

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №7  
имени Героя Советского Союза В.Х. Хазиева  
Зеленодольского муниципального района  
Республики Татарстан»

Дополнительная общеобразовательная  
программа

«Хореографическое искусство – органическая часть  
системы образования и развития ребёнка в школе»  
для учащихся 1-11 классов

на 2023-2024 учебный год

Шляпцева Людмила Анатольевна,  
педагог дополнительного образования

- Педагог дополнительного образования: Шляпцева Людмила Анатольевна;
- Срок реализации дополнительной общеобразовательной программы: 1 год;
- Дополнительная общеобразовательная программа разработана в 2023-2024 учебном году;
- Общее количество часов: 684 часа

**- Классы 2**

- «Улыбка»

- Количество часов: всего - 76 часов, в неделю - 2 часа;

**- Классы 3-4**

- «Конфетти»

- Количество часов: всего - 76 часов, в неделю - 2 часа;

**- Классы 5**

- «Крекеры»

- Количество часов: всего - 76 часов, в неделю - 2 часа;

**- Классы 7**

- «Зефирки»

- Количество часов: всего - 152 часа, в неделю - 4 часа;

**- Классы 8-11**

- «Грильяж»

- Количество часов: всего - 152 часа, в неделю - 4 часа;

**- Класс кадетский 5м**

- Количество часов: всего - 38 часов, в неделю - 1 часа;

**- Класс кадетский 7б**

- Количество часов: всего - 38 часов, в неделю - 1 часа;

**- Класс кадетский 8к**

- Количество часов: всего - 76 часов, в неделю - 2 часа;

### **Пояснительная записка**

Данная учебная программа внеурочной деятельности по хореографии для 1- 11 классов составлена в соответствии с:

1. Закон Российской Федерации « Об Образовании» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ)
2. Федеральный государственный образовательный ФГОС ООО основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 2010 г. № 1897). Изменения ФГОС ООО от 29 мая 2014 года № 1644
3. Данная рабочая программа является частью основной образовательной программы основного Общего образования МБОУ «СОШ №7 имени Героя Советского Союза В.Х.Хазиева ЗМР РТ»
4. Адаптированная программа внеурочного образования по хореографическому искусству на основе государственных программ для хореографических школ:
5. Локальный акт о рабочих программах (утвержден приказом №195/2 от 29.08 2015 года)

#### **Направленность программы.**

Данная учебная программа по хореографии разработана с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

В основе этой программы лежит обучение музыкально-ритмическим движениям простыми, но вместе с тем разнообразными способами (имитационные, танцевальные, общеразвивающие и т.д.), использование креативных методик (игропластика) и инновационных направлений (контактная импровизация)

Программа направлена на:

- Развитие мотивации личности к познанию и творчеству как основы развития образовательных запросов и потребностей детей;
- Развитие индивидуальности, личной культуры, коммуникативных способностей ребенка, детской одаренности;
- Коррекцию психофизического и умственного развития детей;
- Профилактику асоциального поведения детей и подростков.

#### **Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность:**

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Особенностью программы является синтез всех видов деятельности: строевые упражнения, подвижные игры, гимнастические упражнения, танцы, дыхательные упражнения, релаксация. Это позволяет детям в наиболее доступной, яркой, эмоциональной форме получить первые эстетические впечатления, помогающие формировать личность ребенка.

Актуальность данной программы определяется социальным заказом современного общества на личность, обладающую определенным уровнем художественно-эстетического воспитания, а также потребностью в разработке методических рекомендаций по преподаванию хореографии детям школьного возраста

Работа по данной программе формирует у школьников навыки танцевальной техники, а также нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе. Программа обеспечивает укрепление физического, психического и психологического здоровья детей.

Актуальность программы заключается в создании системы спортивного, оздоровительного, музыкального и творческого воспитания и развития учащихся. Реализация программы предусматривает создание условий для сотворчества, партнерского взаимодействия педагога и

ученика, что способствует развитию творческой личности, способной к саморазвитию и самореализации.

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции. В результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях. Увеличение объёма двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функционального состояния сердечнососудистой и нервной систем.

Движение в ритме и темпе, заданных музыкой, способствуют ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

Приобщение к «миру танца», знакомство с различными направлениями хореографии, историей и географией танца, прослушивание музыкальных произведений развивают и внутренне обогащают школьников, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства ребёнка, его взаимоотношения с окружающим миром.

На занятиях ребёнок учится сознательно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации, различать ритмы музыки, согласовывать свои движения с музыкой. Способность согласовывать свои движения с музыкой вызывает у ребёнка комфортное состояние и танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая те или иные задачи, которые ставит перед ним педагог.

Ребёнок учится определённым приёмам, связкам движений в различных танцах на первом этапе своего образования. Вторым этапом является умение самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

Немаловажным является и так называемый лечебный эффект. В результате регулярных занятий создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие. Активная работа мышц брюшного пресса и спины проводит своеобразный массаж внутренних органов. Организм укрепляется. Ребёнок меньше болеет. Таким образом, решается задача общего укрепления здоровья и физического развития ребёнка.

### **Цель и задачи программы:**

**Цель** – данной программы – физическое развитие, развитие эмоциональной сферы, эстетических и нравственных понятий через приобщение детей к искусству хореографии.

### **Задачи:**

#### 1. Развивающие задачи:

- укреплять опорно-мышечный аппарат, формировать правильную осанку;
- развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию;
- развивать внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
- развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.

#### 2. Обучающие задачи:

- осваивать простейшие танцевальные движения;
- осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции

на базе проученных движений;

- приобретать навык эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев).

### 3. Воспитательные задачи:

- формировать художественный вкус;
- воспитывать понятие эстетики отношений в паре (мальчик - девочка);
- воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели;
- формировать интерес к хореографическому искусству;
- воспитывать патриотические чувства, знакомить с особенностями различных национальных культур.
- Формировать хореографическую культуру школьников как неотъемлемую часть их духовной культуры.

### **Возраст детей, участвующий в реализации данной программы:**

Возраст: 7-18 лет, 1-11 классы

### **Сроки реализации программы:**

Программа рассчитана на 1 год обучения.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

В соответствии учебным планом МБОУ «СОШ №7 им. В.Х.Хазиева ЗМР РТ» на учебный предмет «Хореографический кружок» отводится 684 часа (из расчета 18 часов в неделю: 2 классы - 2 раза в неделю по 1 часу; 3- 4 классы - 2 раза в неделю по 1 часу; 5 классы - 2 раза в неделю по 1 часу; 7 классы - 2 раза в неделю по 2 часа; 8-11 классы - 2 раза в неделю по 2 часа; 5М – 1 раз в неделю по 1 часу; 7Б - 1 раз в неделю по 1 часу; 8к – 2 раза в неделю по 1 часу).

Диагностика проводится 2 раза в год: вводная (сентябрь), итоговая (май).

### **Формы организации учебно-воспитательной деятельности:**

- учебное занятие;
- репетиционная деятельность;
- концертная и конкурсная деятельность;
- работа с родителями;
- досуговые.

### **Этапы реализации образовательной программы.**

I этап – мотивационно-адаптивный (создание доверительной, эмоционально-защищенной атмосферы в группе, принятие групповых норм взаимодействия, выявление ценностей группы, на совместную работу);

II этап – самовыражение учащихся средствами хореографической деятельности (работа с личностным самовыражением учащихся);

III этап – познание себя через познание других образов (потребность в самопознании, самоанализе, самоизменении и самосовершенствовании через прослеживание деятельности и поведения предложенных образов).

### **Методы достижения**

- формирование положительного сознания (беседа, рассказ, разъяснение, пример);
- формирование позитивного поведения (поручение, приучение, упражнение, пример показ);

- стимулирование (требование, просьба-приказ, поощрение или наказание соревнование гласное и открытое, взрыв);
- самовоспитание (самоанализ, личные обязательства).

### **Принципы построения программы.**

- Принцип позитивности (создание поддерживающей доброжелательной атмосферы помощи и сотрудничества);
- Принцип духовности (установление связи между высшими ценностями: добротой, красотой, здоровьем, счастьем и конкретным ребенком, его внутренним миром, поведением и смыслом жизни);
- Принцип целостности развития усиливает значение прошлого опыта полученных знаний в позитивном ключе, организует целостность самопознания, активизацию творческих возможностей, способностей к самопознанию и саморазвитию;
- Принцип индивидуального подхода (учет психологического своеобразия и возрастных особенностей каждого ребёнка).

В программе соблюдается гуманистическая направленность характера образования, приоритет общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья ребенка, свободного развития личности.

### **Программа обеспечивает:**

- Создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности, ее интеграции в системе мировой и отечественной культур;
- Определенное государственным стандартом качество образования, обеспечивающее уровень развития детей адекватный современному уровню общественного развития;
- Целостность процесса психофизического, умственного и духовного развития ребенка;
- Укрепление психического и физического здоровья детей, их эмоциональное благополучие и положительную социализацию.

Данная образовательная программа реализуется в свободное от основной учебной нагрузки время. Программа исключает общее повышение учебной нагрузки и утомляемости детей.

### **Межпредметные связи**

Программа содержит богатые возможности для формирования общеучебных навыков учащихся, что создает основу для целостного развития личности. Показателем этого являются раскрытые ниже межпредметные связи, которые влияют на успешное прохождение программы и усвоение учебных дисциплин.

Настоящая программа опирается на некоторые понятия и навыки, которые учащиеся получают на других уроках в общеобразовательной школе. Она является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике.

Непосредственная связь движений с музыкой прослеживается на всем этапе, т.к. мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Учащиеся осваивают понятия: «ритм», «размер», «счет» и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз. При этом дети учатся различать вступление и основную мелодию, начинать и заканчивать движение с началом и концом музыкальной фразы.

Каждый танец, который включен в программу, имеет свои исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают в какой стране, у какого народа он произошел, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах и странах.

При изучении общих понятий в танцах учащиеся сталкиваются с понятиями «направление движения» (по линии танца, диагонально и т.д.), «угол поворота», «доли счета» (1/2, 2/4, 3/4 и т.д.). Существует понятие и «геометрия шагов», «диаграмма шагов». Учащиеся среднего и

старшего школьного возраста пользуются понятиями: «вес тела», «ось поворота», «импульс движения», «ускорение» и т.д.

В классическом танце используется терминология на французском языке, поэтому возникает связь с французским языком. Законодателем моды в бальных танцах является Англия, поэтому часто название фигур и шагов звучат на английском языке. Отсюда вытекает связь с изучением английского языка. При изучении народных танцев происходит знакомство с языком той национальности, чей танец на данном этапе изучают учащиеся.

Самая тесная связь прослеживается с физкультурой и по строению урока, и по его насыщенности. Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждый урок имеет конкретную цель – натренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

### **Содержание учебного предмета**

Содержание программы базируется на нравственно – эстетическом, интонационно-образном, жанрово-стилевом постижении школьниками основных пластов хореографического искусства (классического, народного, стилизованного, бального, историко-бытового, современного, эстрадного, сюжетного танцев) в их взаимодействии с произведениями других видов искусства.

В качестве приоритетных в данной программе выдвигаются следующие **задачи и направления:**

- приобщение к хореографии как эмоциональному, нравственно-эстетическому феномену, осознание через музыку и движения, овладение культурой отношения к миру, запечатлённого в произведениях хореографического искусства, раскрывающих духовный опыт поколений;
- воспитание потребности в общении с хореографическим искусством своего народа и разных народов мира, классическим и современным хореографическим наследием; эмоционально-ценностного, заинтересованного отношения к искусству, стремления к хореографическому самообразованию;
- развитие общей танцевальности и эмоциональности, эмпатии и восприимчивости, интеллектуальной сферы и творческого потенциала, художественного вкуса, общих хореографических способностей;
- освоение жанрового и стилового многообразия хореографического искусства, специфики его выразительных средств и языка движений, интонационно-образной природы и взаимосвязи с различными видами искусства и жизнью;
- овладение художественно-практическими умениями и навыками в разнообразных видах танцевально – творческой деятельности (слушание музыки, музыкально-пластическом движении, импровизации музыкальных произведений в движении, танцевально – творческой практики с применением информационно-коммуникационных технологий).

Методологическим основанием данной программы служат современные научные исследования, в которых отражается идея познания школьниками художественной картины мира и себя в этом мире. Приоритетном в программе, как и в программе начальной школы, является введение ребенка в мир хореографии через музыкальные интонации, темы и образы отечественного хореографического искусства, произведения которого рассматриваются в постоянных связях и отношениях с произведениями мировой хореографической культуры. Воспитание любви к своей культуре, своему народу и настроенности на восприятие иных культур («Я и другой») обеспечивает осознание ценностей культуры народов России и мира, развитие самосознания ребенка.

Основными **методическими принципами** программы являются: **принцип** увлеченности; **принцип** триединства деятельности композитора – исполнителя – зрителя; **принцип** «тождества и контраста», сходства и различия; **принцип** интонационности; **принцип** диалога культур. В целом все принципы ориентируют хореографическое образование на социализацию учащихся, формирование ценностных ориентаций, эмоционально-эстетического отношения к искусству и жизни.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения изучаемого предмета**

**Предметными результатами** занятий по программе хореографического кружка являются:

- овладение практическими умениями и навыками хореографического творчества;
- выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне;
- развитие музыкальности( формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма;
- умение характеризовать музыкальное произведение;
- согласовывать музыку и движения;

**Метапредметными результатами** являются:

- обнаружение ошибок при выполнении заданий
- отбор способов их исправления
- анализ и объективная оценка собственного труда
- поиск возможностей и способов их улучшения
- видение красоты движений
- технически правильное выполнение двигательных действий
- овладение способами решения поискового и творческого характера;
- культурно - познавательная, коммуникативная и социально – эстетическая компетентности;
- приобретение опыта в танцевально-творческой деятельности.

**Личностными результатами** занятий являются:

- активное включение в общение и взаимодействия со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания
- проявление положительных качеств личности
- управление своими эмоциями
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей
- формирование эстетических потребностей, ценностей;
- развитие эстетических чувств и художественного вкуса;
- развитие потребностей опыта творческой деятельности в хореографическом виде искусства.

**Предполагаемые результаты реализации программы**

1. Владение хореографической терминологией.
2. Развитие коммуникативных способностей учащихся.
3. Развитие творческого мышления, памяти, воображения средствами хореографического искусства.
4. Овладение основными танцевальными движениями.
5. Музыкальность и выразительность, правдивость и искренность в передаче танцевального образа.
6. Сдержанность и благородство манеры исполнения.
7. Осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, отражающему чувства и мысли.
8. Понимание единства формы о содержания в танце.
9. Понимание выразительности отдельных элементов танца и музыки в передаче

определённого содержания.

10. Эмоциональное восприятие хореографического искусства.

11. Способность самостоятельно оценивать хореографическое произведение.

12. Умение держать себя на сцене, показать суть танца.

### **Формы подведения итогов реализации программы**

- контрольное выполнение отдельных элементов, частей и танцев целиком (индивидуально, по парам, в группах и коллективом);
- концерты для родителей и социума;
- участие в школьных мероприятиях и праздниках;
- выступление на концертах и праздничных программах;
- участие в фестивалях и конкурсах городских.
- проверочные задания;
- индивидуальная проверка учебного материала педагогом;
- метод педагогических наблюдений.

### **Содержание рабочей программы:**

#### **Вводное занятие.**

На данном занятии дети узнают, что такое танец. Узнают о том, как зародился танец, какие бывают танцы, в чем их отличие. Знакомятся с тем, что необходимо для занятий танцем (танцевальная форма, обувь). Чем дети будут заниматься на протяжении учебного года.

#### **Партерная гимнастика.**

Партерная гимнастика или партерный экзерсис. Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Партерный экзерсис - это упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп.

#### **Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Данная тема позволит детям познакомиться с элементарными перестроениями и построениями (такими как: круг, колонна, линия, диагональ, полукруг и др.), научит детей четко ориентироваться в танцевальном зале и находить свое место. В дальнейшем, повторяя и закрепляя этот раздел, дети научатся в хореографических этюдах сменять один рисунок на другой.

#### **Упражнения для разминки.**

Данный раздел поможет детям подготовиться к началу занятия, разовьет у ребенка чувство ритма, умение двигаться под музыку. Послужит основой для освоения детьми различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по данной программе.

#### **Народный танец.**

В данном разделе дети будут знакомиться с элементами народного танца: позициями и положениями рук и ног, с различными танцевальными движениями, познакомятся с танцевальными перестроениями. Каждый учебный год внесет свои изменения в процесс освоения материала. С каждым годом он будет более насыщенным и сложным. После освоения комплекса различных движений дети будут знакомиться с танцевальными комбинациями, построенными на данных движениях. Из этих комбинаций в дальнейшем будут составлены и разучены тренировочные танцевальные этюды.

## **Классический танец.**

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, исполняя тот или иной танцевальный элемент. На занятиях классическим танцем, дети познакомятся с основными позициями рук и ног, различными классическими, познакомятся с квадратом А.Я.Вагановой. С каждым учебным годом к более простым танцевальным движениям будут добавляться более сложные, разучиваться танцевальные этюды.

## **Современный танец.**

В раздел «современный танец» включены такие танцевальные элементы как: джаз хэнд, слайды, камушки, пассае и т.д. Дети научатся держать корпус и руки согласно тому времени, к которому относятся исполняемые танцевальные движения, постараются перенять манеру исполнения у великих танцоров. Во время занятий современным танцем большое внимание будет уделяться работе на импровизацию.

**Структура занятий** включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

### **Подготовительная**

Организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния; умеренное разогревание организма.

Строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др.

Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

### **Основная**

Развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций

Упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы современного ритмического танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

### **Заключительная**

Постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов.

Спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

На эту часть отводится 5-10% общего времени. Проводится краткий анализ достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться.

### **Литература:**

- «Русский народный танец» - Т.А. Устинова
- «Танцевальные кружки» - Е.В. Конорова и В.Н. Светинская

- «Приглашаем танцевать» - В. Кудрякова
- «Русская пляска» - М. Мурашко
- «Народный танец» Т.Ткаченко
- «Сочинение танца» - Р.Захарова
- «Азбука ритмической гимнастики» - В.Соснина
- «Танцы Марий Эл» - М.Мурашко
- «Азбука хореографии» - Т.Барышникова
- «Танцуйте с нами» - Л.Бондаренко
- «Учите детей танцевать» - Т. Пуртова, Л.Беликова, О.Кветная
- «Татарские танцы» - Л.Мухаметшина
- «Классический танец» - Л.Тарасов
- «Основы народно-сценического танца» - Л.Зайцев
- «Молодёжная эстрада»
- «Все танцы» - Ги Дени, Леон Дасвиль
- «Ритмическая гимнастика» - В.Ю.Соснина
- «Музыка и движение» - С.И.Бекина
- «Воспитание ума и сердца» - Д.Б.Кабалевский
- «Ритмическая гимнастика» - Э.М.Фабиян
- «Танцуйте с нами» - С.А.Бондаренко
- «С песенкой по лесенке» - Т.Бырченко
- «Потешки изабавы» - Ю.К.Комальков
- «Музыкальный букварь» - Н.Ветлугина
- «Ритм и пластика» - Т, Лисицкая
- «Классический танец» - Ваганова

### Календарно – тематический план «Улыбка»

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1	Вводный урок. Правила по технике безопасности. Позиции ног и позиции рук.	05.09.2023	
2.	Партер. Упражнения №1, №2 на подвижность стопы	07.09.2023	
3.	Партер. Упражнения №3, №4 на подвижность стопы	12.09.2023	
4.	Партер. Упражнение «Плывём «Кролем», «Брасом»	14.09.2023	
5.	Партер. Упражнения №1, №2 на подвижность коленного сустава	19.09.2023	
6.	Партер. Упражнения «Ножницы», «Велосипед»	21.09.2023	
7.	Партер. Упражнения №1 на растяжку ног	26.09.2023	
8.	Партер. Упражнения №2 на растяжку ног	28.09.2023	

9.	Партер. Упражнение №3 на растяжку ног	30.09.2023	
10	Партер. Упражнения «Берёзка»	03.10.2023	
11	Разучивание танца с кубиками 1 часть	05.10.2023	
1 2	Отработка танца с кубиками 1 часть	10.10.2023	
13	Партер. Упражнение «Лодочка»	12.10.2023	
14	Партер. Упражнения №1 на развитие силы рук	17.10.2023	
15	Разучивание танца с кубиками 2 часть	19.10.2023	
16	Отработка танца с кубиками 2 часть	24.10.2023	
17	Сочетание подскоков и галопа	26.10.2023	
18	Партер. Упражнения № 2 на растяжку ног	31.10.2023	
19	Перестроение в линиях и кругах	02.11.2023	
20	Партер. Упражнение № 4 на растяжку ног	07.11.2023	
21	Классический переменный шаг	09.11.2023	
22	Основной шаг танца «Полька»	14.11.2023	
23	Партер. Упражнение № 5 на растяжку ног	16.11.2023	
24	Классическая «Полечка» с носка в парах, вариант №1	21.11.2023	
25	Классическая «Полечка» с носка в парах, вариант №2	23.11.2023	
26	Классическая «Полечка» с носка в парах, вариант №3	28.11.2023	
27	Классическая «Полечка» с носка в парах, вариант №4	30.11.2023	
28	Партер. Упражнение «Качалочка»	05.12.2023	
29	«Полечка» боковая в парах	07.12.2023	
30	Постановка танца «Весёлая полечка» 1 часть	12.12.2023	
31	Партер. Упражнение «Колечко»	14.12.2023	
32	Движение «Переглядки»	19.12.2023	

33	Движение «Кружение в прах»	21.12.2023	
34	Вращение на полупальцах	26.12.2023	
35	Партер. Упражнение №3 на подвижность коленного сустава	28.12.2023	
36	Постановка и отработка танца «Весёлая полечка» 2 часть	09.01.2024	
37	Постановка танца «Потанцуй со мной» 1 часть	11.01.2024	
38	Партер. Упражнение №4 на подвижность коленного сустава	16.01.2024	
39	Отработка танца «Потанцуй со мной» 1 часть	18.01.2024	
40	Партер. Упражнения «Перекаты»	23.01.2024	
41	Партер. Упражнения «Уголок»	25.01.2024	
42	Постановка танца «Потанцуй со мной» 2 часть	30.01.2024	
43	Отработка танца «Потанцуй со мной» 2 часть	01.02.2024	
44	Постановка танца «Потанцуй со мной» 3 часть	06.02.2024	
45	Отработка танца «Потанцуй со мной» 3 часть	08.02.2024	
46	Вращение на полупальцах на месте вправо	13.02.2024	
47	Вращение на полупальцах на месте влево	15.02.2024	
48	Вращение на полупальцах правое в продвижении вперёд	20.02.2024	
49	Отработка вращения на полупальцах правое в продвижении вперёд	22.02.2024	
50	Приставные шаги вправо и влево	27.02.2024	
51	Одинарные приставные шаги вправо и влево	29.02.2024	
52	Двойные приставные шаги вправо и влево	05.03.2024	
53	Приставные шаги вправо и влево с хлопками	07.03.2024	
54	Одинарные приставные шаги вправо и влево с	12.03.2024	

	хлопками		
55	Двойные приставные шаги вправо и влево с хлопками	14.03.2024	
56	Шаги вправо с поворотом	19.03.2024	
57	Шаги влево с поворотом	21.03.2024	
58	Шаги вправо с поворотом с хлопками	26.03.2024	
59	Приставной шаг с прыжком	28.03.2024	
60	Шаги влево с поворотом с хлопками	02.04.2024	
61	Шаги вправо с поворотом с приставным шагом	04.04.2024	
62	Шаги влево с поворотом с приставным шагом	09.04.2024	
63	Шаги вправо с поворотом с приставным шагом с хлопками	11.04.2024	
64	Шаги влево с поворотом с приставным шагом с хлопками	16.04.2024	
65	Постановка танца «Весёлая полечка» 3 часть	18.04.2024	
66	Отработка танца «Весёлая полечка» 3 часть	23.04.2024	
67	Упражнение grand battement	25.04.2024	
68	Упражнение grand battement с хлопками	30.04.2024	
69	Упражнение port de bra №1	02.05.2024	
70	Упражнение port de bra №2	07.05.2024	
71	Упражнение port de bra №3	14.05.2024	
72	Повторение танца «Потанцуй со мной»	16.05.2024	
73	Повторение танца «Весёлая полечка»	21.05.2024	
74	Работа над этюдами	23.05.2024	
75	Самостоятельная работа над этюдами	28.05.2024	
76	Повторение и закрепление пройденного материала	30.05.2024	

### Календарно – тематический план «Конфетти»

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1.	Вводный урок. Правила по технике безопасности. Позиции ног и позиции рук.	05.09.2023	
2.	Партер. Упражнения №1, №2 на подвижность стопы	12.09.2023	
3.	Партер. Упражнения №3, №4 на подвижность стопы	19.09.2023	
4.	Партер. Упражнение «Плывём «Кролем», «Брасом»,	26.09.2023	
5.	Партер. Упражнения: №1, №2, №3, №4 на подвижность коленного сустава	03.10.2023	
6.	Партер. Упражнения «Ножницы», «Велосипед»	10.10.2023	
7.	Партер. Упражнения №1, №2 на растяжку ног	17.10.2023	
8.	Партер. Упражнения №3, №4 на растяжку ног	24.10.2023	
9.	Партер. Упражнение №5 на растяжку ног	31.10.2023	
10	Партер. Упражнения «Берёзка», «Перекаты», «Уголок»	07.11.2023	
11	Партер. Упражнения №1, №2 на укрепление мышц спины	14.11.2023	
12	«Утята», «Если весело живется», хороводы	21.11.2023	
13	Партер. Упражнения «Лодочка», «Качалочка», «Колечко»	28.11.2023	
14	Партер. Упражнения №1, №2 на развитие силы ног	05.12.2023	
15	Акробатика «Мостик», «Выход из «Мостика», «Столбики»	12.12.2023	
16	Основной шаг танца «Полька»	19.12.2023	
17	Сочетание подскоков и галопа	26.12.2023	
18	Классический переменный шаг с носка	09.01.2024	
19	Постановка танца «Мы маленькие дети» (1 часть)	16.01.2024	
20	Ходьба на высоких полупальцах на 1/4 такта	23.01.2024	
21	Отработка танца «мы маленькие дети» (1 часть)	30.01.2024	

22	Постановка танца «Мы маленькие дети» (2 часть)	06.02.2024	
23	Отработка танца «Мы маленькие дети» (2 часть)	13.02.2024	
24	Движение «Переглядки»	20.02.2024	
25	Движение «Перемена мест», «Кружение в парах»	27.02.2024	
26	Постановка танца «Мы маленькие дети» (3 часть)	05.03.2024	
27	Отработка танца «Мы маленькие дети» (3 часть)	12.03.2024	
28	Отработка позиций рук (1, 2, 3)	19.03.2024	
29	Классический шаг с носка с притопом	26.03.2024	
30	Классический шаг с носка с точкой	02.04.2024	
31	Классический шаг с носка с остановкой	09.04.2024	
32	Классический шаг с носка в повороте вправо	16.04.2024	
33	Классический шаг с носка в повороте влево	23.04.2024	
34	Классическая позиция рук №1	30.04.2024	
35	Классическая позиция рук №2	02.05.024	
36	Классическая позиция рук №3	16.05.2024	
37	Повторение и закрепление пройденного	23.05.2024	
38	Заключительный урок	30.05.2024	

### Календарно – тематический план «Крекеры»

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1.	Вводный урок. Правила по технике безопасности.	04.09.2023	
2.	Партер. Упражнение №1 на подвижность стопы	06.09.2023	
3.	Партер. Упражнение №2 на подвижность стопы	11.09.2023	

4.	Партер. Упражнение №3 на подвижность стопы	13.09.2023	
5.	Партер. Упражнение №4 на подвижность стопы	18.09.2023	
6.	Партер. Упражнение «Плывём «Брасом»	20.09.2023	
7.	Партер. Упражнение «Плывём «Кролем»	25.09.2023	
8.	Партер. Упражнение №1 на подвижность коленного сустава	27.09.2023	
9.	Партер. Упражнение №2 на подвижность коленного сустава	02.10.2023	
10	Партер. Упражнения: №3, №4 на подвижность коленного сустава	04.10.2023	
11	Партер. Упражнение «Велосипед», «Ножницы»	09.10.2023	
12	Партер. Упражнение «Уголок»	11.10.2023	
13	Партер. Упражнение №1 на растяжку ног	16.10.2023	
14	Партер. Упражнение №2 на растяжку ног	18.10.2023	
15	Партер. Упражнение №3 на растяжку ног	23.10.2023	
16	Партер. Упражнение №4 на растяжку ног	25.10.2023	
17	Партер. Упражнение №5 на растяжку ног	30.10.2023	
18	Партер. Упражнение «Перекаты»	01.11.2023	
19	Партер. Упражнение «Берёзка»	06.11.2023	
20	Партер. Упражнение №1 на укрепление мышц спины	08.11.2023	
21	Партер. Упражнение №2 на укрепление мышц спины	13.11.2023	
22	Партер. Упражнение №3 на укрепление мышц спины	15.11.2023	
2 3	Партер. Упражнение №4 на укрепление мышц спины	20.11.2023	
2 4	Партер. Упражнение «Лодочка»	22.11.2023	
25	Партер. Упражнения: «Качалочка»	27.11.2023	
2 6	Партер. Упражнение «Колечко»	29.11.2023	
27	Партер. Упражнение «Столбики»	04.12.2023	

28	Партер. Упражнение «Звёздочка»	06.12.2023	
29	Партер. Упражнение «Кошечка»	11.12.2023	
30	Партер. Упражнение «Подъём на полупальцы»	13.12.2023	
31	Партер. Упражнение №1 на пресс	18.12.2023	
32	Партер. Упражнение №2 на пресс	20.12.2023	
33	Партер. Упражнение №3 на пресс	25.12.2023	
34	Партер. Упражнение №4 на пресс	27.12.2023	
35	Партер. Упражнения №1 на развитие силы рук	08.01.2024	
36	Акробатика «Мостик»	10.01.2024	
37	Акробатика «Выход из «Мостика»	15.01.2024	
38	Партер. Упражнения №2 на развитие силы рук	17.01.2024	
39	Партер. Упражнения №3 на развитие силы рук	22.01.2024	
40	Партер. Упражнение №2 на развитие гибкости спины	24.01.2024	
41	Партер. Упражнения №2 на развитие силы ног	29.01.2024	
42	Перестроение в линиях	31.01.2024	
43	Перестроение из одного круга в два и наоборот	05.02.2024	
44	Классический переменный шаг с носка	07.02.2024	
45	Сочетание подскоков и галопа	12.02.2024	
46	Основной шаг танца «Полька»	14.02.2024	
47	Чередование шага «Польки» и подскоков	19.02.2024	
48	Ходьба на высоких полупальцах на 1/2 такта	21.02.2024	
49	Этюд «Задорная полечка»	26.02.2024	
50	Выворотные позиции ног (1,2,3,4,5)	28.02.2024	

51	Движение в стиле хип-хоп №1	04.03.2024	
52	Движение в стиле хип-хоп №2	06.03.2024	
53	Движение в стиле хип-хоп №3	11.03.2024	
54	Движение в стиле хип-хоп №4	13.03.2024	
55	Движение в стиле хип-хоп №5	18.03.2024	
56	Движение в стиле хип-хоп №6	20.03.2024	
57	Движение «Перемена мест»	25.03.2024	
58	Движение «До-за-до», «Вращение»	27.03.2024	
59	Постановка и отработка танца «Дворовая тусовка» 1 часть	01.04.2024	
60	Постановка танца «Дворовая тусовка» 2 часть	03.04.2024	
61	Отработка танца «Дворовая тусовка» 2 часть	08.04.2024	
62	Отработка танца «Дворовая тусовка» 2 часть	10.04.2024	
63	Вращения по диагонали	15.04.2024	
64	Переменный шаг	17.04.2024	
65	Переменный шаг с точкой	22.04.2024	
66	Переменный шаг с остановкой	24.04.2024	
67	Постановка танца «Дворовая тусовка» 3 часть	29.04.2024	
68	Отработка танца «Дворовая тусовка» 3 часть	01.05.2024	
69	Вальсовая дорожка	06.05.2024	
70	«Маятник»	08.05.2024	
71	«Балансе»	13.05.2024	
72	«Соло-поворот»	15.05.2024	
73	Вальсовый поворот	20.05.2024	
74	Вальсовый поворот в парах	22.05.2024	

75	Отработка вальсового поворота в парах	27.05.2024	
76	Повторение пройденного. Заключительный урок	29.05.2023	

### Календарно – тематический план «Зефирки»

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1.	Вводный урок. Правила по технике безопасности. Позиции ног и позиции рук.	04.09.2023	
2.	Партер. Упражнение №1 на подвижность стопы	06.09.2023	
3.	Партер. Упражнение №2 на подвижность стопы	11.09.2023	
4.	Партер. Упражнение №3 на подвижность стопы	13.09.2023	
5.	Партер. Упражнение №4 на подвижность стопы	18.09.2023	
6	Партер. Упражнения №5 на подвижность стопы	20.09.2023	
7.	Партер. Упражнения №6 на подвижность стопы	25.09.2023	
8.	Партер. Упражнение №1 на подвижность коленного сустава	27.09.2023	
9.	Партер. Упражнение №2 на подвижность коленного сустава	02.10.2023	
10	Партер. Упражнение №3 на подвижность коленного сустава	04.10.2023	
11	Партер. Упражнение №4 на подвижность коленного сустава	09.10.2023	
12	Партер. Упражнение «Плывём «Кролем»	11.10.2023	
13	Партер. Упражнение «Плывём «Брасом»	16.10.2023	
14	Переменный шаг с носка	18.10.2023	
15	Переменный шаг с носка с остановкой	23.10.2023	
16	Переменный шаг с носка с точкой	25.10.2023	
17	Партер. Упражнение №1 на подвижность коленного сустава	30.10.2023	
18	Партер. Упражнение №2 на подвижность коленного сустава	01.11.2023	
19	Партер. Упражнение №3 на подвижность коленного сустава	06.11.2023	
20	Партер. Упражнение №4 на подвижность коленного сустава	08.11.2023	

21	Партер. Упражнение «Велосипед»	13.11.2023	
22	Партер. Упражнение «Ножницы»	15.11.2023	
23	Партер. Упражнение №1 на растяжку ног	20.11.2022	
24	Партер. Упражнение №2 на растяжку ног	22.11.2023	
25	Партер. Упражнение №3 на растяжку ног	27.11.2023	
26	Партер. Упражнение №4 на растяжку ног	29.11.2022	
27	Партер. Упражнение №5 на растяжку ног	04.12.2023	
28	Партер. Упражнение «Колечко»	06.12.2023	
29	Партер. Упражнения «Берёзка», «Перекаты», «Уголок»	11.12.2023	
30	Партер. Упражнение «Столбики»	13.12.2023	
31	Партер. Упражнение «Лодочка»	18.12.2023	
32	Партер. Упражнение «Берёзка»	20.12.2023	
33	Партер. Упражнения №1, №2 на укрепление мышц спины	25.12.2023	
34	«Утята», «Если весело живется», хороводы	27.12.2023	
35	Партер. Упражнения №1, №2 на развитие силы ног	08.01.2024	
36	Партер. Упражнение «Перекаты»	10.01.2024	
37	Партер. Упражнение «Уголок»	15.01.2024	
38	Акробатика «Мостик»	17.01.2024	
39	Акробатика «Выход из «Мостика»	22.01.2024	
40	Акробатика «Качалочка»	24.01.2024	
41	Основной шаг танца «Полька»	29.01.2024	
42	Боковое шоссе	31.01.2024	
43	Сочетание подскоков и галопа	05.02.2024	
44			

	Чередование шага «Польки» и подскоков	07.02.2024	
45	Классический переменный шаг с носка	12.02.2024	
46	Упражнение с тростью №1	14.02.2024	
47	Ходьба на высоких полупальцах на 1/4 такта	19.02.2024	
48	Упражнение с тростью №2	21.02.2024	
49	Упражнение с тростью №3	26.02.2024	
50	Упражнение с тростью №4	28.02.2024	
51	Упражнение с тростью №5	04.03.2024	
52	Упражнение с тростью №7	06.03.2024	
53	Упражнение с тростью №8	11.03.2024	
54	Постановка танца с тросточкой 1 часть	13.03.2024	
55	Отработка танца с тросточкой 1 часть	18.03.2024	
56	Отработка танца с тросточкой 1 часть	20.03.2024	
57	Перескок с ноги на ногу	25.03.2024	
58	Перескок с ноги на ногу с пяточкой	27.03.2024	
59	Движение «Перемена мест»	01.04.2024	
60	Движение «Переглядки»	03.04.2024	
61	Поворот вокруг себя	08.04.2024	
62	Движение «Прочёс»	10.04.2024	
63	Движение «Прочёс» с поворотом	15.04.2024	
64	Вращение тросточкой	17.04.2024	
65	Вращение тросточкой в повороте	22.04.2024	
66	Постановка танца с тросточкой 2 часть	24.04.2024	
67	Отработка танца с тросточкой 2 часть		

		29.04.2024	
68	Отработка классической позиции рук № 1	01.05.2024	
69	Отработка классической позиции рук № 2	06.05.2024	
70	Отработка классической позиции рук № 3	08.05.2024	
71	Классический шаг с носка с притопом	13.05.2024	
72	Постановка танца с тросточкой 3 часть	15.05.2024	
73	Отработка танца с тросточкой 3 часть	20.05.2024	
74	Отработка танца с тросточкой	22.05.2024	
75	Повторение и закрепление пройденного	27.05.2024	
76	Заключительный урок	29.05.2024	

#### **Календарно – тематический план «Грильяж»**

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1.	Вводный урок. Правила по технике безопасности.	04.09.2023	
2.	Поклон в вальсе. Приглашение к танцу	06.09.2023	
3.	Закрытое положение рук в вальсе	11.09.2023	
4.	Открытое положение рук в вальсе	13.09.2023	
5.	Основная стойка в вальсе	18.09.2023	
6.	Основная стойка в вальсе в паре	20.09.2023	
7.	Положение рук и ног в вальсе	25.09.2023	
8.	Вальсовая дорожка лицом по линии танца	27.09.2023	
9	Вальсовая дорожка лицом по линии танца в паре	02.10.2023	
10	Вальсовая дорожка спиной по линии танца	04.10.2023	
11	Вальсовая дорожка спиной по линии танца в паре	09.10.2023	

12	Вальсовая дорожка в парах лицом по линии танца	11.10.2023	
13	Вальсовая дорожка в парах спиной по линии танца	16.10.2023	
14	Вальсовая дорожка по линии танца с разворотом	18.10.2023	
15	Вальсовая дорожка в парах по линии танца с разворотом	23.10.2023	
16	«Соло-поворот» партнёрши на месте	25.10.2023	
17	«Соло-поворот» партнёрши по линии танца	30.10.2023	
18	Вальсовый шаг	01.11.2023	
19	Вальсовый поворот	06.11.2023	
20	Вальсовый поворот в парах	08.11.2023	
21	«Маятник», «Маятник» в парах	13.11.2023	
22	Отработка вальсового поворота	15.11.2023	
23	Вальсовый поворот в парах	20.11.2023	
24	Отработка вальсового поворота в парах	22.11.2023	
25	«Балансе»	27.11.2023	
26	«Балансе» в парах	29.11.2023	
27	Постановка вальсового этюда	04.12.2023	
28	Отработка вальсового этюда	06.12.2023	
29	«Малый квадрат»	11.12.2023	
30	«Малый квадрат» в парах	13.12.2023	
31	Отработка вальсового этюда	18.12.2023	
3 <sup>2</sup>	Постановка этюда «Баба Яга и Кикимора»	20.12.2023	
3 <sup>3</sup>	Постановка этюда «Баба Яга и Лешие»	25.12.2023	
34	Отработка вальсового этюда	27.12.2023	

35	Движение «Твист»	08.01.2024	
36	Движение «Твист» в парах	10.01.2024	
37	Движение «Буги-вуги»	15.01.2024	
38	Отработка движения «Буги-вуги»	17.01.2024	
39	Движение №1 танца «Стиляги»	22.01.2024	
40	Отработка движения №1 танца «Стиляги»	24.01.2024	
41	Движение №1 танца «Стиляги»	29.01.2024	
42	Отработка движения №1 танца «Стиляги»	31.01.2024	
43	Отработка движения №1 танца «Стиляги»	05.02.2024	
44	Движение №2 танца «Стиляги»	07.02.2024	
45	Отработка движения №2 танца «Стиляги»	12.02.2024	
46	Движение №3 танца «Стиляги»	14.02.2024	
47	Отработка движения №3 танца «Стиляги»	19.02.2024	
48	Движение №4 танца «Стиляги»	21.02.2024	
49	Отработка движения №4 танца «Стиляги»	26.02.2024	
50	Движение №5 танца «Стиляги»	28.02.2024	
51	Отработка движения №5 танца «Стиляги»	04.03.2024	
52	Постановка танца «Стиляги»	06.03.2024	
53	Отработка танца «Стиляги»	11.03.2024	
54	Шаг с точкой	13.03.2024	
55	Шаг с точкой с поворотом вправо	18.03.2024	
56	Шаг с точкой с поворотом влево	20.03.2024	
57	Шаг с точкой в паре	25.03.2024	

58	«Повернулись» в парах	27.03.2024	
59	«Отвернулись» в парах	01.04.2024	
60	«Отошли» друг от друга	03.04.2024	
61	«Подошли» друг к другу	08.04.2024	
62	«До-за-до» в парах, «Поменялись местами»	10.04.2024	
63	«Восьмёрка», « Стрела»	15.04.2024	
64	Приставной шаг с точкой друг к другу	17.04.2024	
65	Приставной шаг с точкой друг от друга	22.04.2024	
66	Перемена мест вращением	24.04.2024	
67	«Стенка на стенку»	29.04.2024	
68	Постановка танца «Это всё она» 1 часть	01.05.2024	
69	Отработка танца «Это всё она» 1 часть	06.05.2024	
70	Постановка танца «Это всё она» 2 часть	08.05.2024	
71	Отработка танца «Это всё она» 2 часть	13.05.2024	
72	Постановка танца «Это всё она» 3 часть	15.05.2024	
73	Отработка танца «Это всё она» 3 часть	20.05.2024	
74	Отработка танца «Это всё она»	22.05.2024	
75	Повторение пройденного	27.05.2024	
76	Заключительный урок	29.05.2024	

### Календарно – тематический план «Кадеты 1» - 5М

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1.	Вводный урок. Правила по технике безопасности.	04.09.2023	
2.	Позиции ног	11.09.2023	

3	Позиции рук	18.09.2023	
4.	Упражнение №1 для развития мышц шеи	25.09.2023	
5.	Упражнение №2 для развития мышц шеи	02.10.2023	
6.	Упражнение №3 для развития мышц шеи	09.10.2023	
7	Упражнение №4 для развития мышц шеи	16.10.2023	
8.	Упражнение №5 для развития мышц шеи	23.10.2023	
9.	Упражнения: №1, №2, для развития мышц плеч	30.10.2023	
10	Упражнения: №3, №4 для развития мышц плеч	06.11.2023	
11	Упражнение №1, №2, №3 для развития мышц ног	13.11.2023	
12	Упражнение №4, №5 для развития мышц ног	20.11.2023	
13	«Подъём на полупальцы»	27.11.2023	
14	«Штопор», «Закрутка»	04.12.2023	
15	Вальсовая дорожка лицом по линии танца сольно и в парах	11.12.2023	
16	Вальсовая дорожка в парах спиной по линии танца	18.12.2023	
$\frac{1}{7}$	Вальсовая дорожка по линии танца с разворотом	25.12.2023	
18	«Соло-поворот» партнёрши по линии танца	08.01.2024	
19	Отработка вальсового поворота	15.01.2024	
20	«Маятник»	22.01.2024	
21	Вальсовый поворот в парах	29.01.2024	
22	«Балансе» сольно и в парах	05.02.2024	
23	Постановка вальсового этюда	12.02.2024	
24	«Малый квадрат»	19.02.2024	
25	Отработка вальсового этюда	26.02.2024	

26	Движение № 1, №2 «Кадетский вальс»	04.03.2024	
27	Движение №3, №4 «Кадетский вальс»	11.03.2024	
28	Движение №5, №6, №7 «Кадетский вальс»	18.03.2024	
29	Постановка танца «Кадетский вальс» 1 часть	25.03.2024	
30	Постановка танца «Кадетский вальс» 2 часть	01.04.2024	
31	Переменный шаг с носка	08.04.2024	
32	Переменный шаг с остановкой	15.04.2024	
33	Переменный шаг с проскальзыванием ноги вперёд	22.04.2024	
34	Переменный шаг вперёд-назад	29.04.2024	
35	«Свечка», «Корзиночка»	06.05.2024	
36	Разучивание танца «Русский лирический» 1 часть	13.05.2024	
37	Разучивание танца «Русский лирический» 2 часть	20.05.2024	
38	Повторение пройденного	27.05.2024	

### Календарно – тематический план «Кадеты 2» - 7Б

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1.	Вводный урок. Правила по технике безопасности.	04.09.2023	
2.	Позиции ног	11.09.2023	
3.	Позиции рук	18.09.2023	
4.	Упражнение №1 для развития мышц шеи	25.09.2023	
5.	Упражнение №2 для развития мышц шеи	02.10.2023	
6.	Упражнение №3 для развития мышц шеи	09.10.2023	
7.	Упражнение №4 для развития мышц шеи	16.10.2023	

8.	Упражнение №5 для развития мышц шеи	23.10.2023	
9.	Упражнения: №1, №2, для развития мышц плеч	30.10.2023	
10	Упражнения: №3, №4 для развития мышц плеч	06.11.2023	
11	Упражнение №1, №2, №3 для развития мышц ног	13.11.2023	
12	Упражнение №4, №5 для развития мышц ног	20.11.2023	
13	«Подъём на полупальцы»	27.11.2023	
14	«Штопор», «Закрутка»	04.12.2023	
15	Вальсовая дорожка лицом по линии танца сольно и в парах	11.12.2023	
16	Вальсовая дорожка в парах спиной по линии танца	18.12.2023	
17	Вальсовая дорожка по линии танца с разворотом	25.12.2023	
18	«Соло-поворот» партнёрши по линии танца	08.01.2024	
19	Отработка вальсового поворота	15.01.2024	
20	«Маятник»	22.01.2024	
21	Вальсовый поворот в парах	29.01.2024	
22	«Балансе» сольно и в парах	05.02.2024	
23	Постановка вальсового этюда	12.02.2024	
24	«Малый квадрат»	19.02.2024	
25	Отработка вальсового этюда	26.02.2024	
26	Движение № 1, №2 «Кадетский вальс»	06.03.2024	
27	Движение №3, №4 «Кадетский вальс»	13.03.2024	
28	Движение №5, №6, №7 «Кадетский вальс»	20.03.2024	
29	Постановка танца «Кадетский вальс» 1 часть	27.03.2024	
30	Постановка танца «Кадетский вальс» 2 часть	04.04.2024	
31			

	Переменный шаг с носка	11.04.2024	
32	Переменный шаг с остановкой	18.04.2024	
33	Переменный шаг с проскальзыванием ноги вперёд	25.04.2024	
34	Переменный шаг вперёд-назад	01.05.2024	
35	«Свечка», «Корзиночка»	08.05.2023	
36	Разучивание танца «Русский лирический» 1 часть	15.05.2023	
37	Разучивание танца «Русский лирический» 2 часть	22.05.2023	
38	Повторение пройденного	29.05.2023	

### Календарно – тематический план «Кадеты 3» - 8 К

№ п/п	Тема занятия	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1.	Вводный урок. Правила по технике безопасности.	01.09.2023	
2.	Поклон. Знакомство	06.09.2023	
3.	Классический шаг с носка	08.09.2023	
4.	Классический шаг с носка с задержкой ноги сзади	13.09.2023	
5.	Классический шаг с носка с акцентом вперёд	16.09.2023	
6.	Классический шаг с носка с точкой	20.09.2023	
7.	Классический шаг с носка с проскальзыванием	23.09.2023	
8.	Классический шаг с носка с ударом	27.09.2023	
9.	Упражнение №1 для развития мышц шеи	30.09.2022	
10	Упражнение №2 для развития мышц шеи	04.10.2023	
11	Упражнение №3 для развития мышц шеи	07.10.2023	
12	Упражнение №4 для развития мышц шеи	11.10.2023	
13	Упражнение №5 для развития мышц шеи		

		14.10.2023	
14	Упражнение №6 для развития мышц шеи	18.10.2023	
15	Упражнение №7 для развития мышц шеи	21.10.2023	
16	Упражнение №8 для развития мышц шеи	25.10.2023	
17	Упражнения: №1, №2, для развития мышц плеч	28.10.2023	
18	Упражнения: №3 №4 для развития мышц плеч	01.11.2023	
19	Упражнение №5 для развития мышц плеч	04.11.2023	
20	Переменный шаг с раскрытием	08.11.2023	
21	Переменный шаг с закрытием	11.11.2023	
22	Упражнение №1 для развития мышц ног	15.11.2023	
23	Упражнение №2 для развития мышц ног	18.11.2023	
24	Упражнение №3 для развития мышц ног	22.11.2023	
25	Упражнение №4 для развития мышц ног	25.11.2023	
26	Упражнение №5 для развития мышц ног	29.11.2023	
27	«Подъём на полупальцы»	02.12.2023	
28	«Штопор», «Закрутка»	06.12.2023	
29	Поклон в вальсе. Приглашение к танцу	09.12.2023	
30	Вальсовая дорожка лицом по линии танца	13.12.2023	
3 1	Вальсовая дорожка спиной по линии танца	16.12.2023	
3 2	Вальсовая дорожка в парах лицом по линии танца	20.12.2023	
33	Вальсовая дорожка в парах спиной по линии танца	23.12.2023	
34	Отработка вальсовой дорожки	27.12.2023	
3 5	Вальсовая дорожка по линии танца с разворотом	30.12.2023	

36	Вальсовый поворот	10.01.2024	
37	Отработка вальсового поворота	13.01.2024	
38	«Маятник»	17.01.2024	
39	«Маятник» в парах	20.01.2024	
40	Отработка вальсового поворота	24.01.2024	
41	Вальсовый поворот в парах	27.01.2024	
42	Отработка вальсового поворота в парах	31.01.2024	
43	«Балансе»	03.02.2024	
44	«Балансе» в парах	07.02.2024	
45	Постановка вальсового этюда	10.02.2024	
46	Отработка вальсового этюда	14.02.2024	
47	«Малый квадрат»	17.02.2024	
48	«Малый квадрат» в парах	21.02.2024	
49	Отработка вальсового этюда	24.02.2024	
50	Движение №1 «Кадетский вальс»	28.02.2024	
51	Движение №2 «Кадетский вальс»	02.03.2024	
52	Движение №3 «Кадетский вальс»	06.03.2024	
53	Движение №4 «Кадетский вальс»	09.03.2024	
54	Движение №5 «Кадетский вальс»	13.03.2024	
55	Движение №6 «Кадетский вальс»	16.03.2024	
56	Сочетание движений: №1, №2, №3, №4, №5, №6. Постановка танца «Кадетский вальс» 1 часть	20.03.2024	
57	Отработка танца «Кадетский вальс» 1 часть	23.03.2024	
58	Постановка танца «Кадетский вальс» 2 часть	27.03.2024	

59	Отработка танца «Кадетский вальс» 2 часть	30.03.2024	
60	Постановка танца «Кадетский вальс» 3 часть	03.04.2024	
61	Отработка танца «Кадетский вальс» 3 часть	06.04.2024	
62	Танец «Кадетский вальс»	10.04.2024	
63	Отработка танца «Кадетский вальс»	13.04.2024	
64	Переменный шаг с носка, с остановкой	17.04.2024	
65	Переменный шаг с проскальзыванием ноги вперёд	20.04.2024	
66	Переменный шаг вперёд-назад	24.04.2024	
67	«Свечка»	27.04.2024	
68	«Корзиночка»	01.05.2024	
69	«Перемена мест»	04.05.2024	
70	Разучивание танца «Русский лирический» 1 часть	08.05.2024	
71	Отработка танца «Русский лирический» 1 часть	11.05.2024	
72	Разучивание танца «Русский лирический» 2 часть	15.05.2024	
73	Отработка танца «Русский лирический» 2 часть	18.05.2024	
74	Отработка танца «Русский лирический»	22.05.2024	
75	Повторение пройденного	25.05.2024	
76	Заключительный урок	29.05.2024	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
методического объединения  
учителей технологии эстетического и  
физического циклов МБОУ «СОШ №7 им.Героя  
Советского Союза В.Х.Хазиева ЗМР РТ»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

\_\_\_\_\_ Гатауллина Г.Ф  
подпись Ф.И.О.

от «26» августа 2023 г. №1

\_\_\_\_\_ Идиятуллина А.Н.  
подпись руководителя ШМО Ф. И. О.

от «29» августа 2023 г.

Введено в действие приказом №464  
от «29» августа 2023 года