых танцевальных движений по кругу, партер | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 31.10.2024 |  |
| 27 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Силовые упражнения
5. Поклон
6. Отработка пройденного материала
7. Passe parterre
 | ОбъяснениеПоказ | 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» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 05.11.2024 |  |
| 29 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Движения корпуса: Прямые наклоны, глубокий наклон вперед, перегиб.

«Шёлковый путь», основные движения сидя на коленях, лежа на спине | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 07.11.2024 |  |
| 30 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Силовая гимнастика
5. Растяжка на планке
6. Пор де бра
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 09.11.2024 |  |
| 31 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1.Построение, поклон2.Разминка3. Повторение пройденного материала, отработка поворота в паре, в тройке 4. Упражнения по диагонали | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 12.11.2024 |  |
| 32 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Координация движений

Отработка танцевальных движений на координацию и перемещений в разных рисунках«Шёлковый путь» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 14.11.2024 |  |
| 33 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Упражнения на растяжку в парах
5. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 16.11.2024 |  |
| 34 | **Основы народного танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения со скакалкой
4. Продолжение изучения «Вращения»
5. «Казачья плясовая»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 19.11.2024 |  |
| 35 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Танцевальные комбинации

«Шёлковый путь», отработка основных движений, положений корпуса, ног и рук. | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 21.11.2024 |  |
| 36 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Упражнения на растяжку в парах

1.Прыжки по Vпозиции | ОбъяснениеПоказ | 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 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 26.11.2024 |  |
| 38 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Танцевальные комбинации, отработка

«Шёлковый путь», отработка танцевальных движений, трюков, поддержка | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 28.11.2024 |  |
| 39 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Классический экзерсис
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 30.11.2024 |  |
| 40 | **Основы народного танца** **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Парные упражнения
4. Поклон
5. Дроби
6. «Казачья плясовая»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 03.12.2024 |  |
| 41 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Движения корпуса: Четвертные повороты
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 05.12.2024 |  |
| 42 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Поклон
5. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 07.12.2024 |  |
| 43 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Прыжки

«Казачья плясовая» основной шаг | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 10.12.2024 |  |
| 44 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Изучение танцевальных комбинаций: «Четвертные повороты», «Икс», «Пружинка»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 12.12.2024 |  |
| 45 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Упражнения на растяжку в тройках

1.Повторение, закрепление пройденного материала | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 14.12.2024 |  |
| 46 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения со скакалками
4. Растяжка на планке
5. Поклон
6. Вращения

«Казачья плясовая» основной шаг, переступания | ОбъяснениеПоказ | 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»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 19.12.2024 |  |
| 48  | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Растяжка на планке

1.Экзерсис у станка2.Экзерсис на середине | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 21.12.2024 |  |
| 49 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 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»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 24.12.2024 |  |
| 50 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон
2. Изолированные движения
3. Трюковая часть
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 26.12.2024 |  |
| 51 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Растяжка на планке
5. Экзерсис у станка
6. Экзерсис на середине
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 28.12.2024 |  |
| 52 | **Основы народного танца** **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1.Построение, поклон2.Разминка3.Музыкальные движения и развитие эмоциональной выразительности.1. Основные движения в русском танце 2. Дроби: простая, горох, ключ Отработка основных движений танца «Казачья плясовая» | ОбъяснениеПоказ | 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» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 11.01.2025 |  |
| 54 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1.Построение, поклон2.Разминка3. Комплекс упражнений на ковриках.1.Экзерсис у станка2.Экзерсис на середине | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 14.01.2025 |  |
| 55 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка

Упражнения на развитие групп мышц и подвижности суставов Объяснение1. Движения танца «Казачья плясовая»
 | ОбъяснениеПоказ | 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» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 18.01.2025 |  |
| 57 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Силовая гимнастика
4. Экзерсис на середине зала
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 21.01.2025 |  |
| 58 | **Основы народного танца** **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 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 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 23.01.2025 |  |
| 59 | **Современный танец** |  | 11 | 1.Построение, поклон2.Танцевальные комбинации уголки3.Сброс плечПерекаты с прыжком | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 25.01.2025 |  |
| 60 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Растяжка в парах

1.Экзерсис у станка2.Экзерсис на середине | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 28.01.2025 |  |
| 61 | **Основы народного танца** **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Экзерсис у станка
4. Упражнения по диагонали
5. Прыжки
6. Отработка вращений
7. «Казачья плясовая» закрепление, повторение
 | ОбъяснениеПоказ | 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» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 01.02.2025 |  |
| 63 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1.Построение, поклон2.Разминка3.Комплекс упражнений на ковриках1. Экзерсис у станка
2. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 04.02.2025 |  |
| 64 | **Основы народного танца** **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1.Поклон2.Разминка3.Дробный ход4.ВращенияОтработка комбинаций «Казачья плясовая» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 06.02.2025 |  |
| 65 | **Современный танец** |  | 11 | 1. Поклон
2. Разминка
3. Припадание
4. Бамп

«Шёлковый путь», отработка движений | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 08.02.2025 |  |
| 66 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Растяжка на планке
4. Поклон
5. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 11.02.2025 |  |
| 67 | **Основы народного танца** **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Поклон
4. «Казачья плясовая», отработка движений в паре
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 13.02.2025 |  |
| 68 | **Современный танец** |  | 2 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Маятник
4. Мим

«Шёлковый путь» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 15.02.2025 |  |
| 69 | **Репетиционно – постановочная работа:** |  | 2 | Отработка основного танцевального репертуара | ОбъяснениеПоказ | 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** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения в группах на растяжку
4. Поклон
5. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 22.02.2025 |  |
| 72 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения в паре

4. Вращения с точки5. Вращения по диагонали«Казачья плясовая» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 25.02.2025 |  |
| 73 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1.Построение, поклон2.Разминка3. Выпад – battement4. Скольжение с отскоком«Шёлковый путь» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 27.02.2025 |  |
| 74 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1.Построение2.Поклон, разминка3.Комплекс упражнений на ковриках1. Экзерсис на станке
2. Экзерсис на середине
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 27.02.2024 |  |
| 75 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Прыжки

1. «Казачья плясовая», отработка | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 01.03.2025 |  |
| 76 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1.Построение, поклон2.Разминка3.battement вперед4.battement назад5.Ребус1. Поклон
2. Отработка танца «Скорбь»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 04.03.2025 |  |
| 77 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках

1. Растяжка на планке2. Прыжки3. Этюд | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 06.03.2025 |  |
| 78 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка

1. «Казачья плясовая» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 11.03.2025 |  |
| 79 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение
2. Поклон
3. Повторение пройденного материала по темам «Джаз»
4. «Шёлковый путь»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 13.03.2025 |  |
| 80 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках

1.Экзерсис на середине2. Экзерсис на середине | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 15.03.2025 |  |
| 81 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения в парах
4. Поддержки
5. Отработка вращений

«Казачья плясовая» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 18.03.2025 |  |
| 82 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Повторение пройденного материала, упражнения на расслабление корпуса

«Шёлковый путь» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 20.03.2025 |  |
| 83 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Растяжка в парах
4. Поклон
5. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 22.03.2025 |  |
| 84 | **Основы народного танца****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Шаги
4. «Казачья плясовая»
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 25.03.2025 |  |
| 85 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1.Построение, поклон2.Разминка3. Поддержи, отработка«Шёлковый путь», поддержки - отработка | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 27.03.2025 |  |
| 86 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Растяжка на планке

1.Поклон2.Прыжки | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 29.03.2025 |  |
| 87 | **Основы народного танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения в диагонали
4. Отработка дроби, выстукивания
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 01.04.2025 |  |
| 88 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Отработка основных движений современного танца

«Шёлковый путь», отработка правильной постановки корпуса | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 03.04.2025 |  |
| 89 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнения на ковриках, силовая гимнастика
4. Вращения
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 05.04.2025 |  |
| 90 | **Основы народного танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Поклон
4. Вращения
5. Дроби
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 08.04.2025 |  |
| 91 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Упражнение для корпуса

«Шёлковый путь», подготовка к выступлению | ОбъяснениеПоказ | 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** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Растяжка в парах
5. Экзерсис на середине
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 15.04.2025 |  |
| 94 | **Основы народного танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Музыкальные импровизации, упражнения
4. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 17.04.2025 |  |
| 95 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения для подвижности суставов

«Шёлковый путь» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 19.04.2025 |  |
| 96 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнения на ковриках
4. Поклон
5. Экзерсис на середине
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 22.04.2025 |  |
| 97 | **Основы народного танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Парные упражнения

1. «Казачья плясовая» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 24.04.2025 |  |
| 98 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Отработка движений корпусом
4. Пространство

«Шёлковый путь» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 26.04.2025 |  |
| 99 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | 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» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 03.05.2025 |  |
| 101 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения со скакалкой

«Шёлковый путь» | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 06.05.2025 |  |
| 102 | **Партерная гимнастика****Основы классического танца** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Комплекс упражнений на ковриках
4. Силовая гимнастика
5. Поклон
6. Экзерсис у станка
7. Прыжки
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 08.05.2025 |  |
| 103 | **Основы народного танца** |  | 2 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Упражнения со скакалкой
4. Вращения
 | ОбъяснениеПоказ | Контроль со стороны педагога | 10.05.2025 |  |
| 104 | **Современный танец****Репетиционно – постановочная работа:** |  | 11 | 1. Построение, поклон
2. Разминка
3. Основные упражнения для корпуса

«Шёлковый путь», закрепление | ОбъяснениеПоказ | 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 |  |