



**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
(1 год обучения)

<b>№ п/п</b>	<b>Темы занятий</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теоретич.</b>	<b>Практич.</b>
1.	Вводное занятие.	1	0,5	0,5
2.	Музыкально – ритмические навыки.	2	1	1
3.	Разновидности прыжков	2	1	1
4.	Введение основ классического танца у станка.	4	1	3
5.	Элементы классического танца у станка.	3	1	2
6.	Народный танец.	6	2	4
7.	Упражнения на развитие актёрского мастерства.	2	1	1
8.	Пространственная ориентация в зале: точки, план класса.	2	1	1
9.	Упражнения на развитие координации.	2	-	2
10.	Музыкальные игры.	2	1	1
11.	Разучивание танцев.	5	1	4
12.	Аттестация.	4	-	4
13.	Итоговое занятие.	1		1
<b>ИТОГО:</b>		36 ч.		

**РЕЗУЛЬТАТЫ РАБОТЫ:**

**I четверть** - «Детская полька»

**II четверть** - Танец «Часики»  
Танец «Барбарики»

**III четверть** - Народный танец «Плетень»  
Танец «Чунга-чанга»

**IV четверть** - Полька «Четвёрки»  
Полька «Кремена»

№ п\п	Дата этал.	Дата фактич.	Тема занятия	Содержание занятия	Часы	Примечание
			<b>Вводное занятие.</b>		<b>1</b>	
1	13.09			Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Стартовая диагностика.	1	
			<b>Музыкально – ритмические навыки.</b>		<b>2</b>	
2	20.09			Мелодия и движения. Темп (быстро, медленно, умеренно). Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.	1	
3	27.09			Контрастная музыка: быстрая – медленная, весёлая – грустная. Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Музыкально – пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения на углах, с прыжком.	1	
			<b>Разновидност и прыжков.</b>		<b>2</b>	
4	04.10			Знакомство с понятиями подскок (на одной или двух ногах, перескок с одной ноги на другую).	1	
5	11.10			Типы прыжков (с двух ног на две, с одной на другую, с двух ног на две).	1	
			<b>Введение основ классического танца.</b>		<b>4</b>	
6	18.10			Специфика танцевального шага и бега. Основы тренировки суставно - мышечного аппарата ребёнка.	1	

				Выработка осанки, опоры, выворотности. Специфика танцевального шага. «Детская полька»		
7	25.10			Выработка эластичности и крепости голеностопного сустава. Специфика танцевального шага.	1	
8	01.11		<b>Аттестация.</b>	Диагностика знаний, умений, навыков по итогам 1 четверти	1	
9	08.11			Выработка коленного сустава, тазобедренного сустава. Специфика танцевального бега.	1	
10	15.11			Позиции ног (I. II. III..VI). Позиции рук (подготовительное положение, I.II.III позиции).	1	
			<b>Элементы классического танца у станка.</b>		<b>3</b>	
11	22.11			Азбука классического танца. Знакомство с позициями рук, ног. Положения головы и корпуса у станка. Деми плие – складывание, сгибание, приседания. Изучается лицом к станку по 1,2,3 позициям. Танец «Часики», танец «Барбарики».	1	
12	29.11			Батман тандю – движения ноги в колене (изучаются лицом к станку по 1 и 3 позициям).	1	
13	06.12			Деми рон де жамб пар тэр – круговое движение ногой по земле (изучается лицом к станку с 1-й позиции по точкам). Положение ноги сюр ле ку де пье – «обхватное» (обхватывает щиколотку опорной ноги); «условное» (сильно вытянутые пальцы работающей ноги касаются опорной).	1	
			<b>Народный танец.</b>		<b>6</b>	

14	13.12			Сюжеты и темы танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов. Фигуры хоровода: круговые («змейка», «улитка», «круг в круге», «звёздочка», «корзиночка»). Народный танец «Плетень».	1	
15	20.12			Фигуры хоровода: линейные («ручеек», «клин», «крест», «плетень»)	1	
16	27.12		<b>Аттестация.</b>	Диагностика знаний, умений, навыков по итогам 2 четверти.	1	
17	10.01			Руки: позиции рук в русском танце, положение рук в сольном танце, положение рук в парном танце.	1	
18	17.01			Танцевальные движения: «ёлочка», «гармошечка», «ковырялочка» в сторону.	<b>1</b>	
19	24.01			Припадания по 6 позиции на месте и в повороте на $\frac{1}{4}$ круга. Танец «Чунга-чанга»	1	
20	31.01			Танцевальные ходы: шаг с притопом, шаг с точкой, боковой приставной шаг, переменный во всю ступню, бег.	1	
			<b>Упражнения на развитие актёрского мастерства.</b>		<b>2</b>	
21	07.02.			Игровые ситуации. Этюды, характеризующие повадки животных и птиц.	1	
22	14.02			Танцевальные шаги в образах медведя, гуся, кошачий шаг, бег зайца. Тематические игры.	1	
			<b>Пространственная ориентация в зале.</b>		<b>2</b>	
23	21.02			Знакомство с планом зала: правый верхний угол, правый нижний угол, левый верхний угол, левый нижний угол.	1	
24	28.02			Маршировка с перестроениями с угла на угол, фигурная маршировка.	1	

			<b>Упражнения на развитие координации.</b>		<b>2</b>	
25	07.03			Упражнения на развитие координации: комбинированные движения для рук, ног, головы, корпуса и т.д.	1	
26	14.03			Отработка комбинированных движений для рук, ног, головы, корпуса и т.д.	1	
27	21.03		<b>Аттестация.</b>	Диагностика знаний, умений, навыков по итогам 3 четверти.	1	
			<b>Музыкальные игры.</b>		<b>2</b>	
28	28.03			Знакомство с народными играми, обычаями и обрядами. Игры: «Первоклассница», «Автостоп», «Здравствуй, это - я!»	<b>1</b>	
29	04.04			Музыкальные игры: «Паровозик», «Заборчик», «Магазин игрушек».	1	
			<b>Разучивание танцев.</b>		<b>5</b>	
30	11.04			История возникновения танца, особенности исполнения бальных танцев. Разучивание танцев: Полька «Четвёрки». Разучивание основного шага.	1	
31	18.04			Разучивание танцев: Полька «Четвёрки». Фигура 1, 2, 3, 4.	1	
32	25.04			Разучивание танцев: «Вару – вару», разучивание основного шага, фигура 1, 2, 3, 4.	1	
33	02.05			Полька «Кремена». Разучивание основного шага.	1	
34	16.05			Полька «Кремена». Фигура 1, 2, 3, 4.	1	
35	23.05		<b>Аттестация.</b>	Диагностика знаний, умений, навыков по итогам 4 четверти.	<b>1</b>	
36	30.05		<b>Итоговое занятие.</b>	Итоговая аттестация. Творческий отчет.	<b>1</b>	