

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
протокол № 1
от 30.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
Г.П.Заева
Приказ № 47-О от 30.08.2022г.



**Календарно-тематический план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Ритмика и танец»**

1 год обучения

№	Дата	Форма занятия	Количество уч. часов		Тема занятия	Форма контроля
			пак т	теор		
1	Сентябрь	Лекция, беседа		1	Охрана труда. Правила поведения на занятиях хореографии. Знакомство. Основные задачи гимнастики.	Обсуждение
2	Сентябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, укрепляющие мышцы спины	Наблюдение
3	Сентябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, укрепляющие мышцы спины	Наблюдение
4	Сентябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, развивающие подъем стопы.	Наблюдение
5	Сентябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, развивающие подъем стопы.	Наблюдение
6	Сентябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Наблюдение
7	Октябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Наблюдение
8	Октябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, укрепляющие	Наблюдение

		занятие				
9	Октябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	Наблюдение
10	Октябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	Наблюдение
11	Октябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	Наблюдение
12	Октябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, развивающие выворотность ног.	Наблюдение
13	Октябрь	Практическое занятие	1		Упражнения, развивающие выворотность ног.	Наблюдение
14	Октябрь	Практическое занятие	1		Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Наблюдение
15	Ноябрь	Практическое занятие	1		Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Наблюдение
16	Ноябрь	Практическое занятие	1		Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Наблюдение
17	Ноябрь	Практическое занятие	1		Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Наблюдение
18	Ноябрь	Практическое занятие	1		Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Наблюдение
19	Ноябрь	Практическое занятие	1		Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Наблюдение
20	Ноябрь	Практическое занятие	1		Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Наблюдение
21	Ноябрь	Практическое занятие	1		Упражнения на развитие поясничного пояса.	Наблюдение
22	Ноябрь	Практическое занятие	1		Упражнения на развитие	Наблюдение

		ское занятие			поясничного пояса.	
23	Декабрь	Практиче ское занятие	1		Упражнения на развитие поясничного пояса.	Наблюдение
24	Декабрь	Практиче ское занятие	1		Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Наблюдение
25	Декабрь	Практиче ское занятие	1		Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Наблюдение
26	Декабрь	Лекция, беседа		1	Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки (легато – стаккато).	Обсуждение, устный опрос
27	16.12.20	Лекция, беседа		1	Длительности, ритмический рисунок, акценты, музыкальный размер.	Обсуждение, устный опрос
28	Декабрь	Практиче ское занятие	1		Упражнения, игры и метр	Наблюдение
29	Декабрь	Практиче ское занятие	1		Упражнения, игры и метр	Наблюдение
30	Декабрь	Практиче ское занятие	1		Упражнения, игры и метр	Наблюдение
31	Декабрь	Практиче ское занятие	1		Упражнения, игры и метр	Наблюдение
32	Январь	Практиче ское занятие	1		Упражнения, игры и фразировка.	Наблюдение
33	Январь	Практиче ское занятие	1		Упражнения, игры и фразировка.	Наблюдение
34	Январь	Практиче ское занятие	1		Упражнения, игры и фразировка.	Наблюдение
35	Январь	Занятие- игра	1		Упражнения, игры и фразировка.	Наблюдение

36	Январь	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и темп.	Наблюдение
37	Январь	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и темп.	Наблюдение
38	Февраль	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и темп.	Наблюдение
39	Февраль	Занятие-игра	1		Упражнения, игры и темп.	Наблюдение
40	Февраль	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и динамика.	Наблюдение
41	Февраль	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и динамика.	Наблюдение
42	Февраль	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и динамика.	Наблюдение
43	Февраль	Занятие-игра	1		Упражнения, игры и динамика.	Наблюдение
44	Февраль	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
45	Февраль	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
46	Март	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
47	Март	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
48	Март	Практическое занятие	1		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
49	Март	Занятие-игра	1		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
50	Март	Лекция, беседа		1	Понятия «мелодия», «поза», «движение».	Обсуждение, устный опрос

51	Март	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
52	Март	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
53	Март	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
54	Март	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
55	Апрель	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
56	Апрель	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
57	Апрель	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
58	Апрель	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
59	Апрель	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
60	Апрель	Практическое занятие	1		Изучение одноплановых рисунков и фигур: линейных – плоскостных, объемных.	Наблюдение
61	Апрель	Практическое занятие	1		Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Наблюдение
62	Апрель	Практическое занятие	1		Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Наблюдение
63	Май	Практическое занятие	1		Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Наблюдение
64	Май	Практическое занятие	1		Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Наблюдение

		занятие				
65	Май	Практическое занятие	1		Танцевальные шаги, бег, прыжки, подскоки	Наблюдение
66	Май	Практическое занятие	1		Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 4/4.	Наблюдение
67	Май	Практическое занятие	1		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
68	19.05.21	Практическое занятие	1		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
69	Май	Практическое занятие	1		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
70	Май	Практическое занятие	1		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
71	Май	Практическое занятие	1		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Открытое занятие
72	Май	Практическое занятие	1		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	
			68	4		
			72			

2 год обучения

№	Дата	Форма занятия	Количество уч. часов		Тема занятия	Форма контроля
			практик	теор		
1	Сентябрь	Лекция, беседа		2	Охрана труда. Правила поведения на занятиях хореографии. Партерная гимнастика – подготовка к классическому экзерсису.	Обсуждение
2	Сентябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, укрепляющие мышцы спины.	Наблюдение

3	Сентябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, развивающие подъем стопы.	Наблюдение
4	Сентябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Наблюдение
5	Сентябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, развивающие гибкость позвоночника.	Наблюдение
6	Сентябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	Наблюдение
7	Сентябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.	Наблюдение
8	Сентябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	Наблюдение
9	Сентябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, развивающие подвижность тазобедренных суставов.	Наблюдение
10	Октябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, развивающие выворотность ног.	Наблюдение
11	Октябрь	Практическое занятие	2		Упражнения, развивающие выворотность ног.	Наблюдение
12	Октябрь	Практическое занятие	2		Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Наблюдение
13	Октябрь	Практическое занятие	2		Упражнения на растягивание мышц и связок и развитие балетного шага.	Наблюдение
14	Октябрь	Практическое занятие	2		Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Наблюдение
15	Октябрь	Практическое занятие	2		Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Наблюдение
16	Октябрь	Практическое занятие	2		Упражнения для развития шеи и плечевого пояса.	Наблюдение

		занятие				
17	Октябрь	Практическое занятие	2		Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Наблюдение
18	Ноябрь	Практическое занятие	2		Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Наблюдение
19	Ноябрь	Практическое занятие	2		Упражнения для развития плечевого сустава и рук.	Наблюдение
20	Ноябрь	Практическое занятие	2		Упражнения на развитие поясничного пояса.	Наблюдение
21	Ноябрь	Практическое занятие	2		Упражнения на развитие поясничного пояса.	Наблюдение
22	Ноябрь	Практическое занятие	2		Упражнения на развитие поясничного пояса.	Наблюдение
23	Ноябрь	Практическое занятие	2		Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Наблюдение
24	Ноябрь	Практическое занятие	2		Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Наблюдение
25	Ноябрь	Практическое занятие	2		Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног.	Наблюдение
26	Декабрь	Лекция, беседа		2	Строение музыкального произведения	Обсуждение, устный опрос
27	Декабрь	Лекция, беседа		2	Маршевая и танцевальная музыка.	Обсуждение, устный опрос
28	Декабрь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и метр.	Наблюдение
29	Декабрь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и метр.	Наблюдение
30	Декабрь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и метр.	Наблюдение

31	Декабрь	Занятие-игра	2		Упражнения, игры и метр.	Наблюдение
32	23.12.20	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и фразировка.	Наблюдение
33	Декабрь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и фразировка.	Наблюдение
34	Декабрь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и фразировка.	Наблюдение
35	Январь	Занятие-игра	2		Упражнения, игры и фразировка.	Наблюдение
36	Январь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и темп.	Наблюдение
37	Январь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и темп.	Наблюдение
38	Январь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и темп.	Наблюдение
39	Январь	Занятие-игра	2		Упражнения, игры и темп.	Наблюдение
40	Январь	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и динамика.	Наблюдение
41	Февраль	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и динамика.	Наблюдение
42	Февраль	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и динамика.	Наблюдение
43	Февраль	Занятие-игра	2		Упражнения, игры и динамика.	Наблюдение
44	Февраль	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
45	Февраль	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение

46	Февраль	Практическое занятие	2		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
47	Февраль	Занятие-игра	2		Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	Наблюдение
48	Февраль	Лекция, беседа		2	Музыкально-хореографическая, образная выразительность.	Обсуждение, устный опрос
49	Март	Практическое занятие	2		Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур.	Наблюдение
50	Март	Практическое занятие	2		Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур.	Наблюдение
51	Март	Практическое занятие	2		Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур.	Наблюдение
52	Март	Практическое занятие	2		Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур.	Наблюдение
53	Март	Практическое занятие	2		Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур.	Наблюдение
54	Март	Практическое занятие	2		Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур.	Наблюдение
55	Март	Практическое занятие	2		Изучение одно плановых и многоплановых рисунков и фигур.	Наблюдение
56	Март	Практическое занятие	2		Изучение одноплановых и многоплановых рисунков и фигур.	Наблюдение
57	Март	Практическое занятие	2		Танцевальные шаги и ходы.	Наблюдение
58	Апрель	Практическое занятие	2		Танцевальные шаги и ходы.	Наблюдение
59	Апрель	Практическое занятие	2		Танцевальные шаги и ходы.	Наблюдение

60	Апрель	Практическое занятие	2		Танцевальные шаги и ходы.	Наблюдение
61	Апрель	Практическое занятие	2		Танцевальные шаги и ходы.	Наблюдение
62	Апрель	Практическое занятие	2		Танцевальные шаги и ходы.	Наблюдение
63	Апрель	Практическое занятие	2		Танцевальные шаги и ходы.	Наблюдение
64	Апрель	Практическое занятие	2		Танцевальные шаги и ходы.	Наблюдение
65	Апрель	Практическое занятие	2		Реверанс для девочек и поклон для мальчиков на 2/4.	Наблюдение
66	Май	Практическое занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
67	Май	Практическое занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
68	Май	Практическое занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
69	Май	Практическое занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
70	Май	Практическое занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
71	Май	Практическое занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
72	Май	Практическое занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Наблюдение
73	Май	Практическое	2		Танцевальные этюды с элементами актерского	

		занятие			мастерства.	
74	Май	Практиче ское занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	
75	Май	Практиче ское занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	Открытое занятие
76	Май	Практиче ское занятие	2		Танцевальные этюды с элементами актерского мастерства.	
Итого			144	8		
			152			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587331

Владелец Заева Галина Петровна

Действителен с 26.09.2022 по 26.09.2023