

СОГЛАСОВАНО

Инструктор-методист

Бася

«01» 09 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ДО ДЮСШ «Факел»

С.М.Янкович
С.М.Янкович

«01» 09 2018г.



Календарно-тематическое планирование

По программе хореографии

Дополнительной предпрофессиональной программы для групп

отделения художественной гимнастики

МАУ ДО ДЮСШ «ФАКЕЛ»

ГРУППА ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

(ЭНП-1)

ХОРЕОГРАФ - Н.В. Жиделева

Количество часов в неделю - 4

Количество часов по программе – 168

Количество тренировочных занятий в неделю - 2

*Р-разучивание

З-закрепление

С-совершенствование

У-учет

Сентябрь

Номер занятия	1	2	3	4	5	6	7	8
Дата занятия	3	6	10	13	17	20	24	27
Корректировка даты								
Направления, разделы, темы занятий								
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ								
Техника безопасности	+							
Правила поведения и культура общения	+			+				+
Гигиена и внешний вид на занятии	+				+			
Объяснение и показ нового материала	+	+	+	+	+	+	+	+
Знакомство и обсуждение музыкального материала выбранного для постановки и упражнения	+	+	+	+	+	+	+	+
ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)								
Упражнения на стопы	+	+	+	+	+	+	+	+
Разминка (комплекс упражнений)	+ Р	+	+	+	+	+	+	+
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)			+		+			+
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	+				+			
РИТМИКА								
Теория: строение музыкального произведения	+	+	+	+	+	+	+	+
Ритмические упражнения			+				+	
Разновидность шагов, бега в различном темпе	+		+		+		+	
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС								
По программе ЭНП-1 Формирование правильной осанки, апломб.		Р+		+		+		+
Пор –де- бра (упражнения для туловища и рук)		+		+		+		+
Повороты на двух ногах, пассе		+		+		+		+

Растяжка у опоры		+		+		+		+
Прыжки по диагонали, в точке, у опоры.		+		+		+		+

Октябрь

Номер занятия	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Дата занятия	1	4	8	11	15	18	22	25	29
Корректировка даты									
Направления, разделы, темы занятий									
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ									
Гигиена и внешний вид на занятии	+					+			
Объяснение и показ нового материала	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Знакомство и обсуждение музыкального материала выбранного для постановки.	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Психологическая подготовка девочек к выступлению				+				+	
ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)									
Упражнения на стопы	+		+		+		+		+
Разминка (комплекс упражнений)	+		+		+		+		+
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)	+				+				
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов			+				+		
РИТМИКА									
Теория: строение музыкального произведения									
Ритмические упражнения	+				+				+
Разновидность шагов, бега в различном темпе			+				+		
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС									
По программе ЭНП -1 Формирование правильной осанки, апломб.		+		+		+		+	
Упражнения лицом к опоре: релаве, деми плие, батман		+		+		+		+	

ШВЕДСКИХ СТЕНОК)									
Упражнения на стопы	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Разминка (комплекс упражнений)	+		+		+		+		+
Комплекс упражнений на гибкость	+						+		
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)			+		+		+		
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов					+				+
РИТМИКА									
Ритмические упражнения			+				+		
Разновидность шагов, бега в различном темпе			+				+		
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС									
По программе		+		+3		+		+	
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС		+		+		+		+	
Аллегро		+		+		+		+	
Растяжка у опоры		+		+		+		+	
Адажио на середине		+		+		+		+	
Вращения (туры) на середине и у опоры	+	+	+	+	+	+	+	+	+
ТАНЕЦ									
Выразительность	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Развитие творческих способностей через интегрированные уроки.			+				+		
Изучение танцевальных элементов, направлений, линии, перестроения.		+						+	
Постановка и отработка танцевальных дорожек в упражнении.	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Январь 2019

Номер занятия	36	37	38	39	40	41	42
Дата занятия	10	14	17	21	24	28	31

Корректировка даты							
Направления, разделы, темы занятий							
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ							
Гигиена и внешний вид на занятии	+				+		
Объяснение и показ нового материала	+	+	+	+	+	+	+
Знакомство и обсуждение музыкального материала выбранного для постановки, упражнения	+	+	+	+	+	+	+
Психологическая подготовка девочек к выступлению					+	+	+
ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)							
Упражнения на стопы		+		+		+	
Разминка (комплекс упражнений)		+		+		+	
Комплекс упражнений на гибкость		+					
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)				+			
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	+					+	
РИТМИКА							
Теория: строение музыкального произведения	+	+	+	+	+	+	+
Ритмические упражнения				+			
Разновидность шагов, бега в различном темпе				+			
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС							
По программе	+		+		+		+
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС	+		+		+		+
Аллегро	+		+		+		+
Растяжка у опоры	+		+		+		+
Адажио на середине	+		+		+		+
Вращения (туры) на середине и у опоры	+		+		+		+
ТАНЕЦ							
Создание сценического образа							

Выразительность	+		+		+		+
Развитие творческих способностей через интегрированные уроки.		+				+	
Изучение танцевальных элементов, направлений, линии, перестроения.	+		+			+	
Постановка и отработка танцевальных дорожек в упражнении.	+	+	+	+	+	+	+

Февраль

Номер занятия	43	44	45	46	47	48	49	50
Дата занятия	4	7	11	14	18	21	25	28
Корректировка даты								
Направления, разделы, темы занятий								
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ								
Гигиена и внешний вид на занятии	+							
Психологическая подготовка девочек к выступлению			+	+	+	+		
ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)								
Упражнения на стопы	+	+	+	+	+	+	+	+
Разминка (комплекс упражнений)	+		+		+		+	
Комплекс упражнений на гибкость	+				+			
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)			+				+	
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	+				+			
РИТМИКА								
Теория: строение музыкального произведения			+				+	
Ритмические упражнения			+				+	
Разновидность шагов, бега в различном темпе			+				+	
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС								
По программе		+		+		+		+
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС		+		+		+		+
Аллегро		+		+		+		+

Растяжка у опоры		+		+		+		+
Адажио на середине		+		+		+		+
Вращения (туры) на середине и у опоры		+		+		+		+
ТАНЕЦ								
Создание сценического образа	+				+			
Выразительность	+	+	+	+	+	+	+	+
Развитие творческих способностей через интегрированные уроки.			+			+		
Изучение танцевальных элементов, направлений, линии, перестроения.		+		+				+
Постановка и отработка танцевальных дорожек в упражнении.	+		+		+		+	

Март

Номер занятия	51	52	53	54	55	56	57	58
Дата занятия	4	7	11	14	18	21	25	28
Корректировка даты								
Направления, разделы, темы занятий								
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ								
Гигиена и внешний вид на занятии	+							
Психологическая подготовка девочек к выступлению	+	+	+					
ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)								
Упражнения на стопы	+		+С		+		+	
Разминка (комплекс упражнений)	+		+		+С		+	
Комплекс упражнений на гибкость	+				+			
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)			+				+	
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов			+				+	
РИТМИКА								
Теория: строение	+				+			

музыкального произведения								
Ритмические упражнения	+				+			
Разновидность шагов, бега в различном темпе	+				+			
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС								
По программе		C+		+		+		+
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС		+		+		+		+
Аллегро		+		+		+		+
Растяжка у опоры		+		+		+		+
Адажио на середине		+		+		+		+
Вращения (туры) на середине и у опоры		+		+		+		+
ТАНЕЦ								
Создание сценического образа								
Выразительность	+	+	+	+	+	+	+	+
Развитие творческих способностей через интегрированные уроки.			+				+	
Изучение танцевальных элементов, направлений, линии, перестроения.		+		+				+
Постановка и отработка танцевальных дорожек в упражнении.	+		+		+		+	

Апрель

Номер занятия	59	60	61	62	63	64	65	66	67
Дата занятия	1	4	8	11	15	18	22	25	29
Корректировка даты									
Направления, разделы, темы занятий									
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ									
Гигиена и внешний вид на занятии	+				+				
Психологическая подготовка девочек к выступлению						+	+	+	

ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)									
Упражнения на стопы	+		+		+		+		+
Разминка (комплекс упражнений)	+		+		+		+		+
Комплекс упражнений на гибкость	+				+				+
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)			+				+		
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов			+				+		
РИТМИКА									
Теория: строение музыкального произведения									
Ритмические упражнения	+				+				
Разновидность шагов, бега в различном темпе	+				+				
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС									
По программе		+		+		+		+	
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС		+		+		+		+	
Аллегро		+		+		+		+	
Растяжка у опоры		+		+		+		+	
Адажио на середине		+		+		+		+	
Вращения (туры) на середине и у опоры		+		+		+		+	
ТАНЕЦ									
Создание сценического образа		+		+				+	
Выразительность	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Развитие творческих способностей через интегрированные уроки.									
Изучение танцевальных элементов, направлений, линии, перестроения.		+		+				+	
Постановка и отработка танцевальных дорожек в	+		+		+		+		+

упражнении.									
-------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Май

Номер занятия	68	69	70	71	72	73	74	75
Дата занятия	2	6	13	16	20	23	27	30
Корректировка даты								
Направления, разделы, темы занятий								
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ								
Гигиена и внешний вид на занятии	+				+			
ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)								
Упражнения на стопы		+У		+		+		+
Разминка (комплекс упражнений)		+У		+		+		+
Комплекс упражнений на гибкость		+				+		
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)				+				+
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов				+				+
РИТМИКА								
Теория: строение музыкального произведения		+				+		
Ритмические упражнения		+				+		
Разновидность шагов, бега в различном темпе		+				+		
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС								
По программе	У+		+		+		+	
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС	+		+		+		+	
Аллегро	+		+		+		+	
Растяжка у опоры	+		+		+		+	
Адажио на середине	+		+		+		+	
Вращения (туры) на середине и у опоры	+		+		+		+	

ТАНЕЦ								
Создание сценического образа								
Выразительность	+	+	+	+	+	+	+	+
Развитие творческих способностей через интегрированные уроки.		+				+		
Изучение танцевальных элементов, направлений, линии, перестроения.	+		+		+		+	
Постановка и отработка танцевальных дорожек в упражнении.		+		+		+		+

Июнь (УТС)

Номер занятия	76	77	78	79	80	81	82	83
Дата занятия	3	6	10	13	17	20	24	27
Корректировка даты								
Направления, разделы, темы занятий								
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ								
Гигиена и внешний вид на занятии	+				+			
ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)								
Упражнения на стопы	+	+	+	+	+	+	+	+
Разминка (комплекс упражнений)	+				+		+	
Комплекс упражнений на гибкость	+				+			
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)			+		+			
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов			+				+	
РИТМИКА								
Разновидность шагов, бега в различном темпе	+				+		+	
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС								
По программе		+		+		+		+
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС		+		+		+		+
Аллегро		+		+		+		+
Растяжка у опоры		+		+		+		+

Адажио на середине		+		+		+		+
Вращения (туры) на середине и у опоры		+		+		+		+
ТАНЕЦ								
Создание сценического образа		+	+		+		+	
Выразительность	+	+	+	+		+		
Развитие творческих способностей через интегрированные уроки.	+							
Постановка и отработка танцевальных дорожек в упражнении.	+		+		+		+	