

УТВЕРЖДЕН  
приказом ДТДиМ  
от 30 мая 2023 г. № 307-ОД

Календарно–тематический план  
Дополнительная общеразвивающая программа  
«Танцевальная студия»  
Первый год обучения  
Номер группы 101 - X  
2023/2024 учебный год  
Педагог: Шарая В.В.

№ темы	Наименование тем программы и тем занятий	Количество часов			Число и месяц занятия
		всего	теория	практика	
1	<b>Введение в танец.</b> Мир танца, задачи. Инструктаж по технике безопасности. Игры-знакомство.	2	1	1	04.09
2	<b>Волшебная скакалка.</b> Общеразвивающие упражнения со скакалкой.	2	1	1	07.09
3	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития гибкости. «Рыбка», «Лодочка».	2		2	11.09
4	<b>Классический танец.</b> Понятия: «балет», «классический танец». Первая позиция ног и рук.	2	1	1	14.09
5	<b>Хобби или призвание. Часы профорientации.</b> Понятия: «профессия», «предмет труда», «цель труда».	2	1	1	18.09
6	<b>Народно-характерный танец.</b> Позиции ног: выворотные и не выворотные.	2	1	1	21.09
7	<b>Волшебная скакалка.</b> Упражнения для разогрева и растяжки плечевого пояса.	2		2	25.09
8	<b>Классический танец.</b> Вторая позиция ног и рук. Понятие шахматного порядка.	2	1	1	28.09
9	<b>Классический танец.</b> Третья позиция ног и рук. Положение анфас (en face).	2	1	1	02.10
10	<b>Интервалы.</b> Игры и этюды на ориентацию в пространстве. «Строим дом».	2	1	1	05.10
11	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для укрепления мышц пресса.	2		2	09.10
12	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития выворотности и гибкости. «Черепашка».	2		2	12.10
13	<b>Современный танец.</b> Движения в современном танце, характер исполнения.	2	1	1	16.10
14	<b>Современный танец.</b> Изоляция и музыкально-ритмическая координация.	2	1	1	19.10

15	<b>Волшебная скакалка.</b> Прыжки с поджатыми ногами.	2		2	23.10
16	<b>Классический танец.</b> Положение ноги на passe (выворотное и не выворотное).	2	1	1	26.10
17	<b>Классический танец.</b> Пятая позиция ног. Releve на полупальцы.	2		2	30.10
18	<b>Интервалы.</b> Игры и этюды на ориентацию в пространстве. «Найди себя», «Танец в кругу».	2		2	02.11
19	<b>Акробатические упражнения.</b> Мостик. Шпагаты.	2	1	1	09.11
20	<b>Классический танец.</b> Полуприседание (Demi plie), перегибы корпуса.	2		2	13.11
21	<b>Классический танец.</b> Положение ноги на Surlecoudepid.	2		2	16.11
22	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития подъёма (вытянутые стопы).	2		2	20.11
23	<b>Современный танец.</b> Вращения: игра «Прилипалочка».	2		2	23.11
24	<b>Современный танец.</b> Разучивание четверти и полуповоротов, шаги с полуповоротами, свободные вращения.	2		2	27.11
25	<b>Акробатические упражнения.</b> Стойка на лопатках. «Берёзка».	2		2	30.11
26	<b>Волшебная скакалка.</b> Общеразвивающие упражнения, наклоны. «Разрыв рук».	2		2	04.12
27	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития шага. Махи в сторону на боку.	2		2	07.12
28	<b>Акробатические упражнения.</b> Кувырок вперёд.	2		2	11.12
29	<b>Современный танец.</b> Развитие подвижности позвоночника: движения на напряжение и расслабление корпуса, «Бутон», «Кошка».	2		2	14.12
30	<b>Современный танец</b> Расслабление и дыхание: выполнение упражнений на диафрагмальное дыхание.	2		2	18.12
31	<b>Волшебная скакалка.</b> Прыжки: «соте», «мячик», перескок, подскок.	2		2	21.12
32	<b>Классический танец.</b> Положение ноги на Surlecoudepid. I, II, III пор–де–бра (port de bras).	2		2	25.12
33	<b>Классический танец.</b> гранд плие (Grand plie).	2		2	28.12
34	<b>Партерная гимнастика.</b> «Скамеечка», «Кошечка», «Змея».	2		2	11.01
35	<b>Волшебная скакалка.</b> Прыжки по выворотным и не выворотным позициям.	2		2	15.01
36	<b>Контрольное занятие.</b> Диагностика уровня освоения обучающимся программного содержания данного периода обучения.	2		2	18.01
37	<b>Постановочная деятельность.</b> Характер	2	1	1	

	исполнения разучиваемых танцев последовательность движений.				22.01
38	<b>Постановочная деятельность.</b> Художественный образ.	2	1	1	25.01
39	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития выворотности и гибкости. «Черепашка».	2		2	29.01
40	<b>Партерная гимнастика.</b> Растяжка ног и позвоночника. Повороты корпуса.	2		2	01.02
41	<b>Интервалы.</b> Игры и этюды на ориентацию в пространстве. «Паровозик», «Змея».	2		2	05.02
42	<b>Народно-характерный танец.</b> Русский танец, его движения: положения рук, поклоны, простой (бытовой) шаг.	2	1	1	08.02
43	<b>Народно-характерный танец.</b> Положения рук в народных танцах.	2	1	1	12.02
44	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития выворотности. «Лягушка».	2	1	1	15.02
45	<b>Классический танец</b> батман тандю (Battement tendu) по I позиции.	2		2	19.02
46	<b>Классический танец.</b> пассе партер (Passe par terre). Препарасьон (Preparation) для рук.	2		2	22.02
47	<b>Акробатические упражнения.</b> Мостик. Шпагаты.	2	1	1	26.02
48	<b>Народно-характерный танец.</b> Разучивание элементов русского танца: «Ковырялочка».	2		2	29.02
49	<b>Народно-характерный танец.</b> Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука; с носка.	2		2	04.03
50	<b>Импровизационные и образные игры.</b> Явления природы. «Огонь и лёд», «Дождик».	2		2	07.03
51	<b>Современный танец.</b> Выполнение изолированных движений различных частей тела: наклоны, повороты.	2		2	11.03
52	<b>Современный танец.</b> Исполнение комбинаций с хлопками, притопами, паузами под заданный счет.	2		2	14.03
53	<b>Народно-характерный танец.</b> Положения рук в парных и массовых танцах «круг», «звездочка», «корзиночка».	2		2	18.03
54	<b>Народно-характерный танец</b> шаги: с притопом и продвижением вперед; с притопом и продвижением назад.	2		2	21.03
55	<b>Современный танец.</b> Основные танцевальные шаги и прыжки: «пружинка».	2		2	25.03
56	<b>Современный танец.</b> Элементы взаимодействия и партнеринга «Зеркальный танец».	2		2	28.03
57	<b>Постановочная деятельность.</b> Выполнение упражнений на развитие выразительности, эмоциональности:	2	1	1	01.04

	«Маски», «Фотограф».				
58	<b>Партерная гимнастика.</b> Упражнения для развития растяжки. «Складочка».	2		2	04.04
59	<b>Постановочная деятельность</b> Прослушивание и разбор музыкального материала (размер, части, фразы, характер).	2	1	1	08.04
60	<b>Импровизационные и образные игры.</b> Образы сказочных персонажей.	2		2	11.04
61	<b>Народно-характерный танец</b> Боковой шаг на всей стопе. «Гармошка». «Елочка».	2		2	15.04
62	<b>Постановочная деятельность.</b> Фиксация свободно выбранных рисунков из танцевальных номеров.	2		2	18.04
63	<b>Постановочная деятельность</b> Упражнения на перестроения из рисунков танцев – свободные перемещения (круг, линия, колонна, полукруг).	2		2	22.04
64	<b>Акробатические упражнения.</b> Кувырок вперёд.	2		2	25.04
65	<b>Постановочная деятельность.</b> Простейшие русские ходы: ход с носка; переменный ход.	2		2	27.04
66	<b>Постановочная деятельность.</b> Танцевальный бег с поджатыми ногами.	2		2	02.05
67	<b>Постановочная деятельность.</b> Ходы на притопах; ход на припаданиях.	2		2	07.05
68	<b>Народно-характерный танец</b> Подскоки на месте, с продвижением.	2		2	13.05
69	<b>Постановочная деятельность.</b> «дробная дорожка»; каблучный ход (сибирский).	2		2	16.05
70	<b>Акробатические упражнения.</b> Стойка на лопатках. «Берёзка».	2		2	20.05
71	<b>Постановочная деятельность.</b> Последовательное соединение выученных движений в единую композицию.	2		2	23.05
72	<b>Контрольное занятие.</b> Диагностика уровня освоения обучающимся программного содержания данного периода обучения.	2		2	27.05
Итого		144	20	124	