

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АНГАРСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 11»

РАССМОТРЕНО

Руководитель
методического
объединения
руководителей

классных

Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

Сергеева А.М.

Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "СОШ №
11"

Демидова Т.А.

Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Студия танца КИТ»

Составитель:
Костина Олеся Олеговна.
Педагог дополнительного образования
МБОУ «СОШ №11»

г. Ангарск, 2024 г.

г. Ангарск, 2024 г.

Пояснительная записка

Направленность программы: художественная

Уровень: базовый

Актуальность программы

Программа «Современный танец» помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени. В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного и классического танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

Педагогическая целесообразность программы – заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественноэстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

Адресат программы: дети 7-17 лет, 10 – 15 человек в группе.

Краткая характеристика возрастных особенностей обучающихся

В возрасте 7-17 лет происходят изменения в сознании ребенка, которые характеризуются появлением так называемого внутреннего плана действий – способностью оперировать различными представлениями в уме, а не только в наглядном плане.

В процессе усвоения нравственных норм формируются сочувствие, заботливость, активное отношение к событиям жизни.

Самооценка у ребенка достаточно устойчивая, возможно ее завышение, реже занижение. Дети более объективно оценивают результат деятельности, чем поведения.

Ведущей потребностей детей данного возраста является общение. Ведущей деятельностью остается сюжетно-ролевая игра.

Занятия ведутся с учетом половозрастных, индивидуальных, психологических, физических особенностей обучающихся.

Принцип комплектования групп:

1. с учётом возраста,
2. на основе заявления родителей.

Срок освоения программы: 1 год, 36 недель, 9 месяцев, 216 ч.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Допускается усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому учащемуся, исходя из индивидуально-психологических, физических или иных особенностей и состояния учащихся, а также смещение тем в условиях обучения в дистанционном режиме.

Допускается самостоятельное творчество детей в том, что они сами придумывают комбинации на стоянке и на середине зала.

Режим занятий: занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа, продолжительность занятия 45 мин, перерыв между занятиями 10 минут.

Цель программы: формирование и развитие творческих, танцевальных способностей и исполнительской техники обучающихся посредством овладения современным танцем

Задачи программы:

Обучающие:

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

Развивающие:

- развитие коммуникативных навыков, креативности, кооперации;
- совершенствование физических качеств: развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, координационных способностей;
- формирование правильной осанки;
- развитие чувства ритма, музыкального слуха;
- развитие памяти на движения, развитие внимания, умения согласовывать движения танца с музыкой.

Воспитательные:

- воспитание морально – волевых и эстетических качеств;

Комплекс основных характеристик программы

Объём программы: общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы 1 год обучения: занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа, итого 6 x 36 недель – 216 часа.

Содержание программы:

Раздел 1. Вводное занятие (количество часов – 2).

Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях.

Раздел 2. Упражнения для постановки корпуса (количество часов - 16).

Осанка и ось корпуса. Развитие мускулатуры ног, рук, спины. Формирование правильной осанки и координации движений.

Раздел 3. Региональные особенности народного танца(количество часов - 26).

Постановка корпуса. Основные положения рук. Основные позиции ног. Разучивание элементов и движений народа. Рисунки танцев.

Раздел 4. Региональные особенности русского танца(количество часов - 26).

Основные положения рук. Основные позиции ног. Разучивание элементов и движений регионов России. Движения корпусом.

Раздел 5. Флэш-моб (количество часов 8).

История возникновения. Виды флэш – моба. Разучивание элементов народного флешмоба.

Раздел 6. Элементы партерной растяжки (количество часов – 18).

Основные элементы растяжки. Ознакомление с элементами партерной гимнастики. Упражнения для развития гибкости. Выполнение тренировочных упражнений на полу.

Раздел 7. Репетиционная работа (количество часов – 48).

Отработка танцевального материала. Подготовка к отчетному концерту. Отчетный концерт.

Планируемые результаты

К концу учебного года обучающиеся будут знать:

- региональные особенности русского и народного танца
- специальную терминологию;
- тенденции развития русского и народного танца;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертных площадках.

Обучающиеся будут уметь:

- исполнять основные танцевальные движения в манере того или иного региона России и в манере того или иного народа
- создавать комбинации различной степени сложности;
- владеть навыками работы на сцене;
- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров и сценической практики.

Выучат постановку танца «Птички-невелички» (народная хореография)

Примут участие в концертах, конкурсах разного уровня, флешмобах.

Будут сформированы следующие личностные качества:

- целеустремленность,
- коммуникабельность,
- самостоятельность,
- креативность,
- умение работать в команде.

Комплекс организационно – педагогических условий.

Учебный план

№	Название разделов программы	Объем часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		Всего	Теорет. часть	Практич. часть	
1.	Раздел 1. Вводное занятие.	2	-	2	
2.	Раздел 2. Упражнения для постановки корпуса.	18	-	18	
3.	Раздел 3. ОФП	26	-	26	
4.	Раздел 4. Основы современного танца	76	6	70	Контрольное занятие
5.	Раздел 5. Работа с ритмом	18	-	18	
6.	Раздел 6. Элементы партерной растяжки.	26	-	26	
7.	Раздел 7. Репетиционная работа	50	-	50	Контрольное занятие
	Итого:	216	6	210	

Календарный учебный график

Раздел/месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Итого
Раздел 1.	2ч									2
Раздел 2.	6ч	6ч	4ч	2ч						18
Раздел 3.	2ч	4ч	4ч	2ч	4ч	4ч	2ч	4ч		26
Раздел 4.	8ч	12ч	12ч	8ч	12ч	8ч	4ч	4ч	8ч	76
Раздел 5.	6ч	6ч	6ч							18
Раздел 6.	4ч	4ч	4ч	4ч	4ч	4ч	2ч			26
Раздел 7.	2ч	2ч	4ч	6 ч	8ч	8 ч	8ч	8ч	4ч	50
Промежуточная аттестация				Контрольное задание					Контрольное задание	
Всего (за месяц)	30	34	34	22	28	24	16	16	12	216

Оценочные материалы.

Форма промежуточной аттестации: контрольное задание.

Задание:

1. знает и показывает элементы изучаемых танцев
2. умеет выполнять изучаемые движения
3. правильно выполняет перестроения на площадке.
4. правильно определяет темп, ритм музыки.
5. умеет передавать в движениях музыкальный образ.

5 баллов – полное выполнение задания

4 балла - частичное выполнение задания

3 балла – выполнение задания с подсказкой педагога

2 балла – выполнение задания с наводящими вопросами

1 балл – невыполнение ни одного задания.

Общий результат по уровням

Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем $\frac{1}{2}$ объёма знаний, предусмотренных программой

Средний уровень – объём усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$.

Максимальный уровень – освоил весь объём знаний, предусмотренных программой

Диагностика входного тестирования.

Параметры	Требования
эмоциональность и артистичность	выразительность мимики и пантомимики, передача в жестах разнообразной гаммы чувств исходя из музыки и содержания композиции. Под танцевальную, инструментальную музыку выполнить элементарные танцевальные движения. Отмечается оригинальность, выразительность и согласованность движений с темпом и ритмом музыки.
музыкально-ритмические способности	- музыкально-ритмическая координация оценивается во время исполнения простых движений (бега, маршировки под музыку с разным темпом), и простых танцевальных элементов под музыку: - восприятие ритмического рисунка

	<p>проверяется следующим образом: проигрываются несколько тактов мелодии с определённым ритмическим узором, и ребёнок самостоятельно хлопками в ладоши должен воспроизвести его. При этом обращается внимание на быстроту реакции и запоминание мелодии.</p>
--	---

Критерии оценки детей: если ребёнок выполняет задание в соответствии с требованиями, ставится 5б, допускает две ошибки -4б, допускает три, четыре ошибки-3б

Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы:

Реализация программы возможна в дистанционном режиме с использованием образовательных платформ: WhatsApp, Viber, Mail.ru, Zoom.

Электронно – образовательные ресурсы:

- Всероссийский образовательный сайт «Портал педагога»
<https://portalpedagoga.ru/>
- Педсовет.org <http://pedsovet.org>
- Информационно-образовательный портал RusEdu<http://rusedu.net/>
- Профессиональное сообщество педагогов Методисты.ру
<http://metodisty.ru>

Методы обучения: наглядный, словесный, практический, репродуктивный.

Формы обучения и виды занятий: учебное занятие, мастер – класс, репетиционная работа.

Педагогические технологии:

- *лично-ориентированная технология*, основывается на индивидуализации и дифференциации приобретения универсальных учебных действий во всех направлениях образовательной программы для дальнейшего их применения в школе.
- *развивающего обучения*, занятия направлены на развитие социальных и психологических функций, носят развивающий характер; обеспечивается формирование ценностных установок; ориентирует не на уровень знаний, а на развитие потенциальных возможностей ребенка.
- *здоровье сберегающие технологии*. Для занятий хореографией мною принимаются дети с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость на уроках заниматься как общим физическим развитием ребенка, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. В процессе обучения в коллективе формируются

необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Дети учатся использовать полученные знания в повседневной жизни. И это способствует общему оздоровлению ребенка.

- *информационно-коммуникационные технологии.* Данные технологии используются для обеспечения материально-технического оснащения. Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и проведение концертных выступлений воспитанников. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии. При условии систематического использования информационных технологий в учебном процессе в сочетании с традиционными методами обучения можно значительно повысить эффективность обучения хореографии

Алгоритм учебного занятия:

Занятие состоит из подготовительной (вводной), основной и заключительной частей.

Вводную часть составляют упражнения и движения динамического характера, подготавливающие тело к работе. Затем следует основная часть, в которой реализуются задачи этапов обучения. Третья часть занятия — музыкально-ритмическая – наиболее динамична. Здесь включены танцевальные движения, творческие задания, танцевальные композиции, задания на построение и перестроение.

Упражнения распределяются с учетом возрастания физиологической нагрузки в основной части занятия: в подготовительной части объединяются упражнения, выполняемые в умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части; в заключительной части нагрузка постепенно снижается.

На занятиях используются различные мелодии, песни, эстрадные композиции.

Иные компоненты

Условия реализации программы.

Танцевальный зал со специальным покрытием пола (паркет, линолеум), зеркалами и оборудованием.

Материально – техническое обеспечение

- раздевалка для обучающихся;
- медиатека на USB носителе;
- одежда: удобная, не сковывающая движений;
- обувь: джазовкии народные туфли.
- наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- наличие танцевальных костюмов.

Кадровое обеспечение:

Костина Олеся Олеговна - педагог дополнительного образования.

Образование: среднее специальное, ГБПОУ Иркутский региональный колледж педагогического образования.

Глоссарий профессиональных терминов

A la SECONDE [а ля згонд] – положение, при котором исполнитель располагается enface, а «рабочая» нога открыта в сторону на 90 .

ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.

ATTITUDE [аттитюд] – положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» или на 90 , положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска.

BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание через passe ноги вперед, назад или в сторону на 90 .

BATTEMENT FONDU [батман фондю] – движение, состоящее из одновременного сгибания ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение surlecou-depied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из урока народно сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] – движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение surlecou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45 в момент разгибания вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT RELEVE LENT (батман релеве лян] – плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90 вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT TENDU (батман тандю] – движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону В модерн-джаз танце выполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батмантандюжете] –

отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту. BATTU [баттю] – в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких коротких ударов ног по 5 аут-поз. спереди и сзади во время прыжка или в положении «лежа на спине».

BODY ROLL [боди ролл] – группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»).

BOUNCE [баунс] – трамплинное покачивание вверх вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUCH [браш] – скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

CATCH STEP [кэтч стэп] – шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION [контракшн] – сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, выполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN (корскру повороты) – «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

COUPE [купе] – быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CURVE [кёрф] – изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND [диипбодибэнд] – наклон вперед торсом ниже 90 сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диипконтракшн] – сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

DEGAGE [дегаже] – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может исполняться как с demiplie, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

DEVELOPPE [девроппе] – разновидность battements, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.

DROP [дроп] – падение расслабленного торса вперед или в сторону.

EMBOITE [амбуате] – последовательные переходы ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком.

EN DEDAN [ан дедан] – направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

EN DEHOR [ан деор] – направление движения или поворота от себя или наружу.

FLAT BACK [флэтбэк] – наклон торса вперед, в сторону (на 90), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

FLAT STEP [флэтстэп] – шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

FLEX [флекс] – сокращенная стопа или кисть.

FLIK [флик] – мазок стопой по полу к себе или от себя.

FROG-POSITION [фрог-позишн] – позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть

максимально раскрыты в стороны. JAZZ HAND [джаз хэнд] – положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны. JELLY

ROLL [джелли ролл] – движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса

вправо-влево (синоним – шейк пелвиса). JERK-POSITION [джек-позишн] – позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на

уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP [джамп] – прыжок на двух ногах.

KICK [кик] – бросок ноги вперед или в сторону на 45 или 90 через вынимание приемом developpe.

LAY OUT [лэй аут] – положение, при котором нога, открытая на 90 в сторону или назад, и торс. Составляют одну прямую линию.

LEAP [лиип] – прыжок с одной ноги на другую с продвижением.

LOCOMOTOR [локомотор] – круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоубэк] – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Дата	Тема	Количество часов			Формы проведения	Формы промежуточной аттестации
			Всего	Теор.	Практ		
1.	Сентябрь	Вводное занятие. Правила техники безопасности.	2	0	2	Учебное занятие	
2.	Сентябрь	Упражнения для постановки корпуса. Разогрев.	2	0	2	Учебное занятие	
3.	Сентябрь	Упражнения для постановки корпуса	2	0	2	Учебное занятие	
4.	Сентябрь	Упражнения для постановки корпуса. Разогрев.	2	0	2	Учебное занятие	
5.	Сентябрь	ОФП	2	0	2	Учебное занятие	
6.	Сентябрь	Партерная гимнастика работа стоп	2	0	2	Учебное занятие	
7.	Сентябрь	Партерная гимнастика Растяжка ног и корпуса	2	0	2	Учебное занятие	
8.	Сентябрь	Изучение позиций рук и ног в современном танце	2	1	1	Учебное занятие	
9.	Сентябрь	Изучение body roll, flat back, flex, point stretch	2	0	2	Учебное занятие	
10.	Сентябрь	Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя	2	0	2	Учебное занятие	
11.	Сентябрь	Партер. Упражнения stretch -характера в положении сидя.	2	0	2	Учебное занятие	
12.	Сентябрь	Понятие о темпе музыки и движения: медленный, умеренный, быстрый	2	0	2	Учебное занятие	
13.	Сентябрь	Ритмика (хлопки и притопы, ускорение и замедление музыкального ритма)	2	0	2	Учебное занятие	
14.	Сентябрь	Определение музыкального размера, дирижирование в танце	2	0	2	Учебное занятие	

15.	Сентябрь	Репетиционная работа	2	0	2	Репетиционная работа	
16.	Октябрь	Упражнения для постановки корпуса	6	0	0	Учебное занятие	
17.	Октябрь	ОФП	4	0	4		
18.	Октябрь	Партерная гимнастика Работа стоп	2	0	0	Учебное занятие	
19.	Октябрь	Партерная гимнастика Растяжка ног и корпуса	2	0	2	Учебное занятие	
20.	Октябрь	Изучение понятия «импульс», «спираль», «твист» в современной хореографии	2	1	1	Учебное занятие	
21.	Октябрь	Фиксация в руках, расслабление и напряжение мышц	2	0	2	Учебное занятие	
22.	Октябрь	Экзерсис на середине зала. Plie в современном танце	2	1	0	Учебное занятие	
23.	Октябрь	Battmentendu в современном танце	2	0	2	Учебное занятие	
24.	Октябрь	Работаустанка battementendu	2	0	2	Учебное занятие	
25.	Октябрь	Работаустанкаbattementtendu jete.	2	0	2	Учебное занятие	
26.	Октябрь	Понятие о темпе музыки и движения: медленный, умеренный, быстрый	2	0	2	Учебное занятие	
27.	Октябрь	Ритмика (хлопки и притопы, ускорение и замедление музыкального ритма)	2	0	2	Учебное занятие	
28.	Октябрь	Определение музыкального размера, дирижирование в танце	2	0	2	Учебное занятие	
29.	Октябрь	Репетиционная работа	2	0	2	Репетиционная работа	
30.	Ноябрь	Упражнения для постановки корпуса	4	0	4	Учебное занятие	
31.	Ноябрь	ОФП	4	0	4	Учебное занятие	
32.	Ноябрь	Партнеринг в современном танце	2	0	2	Учебное занятие	
33.	Ноябрь	Изучение комбинации	2	0	2	Учебное	

		в направлении модерн				занятие	
34.	Ноябрь	Изоляция	2	1	1	Учебное занятие	
35.	Ноябрь	Знакомство с понятием «контракшен»	2	1	1	Учебное занятие	
36.	Ноябрь	Кросс. Передвижение в пространстве. Основные вращения	2	1	1	Учебное занятие	
37.	Ноябрь	История возникновения современного танца в направлении хип -хоп. Базовые движения	2	1	1	Учебное занятие	
38.	Ноябрь	Понятие о темпе музыки и движения: медленный, умеренный, быстрый	2	0	2	Учебное занятие	
39.	Ноябрь	Ритмика (хлопки и притопы, ускорение и замедление музыкального ритма)	2	0	2	Учебное занятие	
40.	Ноябрь	Определение музыкального размера, дирижирование в танце	2	0	2	Учебное занятие	
41.	Ноябрь	Упражнения на растягивание.	2	0	2	Учебное занятие	
42.	Ноябрь	Упражнения на гибкость	2	0	2	Учебное занятие	
43.	Ноябрь	Репетиционная работа	2	0	2	Репетиционная работа	
44.	Ноябрь	Репетиционная работа	2	0	2	Репетиционная работа	
45.	Декабрь	Упражнения для постановки корпуса и рук	2	0	2	Учебное занятие	
46.	Декабрь	ОФП	2	0	2	Учебное занятие	
47.	Декабрь	Элемент «Волна в теле»	2	0	2	Учебное занятие	
48.	Декабрь	Свинги в партере	2	0	2	Учебное занятие	
49.	Декабрь	Прыжки	2	0	2	Учебное занятие	
50.	Декабрь	История возникновения современного танца в	2	0	2	Учебное занятие	

		направлении джаз фанк. Основы стиля					
51.	Декабрь	Элементы партерной растяжки. Упражнения на развитие выворотности	2	0	2	Учебное занятие	
52.	Декабрь	Элементы партерной растяжки. Шпагаты	2	0	2	Учебное занятие	
53.	Декабрь	Репетиционная работа. Отработка танцевального материала	2	0	2	Репетиционная работа	
54.	Декабрь	Репетиционная работа. Отработка танцевального материала	2	0	2	Учебное занятие	
55.	Декабрь	Репетиционная работа. Отработка танцевального материала	2	0	2	Учебное занятие	
56.	Январь	ОФП	4	0	4	Учебное занятие	
57.	Январь	Изоляция центров	2	0	2	Учебное занятие	
58.	Январь	Экзерсис у станка, на середине	2	0	2	Учебное занятие	
59.	Январь	Кросс. Передвижение в пространстве	2	0	2	Учебное занятие	
60.	Январь	Изучение комбинации в направлении современного танца	2	0	2	Учебное занятие	
61.	Январь	Вращение как способ передвижения в пространстве	2	0	2	Учебное занятие	
62.	Январь	Изоляция во всех уровнях	2	0	2	Учебное занятие	
63.	Январь	Элементы партерной растяжки. Упражнения на развитие выворотности	2	0	2	Учебное занятие	
64.	Январь	Элементы партерной растяжки. Шпагаты	2	0	2	Учебное занятие	
65.	Январь	Репетиционная работа	8	0	8	Репетиционная работа	
66.	Февраль	ОФП	4	0	4	Учебное занятие	
67.	Февраль	Знакомство с танцевальной	2	0	2	Учебное занятие	

		культурой Африки. История афро – джаза					
68.	Февраль	Основы афро-джаза	2	0	2	Репетиционная работа	
69.	Февраль	Кросс. Шаги афро-джаза	2	0	2	Репетиционная работа	
70.	Февраль	Прыжки, вращения афро-джаза	2	0	2	Репетиционная работа	
71.	Февраль	Элементы партерной растяжки. Шпагаты	2	0	2	Учебное занятие	
72.	Февраль	Элементы партерной растяжки. Упражнения на гибкость спины	2	0	2	Учебное занятие	
73.	Февраль	Репетиционная работа. Отработка танцевального материала	8	0	8	Репетиционная работа	
74.	Март	ОФП	2	0	2	Учебное занятие	
75.	Март	Hip – hop. Основные движения	2	0	2	Учебное занятие	
76.	Март	Танцевальная комбинация Hip – hop	2	0	2	Учебное занятие	
77.	Март	Репетиционная работа. Отработка танцевального материала	8	0	8	Репетиционная работа.	
78.	Март	Элементы партерной растяжки. Упражнения на развитие силы мышц ног.	2	0	2	Учебное занятие	
79.	Апрель	ОФП	4	0	4	Учебное занятие	
80.	Апрель	Бродвейский джаз. Основные движения	2	0	2	Учебное занятие	
81.	Апрель	Танцевальная комбинация в стиле бродвейского джаза	2	0	2	Учебное занятие	
82.	Апрель	Репетиционная работа. Отработка танцевального материала	8	0	8	Репетиционная работа.	
83.	Май	Репетиционная работа. Отработка танцевального материала	4	0	4	Репетиционная работа.	

84.	Май	Кросс. Передвижение в пространстве	2	0	2	Учебное занятие	
85.	Май	Прыжки	2	0	2	Учебное занятие	
86.	Май	Упражнения в партере	2	0	2	Учебное занятие	
87.	Май	Упражнения stretch- характера	2	0	2	Учебное занятие	
		Итого	216	6	210		