

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное учреждение**  
**Профессиональная образовательная организация**  
**«Государственное училище (техникум) олимпийского резерва по хоккею»**  
**(ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею»)**

Принята на заседании  
Педагогического совета  
От «ЗФ» августа 2020 г  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ФГБУ ПОО ГУОР по  
хоккею  
  
Е.А.Крошева  
01.09.2020г.  


**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**  
**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**Современные танцы 6-7 лет**

Преподаватель: Абрамкина Анастасия Олеговна

Ярославль,  
2020 г.

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Учебно-тематический план

Содержание изучаемого курса

Формы аттестации и оценочные материалы

Организационно-педагогические условия реализации  
программы

Список литературы

Приложения

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## Введение

Политика популяризации здорового образа жизни ведется достаточно активно. Сегодня многие предпочитают заниматься спортом, посещать различного рода кружки, студии для самосовершенствования себя и своего уровня жизни. Одним из видов занятий, призывающий вести здоровый образ жизни являются танцы. Заниматься танцами, так же как и любым видом спорта, может подготовленный здоровый человек, ведущий здоровый образ жизни. Современное танцевальное искусство среди подрастающего поколения России формировалось на улице (например, направления «стрит-джаз», «брейкданс», «хип-хоп» и т.д.), и реализовать их потребности и способности на «законном основании» - задача педагога. Данный курс позволяет методически настойчиво направлять энергию детей в русло красивых сценических форм, отвлекая от уличной вычурности и безвкусицы. Получив возможность импровизировать и свободно танцевать в таком направлении как хип-хоп, дети избавляются от физических и психологических зажимов, у них изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

**Актуальность:** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Танец способствует развитию чувства ритма, музыкального слуха у детей, выполнению движений под музыку. Кроме того, помогает детям доброжелательно относиться друг к другу, развивает чувства коллективного творчества. Через танец дети выражают душевное состояние, получают положительный эмоциональный заряд и энергию.

**Новизна:** Современная хореография – это особенная философия, это способ общения между людьми. Он не требует последовательности и строгости исполнения

движений и стандартов, тем самым открывая безграничные возможности для самовыражения и творчества.

## **Направленность и уровень программы**

**Цель программы:** развитие личности детей к познанию и творчеству, посредством обучения современному танцу. Содействие всестороннему развитию физических, нравственных, духовных сил и раскрытию индивидуальности учащихся.

### **образовательные:**

- ознакомление учащихся с истоками современного танца;
- формирование знаний комплекса упражнений по стретчингу;
- формирование навыков самосовершенствования, самоконтроля и самопознания;
- ознакомление со стилями современного танца, а также с особенностями ритмического строения музыки;
- освоение техники различных танцевальных стилей, обучение основам свободной импровизации;

### **развивающие:**

- раскрытие творческой индивидуальности учащихся;
- формирование умения передавать стиль и манеру исполнения различных стилей, создавать яркие сценические образы;
- формирование правильной осанки;
- профилактика плоскостопия;
- совершенствование физических качеств: развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей;
- развитие чувства ритма, музыкального слуха;

- развитие памяти на движения, развитие внимания, умение согласовывать движения танца с музыкой;
- формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений;
- формирование умения эмоционального выражения через танец;
- формирование раскрепощенности и творчества;

**воспитательные:**

- воспитание сознательного и активного отношения к здоровью и здоровому образу жизни
- привитие бытовой и сценической культуры.
- воспитание морально-волевых и эстетических качеств.

**Группа/категория учащихся, для которой программа актуальна:** дети 6-7 лет

**Форма:** групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом.

**Режим (периодичность и продолжительность) занятий:** 2 раза в неделю по 60 мин

**Срок реализации программы:** 70 часов

**Планируемые результаты:**

**В результате реализации программы, учащиеся второго года обучения**

**будут знать:**

- классические названия базовых элементов;
- что физические нагрузки способствуют общему укреплению организма;
- значение слова «ритм», «темп»/

**будут уметь:**

- показывать элементарные базовые танцевальные движения;
- соединять отдельные движения в хореографическую композицию/

**Иметь представления:**

- о своих природных задатках и способностях;
- о многообразии танцевальных жанров;
- о базовых элементах в разных танцевальных направлениях/

**Форма подведение итогов: (праздники, конкурсы, отчетные концерты, соревнования).**

Промежуточная аттестация уровня обученности по программе за полугодие – с 15 по 25 декабря;

Аттестация уровня обученности по программе за учебный год – с 10 по 20 мая;

## 2.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| №<br>п/п | Наименование<br>раздела,<br>темы      | Количество часов |           |   |
|----------|---------------------------------------|------------------|-----------|---|
|          |                                       | Всего            | Теория    | Практика<br>(интерактив<br>ные занятия) |
| 1        | Вводное занятие. Техника безопасности | 1                | 1         | -                                       |
| 2        | Игровые технологии                    | 6                | 1         | 5                                       |
| 3        | Музыкально-ритмическая деятельность   | 11               | 2         | 9                                       |
| 4        | Растяжка основных групп мышц          | 12               | 2         | 10                                      |
| 5        | Занятия классикой                     | 12               | 3         | 9                                       |
| 6        | Элементы современного танца           | 14               | 2         | 12                                      |
| 7        | Репетиционно – постановочная работа   | 10               | 3         | 7                                       |
| 8        | Аттестация учащихся                   | 4                | 2         | 2                                       |
|          | <b>ИТОГО:</b>                         | <b>70</b>        | <b>16</b> | <b>54</b>                               |

### **3.СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА**

Реферативное (краткое) описание разделов (модулей) и тем программы в соответствии с последовательностью, заданной учебным (тематическим) планом, с указанием теоретических и интерактивных(практических) видов занятий. Содержание программы направлено на достижение целей программы и планируемых результатов ее освоения.

#### **Раздел 1. «Вводное занятие»**

**Теория (1 ч.).** Будут рассказаны правила поведения на занятиях, о технике безопасности во время поддержек и особенностях внешнего вида учащегося, а именно:

На занятия приходить заранее, что бы успеть, не спеша переодеться и не опоздать на занятие;

Необходимо приходить в удобной спортивной форме в сменной обуви (кроссовки, чешки, кеды);

Перед занятием снимать все украшения (кольца, цепочки);

На занятиях выполнять все действия только по команде преподавателя

#### **Раздел 2. «Игровые технологии»**

**Теория (1 ч.).**

**Практика (5 ч). «Зеркальный танец»**

Участники разбиваются на пары. Звучит любая музыка. Один из пары — зеркало, он с наибольшей точностью старается повторить танцевальные движения другого. Затем дети в паре меняются ролями.

**«Танцуй в такт»**

Все участники стоят по кругу и по очереди выходят в центр круга и танцуют под музыку (в ритм музыки). Преподаватель время от времени меняет стиль музыки, а участник должен быстро переключиться (подстроиться) под измененный ритм и в танце обыграть его.



## **«Баттл»**

Участники делятся на некоторое количество команд (в зависимости от того сколько участников захотят побороться). Во время баттла противники импровизируют под периодически меняющиеся ритмы, стараются удивить публику танцевальными трюками или актерским мастерством. В танцевальном баттле двое участников соперничают между собой как бы выясняя отношения — кто круче. Участником может быть как сольный танцор, так и пара или целая команда — все зависит от формата соревнования, и от исполняемого танца. Каждый по очереди танцует небольшой отрезок времени (30 секунд или минуту). Участники могут передразнивать, пародировать друг друга, что делает баттл более веселым и ярким выступлением, чем обычный конкурс. Еще одно преимущество — на танцполе находится только один участник (одна пара), и всё внимание судей и зрителей приковано только к нему, а не расплывается на нескольких танцоров.

Возможны и другие игры по усмотрению преподавателей, но они должны быть непосредственно связаны с текущей темой занятия.

## **Раздел 3. «Музыкально-ритмическая деятельность»**

### **Теория (2 ч)**

**Практика (9 ч).** Ритмика включает упражнения, музыкальные игры по прослушиванию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточной музыкальное развитие обучающихся обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей.

Во второй год обучения мы знакомим детей с различной музыкой, т.к. любой трек содержит разные ритмы и эмоции. Обучаем показывать эмоции под музыку.

Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки развивать чувство ритма.

## **Раздел 4. «Растяжка основных групп мышц»**

### **Теория (2 ч).**

**Практика (10 ч).** Знакомство детей с классической хореографией, которая является базой для танцевального искусства. Познав все его тонкости, можно овладеть любым жанром, который станет по душе. Первым и самым главным условием является хорошая выворотность. Это способность разворачивать наружу бедренный сустав, что позволяет ноге и стопе, в частности, принимать основные позиции. Даже если данное свойство не дано человеку от рождения, его вполне возможно выработать путем регулярных и усердных занятий

## Раздел 5. «Классика»

### Теория (3 ч.).

**Практика (9 ч).** . Позиции ног. Школа классической хореографии, зачастую, начинается с развития выворотности, которая позволяет ногам принимать основные позиции. Их выделяют шесть:

первая позиция - ступни соприкасаются пятками и развернуты наружу, образуя на полу прямую линию (или угол 180 градусов);

вторая позиция является производной от первой (ноги образуют все ту же прямую линию, но между ними образуется расстояние, равное размеру одной ступни);

третья позиция - пятка одной ступни прижата к середине другой (при этом, ноги, по прежнему, образуют угол 180 градусов);

четвертая позиция - выворотные ноги расположены параллельно друг другу на расстоянии, равном длине одной ступни;

пятая позиция - ступни плотно прижаты друг к другу, при этом носки и пятки закрывают друг друга;

шестая позиция - ступни расположены параллельно друг другу и перпендикулярно положению тела.

Позиции рук Плавные движения рук придают танцу красоту, нежность и выразительность. Тем не менее, чтобы добиться результата, важно знать их основные позиции, а именно:

подготовительная позиция - руки опущены вниз, локти и кисти округлены;

первая позиция - из подготовительной следует поднять руки, зафиксировав их перед собой на уровне диафрагмы;

вторая позиция - из первой позиции следует развести руки в стороны (при этом, локоть и кисти не должны провисать, а должно оставаться легкое округление);

третья позиция - из первой руки поднимают над головой.

Основные группы движений Достаточно сложной наукой является хореография. Классический танец требует не только физических навыков, но также теоретических знаний. Так, выделяют следующие основные группы движений:

плие (plie) - сгибание ног в коленях;

демплие (demiplie) – неполное «приседание»;

гранд плие (grandplie) – глубокое, большое «приседание»;

релеве (releve) - подъем на полупальцы;

батман тандю (battementendu) – «вытянутый» скользящее движение стопой в положении ноги на носок вперед, сторону, назад с возвращением скользящим движением в исходное положение;

глиссе (glisser) - плавное скольжение стопы по полу;

## **Раздел 6. «Элементы современного танца»**

**Теория (2 ч.).** История появления того или иного направления.

**Практика (12 ч).** Знакомства с некоторыми танцевальными стилями, заучивание связок. Изучение базы основных направлений. Поверхностное знакомство.

## **Раздел 7. «Репетиционно – постановочная работа»**

**Теория (3 ч.).**

**Практика (7 ч).** Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных связок и поддержек, изучение рисунка танцевальной композиции. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

Дети познают основу танца, развивают физическую подготовку, растягиваются, заучивают комбинации.

## **Раздел 8. «Итоговое занятие»**

**Теория (2ч).**

**Практика (2 ч).** В роли итогового занятия будут проводиться открытые занятия, отчетные концерты.

#### 4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Результатом деятельности педагога является опыт успешного участия детей в различных праздниках и конкурсах, который в дальнейшем поможет им в самореализации и адаптации в обществе.

Программой предусмотрена *аттестация учащихся*, направленная на выявление исходного, текущего, промежуточного и итогового уровня теоретических знаний, развития практических умений и навыков, сформированных компетенций и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных общеобразовательных программ- дополнительных общеразвивающих программ.

**Входная контроль** проводится педагогом дополнительного образования в сентябре.

**Промежуточная** — в декабре, апреле-мае - по итогам полугодия или учебного года.

**Итоговая аттестация** проходит в апреле-мае по окончании полного курса обучения.

**Входной контроль** осуществляется в форме наблюдения, беседы, игры.

**Текущий контроль** осуществляется в ходе зачётов, творческих заданий, контрольных упражнений, опросов, соревнований (конкурсов), показательных выступлений.

**Итоговый контроль** проводится по итогам прохождения курсов обучения (по годам), в виде концертов и праздников и турниров.

Итоги образовательного процесса подводятся в конце каждого года.

## МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Мониторинг образовательных результатов в объединении проводится по нескольким параметрам:

- уровень теоретических знаний;
- уровень практических навыков;
- динамика личностного роста.

| Показатели (оцениваемые качества)            | Критерии   | Степень выраженности оцениваемого качества   | Количество баллов   | Методы диагностики         |                     |
|--|--|--|---|----------------------------|---------------------|
| Изменения в знании учащимися теории          | Соответствие теоретических знаний ребенка программному материалу | Минимальный уровень (1/2 объема знаний)  | 1   | Тестирование<br>Наблюдение |                     |
|  |  | Средний уровень (более 1/2 объема знаний)  | 5   |                            |                     |
|  |  | Максимальный уровень (ребенок практически освоил весь объем знаний за конкретный период) | 10  |                            |                     |
| Изменения в практической подготовке учащихся | Соответствие практических умений и навыков материалу программы   | Минимальный уровень (объем умений и навыков составляет менее чем 1/2 умений)             | 1   | Наблюдение                 |                     |
|  |  | Средний уровень (объем умений и навыков составляет более 1/2 )                           | 5   |                            |                     |
|  |  | Максимальный уровень (овладел всеми умениями и навыками)                                 | 10  |                            |                     |
|  | Творческий подход в выполнении практических заданий              | в  | Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания) | 1                          | Контрольные задания |
|  |  |  | Репродуктивный уровень (выполняет задания на основе образца)  | 5                          |                     |
|  |  |  | Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)   | 10                         |                     |
|  | Техника исполнения танцевальных движений                         | Минимальный уровень (множество ошибок при выполнении основных движений)                  | 1   | Наблюдение                 |                     |
|  |  | Средний уровень (правильность  | 5   |                            |                     |

|                             |   |  |    |                        |
|-----------------------------|---|--|----|------------------------|
|                             |   | выполнения основных движений, но не в ритме музыки)                                      |    |                        |
|                             |   | Максимальный уровень (правильность выполнения всех движений, в ритме музыки, артистично) | 10 |                        |
| Личностный<br>рост учащихся | Умение воспринимать общие дела, как свои собственные              | Избегает участие в мероприятиях, в общих делах   | 0  | Наблюдение             |
|                             |   | Участвует при побуждении извне   | 5  |                        |
|                             |   | Инициативен в общих делах  | 10 |                        |
|                             | Участие в концертной деятельности                                 | Минимальный уровень (участие в простых номерах на уровне ОУ)                             | 1  | Портфолио обучающегося |
|                             |   | Средний уровень (участие в простых номерах на мероприятиях разного уровня)               | 5  |                        |
|                             |   | Максимальный уровень (активное участие в сложных номерах на мероприятиях разного уровня) | 10 |                        |
|                             | Способность переносить известные нагрузки, преодолевать трудности | Терпения хватает менее чем на 1/2 занятия  | 1  | Наблюдение             |
|                             |   | Терпения хватает больше чем на 1/2 занятия   | 5  |                        |
|                             |   | Терпения хватает на все занятие  | 10 |                        |

## **5.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **5.1.Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.**

Реализация дополнительной общеобразовательной программы требует наличия следующих помещений:

-зал для танцев

-раздевалка

Оборудования:

-музыкальный центр

Инвентаря:

-зеркала

-коврики

Приборов: -

### **5.2 Требования к кадровому обеспечению:**

Преподаватель должен иметь базовую теоретическую подготовку: знать основы общей, социальной, детской и возрастной психологии; современные формы и методы обучения и воспитания; основы дифференцированного обучения, реализации компетентностного подхода, развивающего обучения. Педагог должен иметь представление о технологиях диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; Преподаватель должен быть компетентен в правовой области: знать законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; трудовое законодательство. Требования к квалификации преподавателя подразумевают наличие высшего профессионального образования по педагогической, психологической и направленностям, с предъявлением требований к опыту реализации образовательных общеразвивающих программ.

## 6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Учебно-методическое и информационное обеспечение:

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы:**

#### Нормативно-правовые документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят ГД ФС РФ 21.12.2012) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://graph-kremlin.consultant.ru/page.aspx?1646176>
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rg.ru/2013/12/11/obr-dok.html>
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70731954/>
4. Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/14644/>
5. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://gov.garant.ru/SESSION/PILOT/main.htm>
6. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. // Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. – М.: Просвещение, 2009.

#### Список литературы для педагога:

1. Дополнительное образование детей: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. О.Е. Лебедева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 256с.
2. Зуев, Е.И. Волшебная сила растяжки. / Е.И. Зуев. – М.: Советский спорт, 1990. – 64с
3. 10 самых лучших упражнений для упругих эластичных и гибких мышц. Супер стрейч // Shape. 2002. № 10. с.112.
4. Каргина, З.А. Технология разработки образовательной программы дополнительного образования детей / З.А. Каргина // Внешкольник. Воспитание и дополнительное образование молодежи. 2006. № 5. с.11-15.
5. Богомолова Л. Танец: ритм и пластика. - М., - 1991;
6. Костровицкая В. 100 уроков классического танца / В. Костровицкая. — М.,- 1981.



7. Сюжетно-ролевые игры: приложение к методике игрового стрейтчинга. - СПб., - 1994;
8. Тобиас М., Стюарт М. Растягивайся и расслабляйся. - М., -1994;
9. Школьников Л. О танцах в шутку и всерьёз. - М., - 1975;

### **Электронные ресурсы**

1. <https://myhit.fm/%D0%B4%D0%BB%D1%8F%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D0%B8>
2. <http://primemusic.me/%D0%B4%D0%BB%D1%8F%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D0%B8>
3. <https://musicpesni.ru/mp3map/%D1%81%D0%BE%D0%B2%D1%80%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B0%D1%8F+%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D1%8F>
4. <https://my.mail.ru/mail/svetalunareka/video/3562>
5. [https://www.youtube.com/playlist?list=PL5XH\\_oiYKW5jwU3RM8nWZx7gMWqpaotw](https://www.youtube.com/playlist?list=PL5XH_oiYKW5jwU3RM8nWZx7gMWqpaotw)
6. <http://triumph-org.ru/ru/content/misteriya-tanca-3><http://triumph-org.ru/>
7. <http://primemusic.me/%D0%B4%D0%BB%D1%8F%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D0%B8>

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

| № п/п | Месяц    | Число | Время проведения занятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия   | Место проведения         | Форма контроля |
|-------|----------|-------|--------------------------|---------------|--------------|--|--------------------------|----------------|
| 1     | сентябрь | 1     | 18:30-19:30              | групповая     | 1            | Вводное занятие. Техника безопасности.   | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 2     | сентябрь | 4     | 18:00-19:00              | групповая     | 1            | Игровые технологии. Зеркальный танец.  | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 3     | сентябрь | 8     | 18:30-19:30              | групповая     | 1            | Игровые технологии. Зеркальный танец.  | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 4     | сентябрь | 11    | 18:00-19:00              | групповая     | 1            | Игровые технологии. Танцуй в такт.   | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 5     | сентябрь | 15    | 18:30-19:30              | групповая     | 1            | Игровые технологии. Танцуй в такт.   | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 6     | сентябрь | 18    | 18:00-19:00              | групповая     | 1            | Игровые технологии. Баттл.   | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 7     | сентябрь | 22    | 18:30-19:30              | групповая     | 1            | Игровые технологии. Баттл.   | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 8     | сентябрь | 25    | 18:00-19:00              | групповая     | 1            | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 9     | сентябрь | 29    | 18:30-19:30              | групповая     | 1            | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |                |
| 10    | октябрь  | 2     | 18:00-19:00              | групповая     | 1            | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по                                 | Зал для танцев и фитнеса |                |

|    |         |    |             |           |   |  |                          |  |
|----|---------|----|-------------|-----------|---|--|--------------------------|--|
|    |         |    |             |           |   | прослушиванию и анализу музыки.  |                          |  |
| 11 | октябрь | 6  | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 12 | октябрь | 9  | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 13 | октябрь | 13 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 14 | октябрь | 16 | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 15 | октябрь | 20 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 16 | октябрь | 23 | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 17 | октябрь | 27 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 18 | октябрь | 30 | 18:00-      | групповая | 1 | Музыкально-  | Зал для                  |  |

|    |         |    |             |           |   |   |                          |  |
|----|---------|----|-------------|-----------|---|---|--------------------------|--|
|    | ябрь    |    | 19:00       |           |   | ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки. | танцев и фитнеса         |  |
| 19 | ноябрь  | 3  | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 20 | ноябрь  | 6  | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 21 | ноябрь  | 10 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 22 | ноябрь  | 13 | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 23 | ноябрь  | 17 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 24 | ноябрь  | 20 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 25 | ноябрь  | 24 | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 26 | ноябрь  | 27 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 27 | декабрь | 1  | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 28 | декабрь | 4  | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 29 | декабрь | 8  | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 30 | декабрь | 11 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Растяжка основных групп мышц.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 31 | декабрь | 15 | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Выворотность стоп.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 32 | декабрь | 18 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Выворотность стоп.   | Зал для танцев и фитнеса |  |
| 33 | декабрь | 22 | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Занятия классикой.  | Зал для танцев и         |  |

|    |         |    |             |           |   |   |                          |               |
|----|---------|----|-------------|-----------|---|---|--------------------------|---------------|
|    |         |    |             |           |   | Позиции ног.  | фитнеса                  |               |
| 34 | декабрь | 25 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Позиции ног.                           | Зал для танцев и фитнеса | Открытый урок |
| 35 | январь  | 19 | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Позиции рук.                           | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 36 | январь  | 22 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Позиции рук.                           | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 37 | январь  | 26 | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Основные группы движений. Плие.        | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 38 | январь  | 29 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Основные группы движений. Плие.        | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 39 | февраль | 2  | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Основные группы движений. Демиплие.    | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 40 | февраль | 5  | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Основные группы движений. Грандплие.   | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 41 | февраль | 9  | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Основные группы движений. Релеве.      | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 42 | февраль | 12 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Занятия классикой. Основные группы движений. Батмантанцю. | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 43 | февраль | 16 | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Элементы современного танца. Хип-хоп.                     | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 44 | февраль | 19 | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Элементы современного танца. . Хип-хоп.                   | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 45 | февраль | 26 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Элементы современного танца. . Хип-хоп.                   | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 46 | март    | 2  | 18:00-19:00 | Групповая | 1 | Элементы современного танца. . Хип-хоп.                   | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 47 | март    | 5  | 18:30-19:30 | Групповая | 1 | Элементы современного танца. . Хип-хоп.                   | Зал для танцев и фитнеса |               |

|    |            |    |                 |           |   |  |                                |  |
|----|------------|----|-----------------|-----------|---|--|--------------------------------|--|
| 48 | мар<br>т   | 9  | 18:00-<br>19:00 | Групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца. . Хип-хоп.      | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 49 | мар<br>т   | 12 | 18:30-<br>19:30 | Групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца. . Хип-хоп.      | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 50 | мар<br>т   | 16 | 18:00-<br>19:00 | Групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца. . Хип-хоп.      | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 51 | мар<br>т   | 19 | 18:30-<br>19:30 | Групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца.<br>Контепорари. | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 52 | мар<br>т   | 23 | 18:00-<br>19:00 | Групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца.<br>Контепорари. | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 53 | мар<br>т   | 26 | 18:30-<br>19:30 | Групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца.<br>Контепорари. | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 54 | мар<br>т   | 30 | 18:00-<br>19:00 | Групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца.<br>Контепорари. | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 55 | апре<br>ль | 2  | 18:30-<br>19:30 | Групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца.<br>Контепорари. | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 56 | апре<br>ль | 6  | 18:00-<br>19:00 | групповая | 1 | Элементы<br>современного<br>танца.<br>Контепорари. | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 57 | апре<br>ль | 9  | 18:30-<br>19:30 | Групповая | 1 | Репитиционно-<br>постановочная<br>работа.          | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 58 | апре<br>ль | 13 | 18:00-<br>19:00 | Групповая | 1 | Репитиционно-<br>постановочная<br>работа.          | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 59 | апре<br>ль | 16 | 18:30-<br>19:30 | Групповая | 1 | Репитиционно-<br>постановочная<br>работа.          | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 60 | апре<br>ль | 20 | 18:00-<br>19:00 | групповая | 1 | Репитиционно-<br>постановочная<br>работа.          | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 61 | апре<br>ль | 23 | 18:30-<br>19:30 | групповая | 1 | Репитиционно-<br>постановочная<br>работа.          | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |
| 62 | апре<br>ль | 27 | 18:00-<br>19:00 | групповая | 1 | Репитиционно-<br>постановочная<br>работа.          | Зал для<br>танцев и<br>фитнеса |  |

|    |        |    |             |           |   |                                    |                          |               |
|----|--------|----|-------------|-----------|---|------------------------------------|--------------------------|---------------|
| 63 | апрель | 30 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Репитиционно-постановочная работа. | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 64 | май    | 4  | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Репитиционно-постановочная работа. | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 65 | май    | 7  | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Репитиционно-постановочная работа. | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 66 | май    | 11 | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Репитиционно-постановочная работа. | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 67 | май    | 14 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Аттестация учащихся.               | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 68 | май    | 18 | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Аттестация учащихся.               | Зал для танцев и фитнеса |               |
| 69 | май    | 21 | 18:30-19:30 | групповая | 1 | Аттестация учащихся.               | Зал для танцев и фитнеса | Открытый урок |
| 70 | май    | 25 | 18:00-19:00 | групповая | 1 | Аттестация учащихся.               | Зал для танцев и фитнеса |               |

