

УТВЕРЖДАЮ  
Приказом ДТДиМ  
от 30.05.2023 г. № 307-ОД

Календарно–тематический план  
по дополнительной общеразвивающей программе  
«Начальное танцевальное развитие»  
на 2023/2024 учебный год  
Педагог: Шарая В.В. (группа 8)

| №<br>темы | Наименование тем программы и тем занятий   | Кол-во часов |        |          | Число и месяц<br>занятия |
|-----------|--|--------------|--------|----------|--------------------------|
|           |  | всего        | теория | практика |                          |
| 1         | <b>Введение в танец.</b> Правила поведения в танцевальном зале.  | 1            | 1      |          | 11.09                    |
| 2         | <b>Введение в танец.</b> Игра-знакомство в кругу, «Расскажи, игрушка».                                   | 1            |        | 1        | 14.09                    |
| 3         | <b>Партерная гимнастика.</b> Правила выполнения упражнений для развития выворотности, гибкости, растяжки | 1            | 1      |          | 18.09                    |
| 4         | <b>Импровизационные и образные игры.</b> Понятия – «импровизация», «образ».                              | 1            | 1      |          | 21.09                    |
| 5         | <b>Интервалы.</b> Перестроения в рисунках, ориентация в пространстве.                                    | 1            | 1      |          | 25.09                    |
| 6         | <b>Акробатические упражнения.</b> Техника выполнения акробатических упражнений.                          | 1            | 1      |          | 28.09                    |
| 7         | <b>Акробатические упражнения.</b> «Шпагаты», «Колесо».   | 1            |        | 1        | 02.10                    |
| 8         | <b>Постановочная деятельность.</b> Постановка корпуса на середине зала.                                  | 1            | 1      |          | 05.10                    |
| 9         | <b>Постановочная деятельность.</b> Знакомство с планом класса. Точки в зале.                             | 1            |        | 1        | 09.10                    |
| 10        | <b>Интервалы.</b> Игры и этюды на ориентацию в пространстве.   | 1            |        | 1        | 12.10                    |
| 11        | <b>Постановочная деятельность.</b> Понятие шахматного порядка.   | 1            |        | 1        | 16.10                    |
| 12        | <b>Путешествие в профессию.</b> Понятия: «профессия», «предмет труда», «цель труда».                     | 1            | 1      |          | 19.10                    |
| 13        | <b>Импровизационные и образные игры.</b> Взаимосвязь музыки и движений, творческое раскрепощение.        | 1            |        | 1        | 23.10                    |
| 14        | <b>Импровизационные и образные игры.</b> «Свободный танец», «Если весело живется».                       | 1            |        | 1        | 26.10                    |
| 15        | <b>Акробатические упражнения.</b> «Мостик», «Стойка на лопатках».  | 1            |        | 1        | 30.10                    |
| 16        | <b>Акробатические упражнения.</b> «Стойка на руках» у стенки, «Кувырок вперед».                          | 1            |        | 1        | 02.11                    |
| 17        | <b>Постановочная деятельность.</b> Движения в современном танце, их исполнение.                          | 1            |        | 1        | 09.11                    |
| 18        | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития выворотности «Лягушка»,                             | 1            |        | 1        | 13.11                    |
| 19        | <b>Партерная гимнастика..</b> Упражнения для развития выворотности «Бабочка».                            | 1            |        | 1        | 16.11                    |
| 20        | <b>Постановочная деятельность.</b> Позиции рук: I, II,   | 1            |        | 1        | 20.11                    |

|    |   |   |  |   |       |
|----|---|---|--|---|-------|
|    | III и подготовительное положение..  |   |  |   |       |
| 21 | <b>Интервалы.</b> Перестроения в рисунках: «Строим дом».  | 1 |  | 1 | 23.11 |
| 22 | <b>Импровизационные и образные игры.</b> «Разговор ручек и ножек», «Части тела».                                  | 1 |  | 1 | 27.11 |
| 23 | <b>Импровизационные и образные игры.</b> «Кальмарчики и кит», «Медведь и пчела».                                  | 1 |  | 1 | 30.11 |
| 24 | <b>Постановочная деятельность.</b> Позиции ног: I, II, III, V. Полуприседания ( деми плие).                       | 1 |  | 1 | 04.12 |
| 25 | <b>Постановочная деятельность.</b> Упражнения для головы: повороты, опускания.                                    | 1 |  | 1 | 07.12 |
| 26 | <b>Постановочная деятельность.</b> Бег на месте, с продвижением, с «захлестом»,на полупальцах.                    | 1 |  | 1 | 11.12 |
| 27 | <b>Постановочная деятельность.</b> Подскоки на месте, с продвижением и вокруг себя,                               | 1 |  | 1 | 14.12 |
| 28 | <b>Интервалы.</b> «Найди себя», «Паровозик», «Танец в кругу».   | 1 |  | 1 | 18.12 |
| 29 | <b>Постановочная деятельность.</b> Изолированные движения различных частей тела.                                  | 1 |  | 1 | 21.12 |
| 30 | <b>Постановочная деятельность.</b> Исполнение небольших комбинаций с хлопками, притопами.                         | 1 |  | 1 | 25.12 |
| 31 | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития гибкости, «Кошечка».   | 1 |  | 1 | 28.12 |
| 32 | <b>Партерная гимнастика.</b> Развитие гибкости «Лодочка», «Рыбка».  | 1 |  | 1 | 11.01 |
| 33 | <b>Акробатические упражнения.</b> «Шпагаты» (с правой, с левой, поперечный)                                       | 1 |  | 1 | 15.01 |
| 34 | <b>Акробатические упражнения.</b> «Мостик». «Стойка на лопатках.  | 1 |  | 1 | 18.01 |
| 35 | <b>Постановочная деятельность.</b> Исполнение небольших комбинаций под заданный счет и музыку.                    | 1 |  | 1 | 22.01 |
| 36 | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития растяжки.  | 1 |  | 1 | 25.01 |
| 37 | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития подъема.   | 1 |  | 1 | 29.01 |
| 38 | <b>Постановочная деятельность.</b> Вращения: игра «Юла».  | 1 |  | 1 | 01.02 |
| 39 | <b>Постановочная деятельность.</b> Шаги с полуповоротами, свободные вращения.                                     | 1 |  | 1 | 05.02 |
| 40 | <b>Постановочная деятельность.</b> Шаги и прыжки: «пружинка», шаги на полупальцах.                                | 1 |  | 1 | 08.02 |
| 41 | <b>Импровизационные и образные игры.</b> «В лесу», «Огонь – лед».   | 1 |  | 1 | 12.02 |
| 42 | <b>Импровизационные и образные игры.</b> «Море волнуется».  | 1 |  | 1 | 15.02 |
| 43 | <b>Постановочная деятельность.</b> Элементы взаимодействия: игра «Зеркало».                                       | 1 |  | 1 | 19.02 |
| 44 | <b>Путешествие в профессию.</b> Игры: «Поймай – скажи», «Назови слова – действия», «Бюро находок», «Что лишнее?». | 1 |  | 1 | 22.02 |
| 45 | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития шага, «Броски».  | 1 |  | 1 | 26.02 |
| 46 | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для укрепления мышц пресса», «Скамеечка».                                 | 1 |  | 1 | 29.02 |
| 47 | <b>Постановочная деятельность.</b> Приставные шаги в сторону и вперед.Тройные притопы.                            | 1 |  | 1 | 04.03 |

|       |   |    |   |    |       |
|-------|---|----|---|----|-------|
| 48    | <b>Акробатические упражнения.</b> «Кувырок вперед». Упражнения на равновесие.                     | 1  |   | 1  | 07.03 |
| 49    | <b>Акробатические упражнения.</b> Силовые упражнения: «отжимания».                                | 1  |   | 1  | 11.03 |
| 50    | <b>Постановочная деятельность.</b> «Ковырялочка», «Ковырялочка с притопом».                       | 1  |   | 1  | 14.03 |
| 51    | <b>Постановочная деятельность.</b> Раскрывание и закрывание рук: одной руки, двух рук.            | 1  |   | 1  | 18.03 |
| 52    | <b>Партерная гимнастика.</b> «Повороты корпуса», махи в сторону на боку.                          | 1  |   | 1  | 21.03 |
| 53    | <b>Партерная гимнастика.</b> Силовые упражнения «Делай так».                                      | 1  |   | 1  | 25.03 |
| 54    | <b>Акробатические упражнения.</b> Силовые упражнения: «отжимания».                                | 1  |   | 1  | 28.03 |
| 55    | <b>Акробатические упражнения.</b> Упражнения с использованием скакалки.                           | 1  |   | 1  | 01.04 |
| 56    | <b>Постановочная деятельность.</b> Па галопа по шестой позиции.                                   | 1  |   | 1  | 04.04 |
| 57    | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития выворотности с мячами.                       | 1  |   | 1  | 08.04 |
| 58    | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения в развитии с добавлением координации головы и рук.        | 1  |   | 1  | 11.04 |
| 59    | <b>Акробатические упражнения.</b> Упражнения на развитие устойчивости «Цапля».                    | 1  |   | 1  | 15.04 |
| 60    | <b>Акробатические упражнения.</b> Трамплинные прыжки.   | 1  |   | 1  | 18.04 |
| 61    | <b>Постановочная деятельность.</b> Па польки.   | 1  |   | 1  | 22.04 |
| 62    | <b>Постановочная деятельность</b> Ритмические упражнения со счётом и хлопками.                    | 1  |   | 1  | 25.04 |
| 63    | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнение «Складочка».  | 1  |   | 1  | 27.04 |
| 64    | <b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения на гибкость с лентами.                                    | 1  |   | 1  | 02.05 |
| 65    | <b>Акробатические упражнения.</b> Принципы правильного дыхания при исполнении силовых упражнений. | 1  |   | 1  | 06.05 |
| 66    | <b>Акробатические упражнения.</b> Игровые образы в акробатике, «Обезьянка».                       | 1  |   | 1  | 13.05 |
| 67    | <b>Постановочная деятельность</b> Элементы взаимодействия и партнеринга, «Дразнилка».             | 1  |   | 1  | 16.05 |
| 68    | <b>Партерная гимнастика.</b> Принципы правильного дыхания. Расслабление и дыхание, «Надуй мяч».   | 1  |   | 1  | 20.05 |
| 69    | <b>Акробатические упражнения.</b> Прыжки с разнотопкой.   | 1  |   | 1  | 23.05 |
| 70    | <b>Постановочная деятельность.</b> Соединение выученных движений в единую композицию.             | 1  |   | 1  | 27.05 |
| Итого |   | 70 | 7 | 63 |       |