

СОГЛАСОВАНО

\_\_\_\_\_  
Инструктор-методист

*Баси*

«01» 09 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_  
Директор МАУ ДО ДЮСШ «Факел»

*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 ПОДГОТОВКИ ЧЕТВЕРТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

(ТЭ-4)

**ХОРЕОГРАФ** - Н.В. Жиделева

Количество часов в неделю – 12,6

Количество часов по программе – 529,2

Количество тренировочных занятий в неделю - 5

\*Р-разучивание

З-закрепление

С-совершенствование

У-учет

# СЕНТЯБРЬ

Номер занятия	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Дата занятия	1	3	4	6	7	8	10	11	13	14	15	17	18	20	21	22	24	25	27	28	29
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, силовая хореография)	+	+							+									+			
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)	+	+		+			+					+		+					+		
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов							+					+		+					+		
РИТМИКА																					
Теория: строение музыкального произведения				+								+						+			



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, силовая хореография)		+							+					+						
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	+P			+	+	+		+	+	+			+	+	+		+	+	+	
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС	+			+	+	+		+	+	+			+	+	+		+	+	+	
Аллегро	+			+	+	+		+	+	+			+	+	+		+	+	+	



[illegible]

ДЕКАБРЬ

Номер занятия	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87
Дата занятия	1	3	4	6	7	8	10	11	13	14	15	17	18	20	21	22	24	25	27	28	29	31
Корректировка даты																						
Направления, разделы, темы занятий																						
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ																						
Гигиена и внешний вид на занятии		+											+									
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)								+						+								+
Круговая тренировка								+										+				
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	+	+			+	+	+			+	+	+			+	+	+			+	+	







для постановки.																
Психологическая подготовка девочек к выступлению										+		+			+	
ПАРТЕРНЫЙ ЭКЗЕРСИС (НА КОВРЕ И У ШВЕДСКИХ СТЕНОК)																
Упражнения на стопы	+		+		+		+		+		+		+		+	
Силовая хореография	+								+3							+
Разминка (комплекс упражнений)					+					+					+	
Круговая тренировка						+									+	
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		+3	+	+			+	+	+			+	+	+		
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС		+	+	+			+	+	+			+	+	+		
Аллегро																
Растяжка у опоры с элементами ИВС		+	+	+			+	+	+			+	+	+		
Адажио на середине		+	+	+			+	+	+			+	+	+		
Пируэты 720-1080 и др. вращения на середине и у опоры		+	+	+			+	+	+			+	+	+		
ТАНЕЦ																
Создание сценического образа	+		+		+		+		+		+		+		+	
Выразительность	+				+	+				+	+				+	+
Работа с танцевальными дорожками в упражнениях	+				+	+				+	+				+	+
Этюды, связи			+P		+	+				+						



Разновидность шагов, бега в различном темпе																+					
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС ПО ПРОГРАММЕ	+	+	+				+	+	+				+C	+	+			+	+		
Аллегро	+	+	+				+	+	+				+	+	+			+	+		
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС	+	+	+				+	+	+				+	+	+			+	+		
Адажио на середине	+	+	+				+	+	+				+	+	+			+	+		
Растяжка у опоры с элементами ИВС	+	+	+				+	+	+				+	+	+			+	+		
Пируэты 720-1080 и др. вращения на середине и у опоры	+	+	+				+	+	+				+	+	+			+	+		
ТАНЕЦ																					
Создание сценического образа				+												+					
Выразительность																					
Работа с танцевальными дорожками в упражнениях				+	+					+	+					+	+			+	+
Повторение и отработка показательных номеров						+															
Изучение новых танцевальных направлений, движений, стилей				+	у										+P						

# МАРТ

Номер занятия	12 3	1 2 4	1 2 5	1 2 6	1 2 7	1 2 8	1 2 9	1 3 0	1 3 1	1 3 2	1 3 3	1 3 4	1 3 5	1 3 6	1 3 7	1 3 8	1 3 9	1 4 0	1 4 1	1 4 2	1 4 3
Дата занятия	1	2	4	5	7	9	1 1	1 2	1 4	1 5	1 6	1 8	1 9	2 1	2 2	2 3	2 5	2 6	2 8	2 9	3 0
Корректировка даты																					
Направления, разделы, темы занятий																					
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ																					
Гигиена и внешний вид на занятии	+		+		+									+		+		+			
Объяснение и показ нового материала		+		+		+		+		+		+		+		+					
Знакомство и		+		+		+		+		+		+		+		+					

[illegible]

Работа с танцевальными дорожками в упражнениях				+	+			+	+					+	+			+	+		
Этюды, связки	+3								+	С					+				+	у	
Повторение и отработка показательных номеров							+										+				
Изучение новых танцевальных направлений, движений, элементов					+	3															

# АПРЕЛЬ

Номер занятия	14 4	14 5	14 6	14 7	14 8	14 9	15 0	15 1	15 2	15 3	15 4	15 5	15 6	15 7	15 8	15 9	16 0	16 1	16 2	16 3	1 6 4 5	1 6 5
Дата занятия	1	2	4	5	6	8	9	11	12	13	15	16	18	19	20	22	23	25	26	27	2 9	3 0
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			+				+				+							+				



Упражнения на стопы	+		+		+		+		+		+		+		+		+		+
Силовая хореография				+									+						
Разминка (комплекс упражнений)							+						+				+	+	
Комплекс упражнений на гибкость								+									+		
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)							+										+		
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов					+									+					
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС ПО ПРОГРАММЕ	+	+	+		+	+	+			+	+	+			+	+	+		+
Адажио на середине	+	+	+		+	+	+			+	+	+			+	+	+		+
Равновесия у опоры и на середине с элементами ИВС	+	+	+		+	+	+			+	+	+			+	+	+		+
Растяжка у опоры с элементами ИВС	+	+	+		+	+	+			+	+	+			+	+	+		+
Аллегро	+	+	+		+	+	+			+	+	+			+	+	+		+
Пируэты 720-1080 и др. вращения на середине и у опоры	+	+	+		+	+	+			+	+	+			+	+	+		+
ТАНЕЦ																			
Создание сценического образа																			
Выразительность				+				+	+					+	+			+	+
Работа с танцевальными дорожками в упражнениях				+				+	+					+	+			+	+
Повторение и отработка показательных номеров						+										+			
Изучение новых танцевальных направлений, движений, элементов.	+		+		+		+		+	+									

# ИЮНЬ (УТС)

Номер занятия	18 6	1 8 7	18 8	18 9	19 0	19 1	19 2	19 3	19 4	19 5	19 6	19 7	19 8	19 9	20 0	20 1	20 2	20 3	20 4	20 5	20 6
Дата занятия	1	3	4	6	7	8	10	11	13	14	15	17	18	20	21	22	24	25	27	28	29



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	+		+		+		+		+		+		+		+		+		+	+
Силовая хореография			+									+					+			
Разминка (комплекс упражнений)				+			+						+					+		
Комплекс упражнений на гибкость				+			+						+					+		
Стретчинг (по методике А.Г. Назаровой)								+				+					+			
Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов			+					+												
РИТМИКА			+		+		+		+		+		+		+		+		+	
КЛАССИЧЕСКИЙ ЭКЗЕРСИС ПО ПРОГРАММЕ	+	+			+	+	+			+	+	+			+	+	+		+	+
Работа с танцевальными дорожками в упражнениях, составление и отработка новых программ.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Повторение и отработка показательных номеров	+		+									+						+		