

Управление образования администрации городского округа
город Шарья Костромской области

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Восхождение»»
городского округа город Шарья Костромской области

Принято на педагогическом совете

протокол № 3

от «14» 09 2022 г.



/Бурлакова Т.Н. /

Приказ № 60 от «14» 09 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
ПО ХОРЕОГРАФИИ
ОБРАЗЦОВОГО ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО АНСАМБЛЯ
«НОВАЯ ВЕРСИЯ»

Творческая группа.

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 11 - 17 лет
Срок реализации программы 7 лет

Автор – составитель:

Телятникова Надежда Владимировна,
педагог дополнительного образования
высшей категории
МБУ ДО ЦДО «Восхождение»

2022 г.

Управление образования администрации городского округа
город Шарья Костромской области

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Восхождение»»
городского округа город Шарья Костромской области

Принято на педагогическом совете

протокол № _____

от « » _____ 2022 г.

Утверждаю:

Директор _____ /Бурлакова Т.Н. /

Приказ № _____ от « » _____ 2022 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
ПО ХОРЕОГРАФИИ
ОБРАЗЦОВОГО ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО АНСАМБЛЯ
«НОВАЯ ВЕРСИЯ»**

Творческая группа.

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 11 - 17 лет
Срок реализации программы 7 лет

Автор – составитель:

Телятникова Надежда Владимировна,
педагог дополнительного образования
высшей категории
МБУ ДО ЦДО «Восхождение»

2022 г.

Пояснительная записка

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Она, как никакое другое и искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного и физического развития. Это в свою очередь подтверждает, что у ребенка будут гармонично развиваться творческие способности, совершенствуя детское творчество. Танец, являясь источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по хореографии образцового хореографического ансамбля «Новая версия». Творческая группа. (далее – Программа) составлена в соответствии с нормативно - правовыми документами, регламентирующими задачи, содержание и формы организации педагогического процесса:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) «Об образовании в Российской Федерации»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р. «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)")
- Приказ Минпросвещения России от 27 июля 2022 № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
- Приказ Минпросвещения России от 03 сентября 2019 г. № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей"
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18 ноября.2015 г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Постановление от 28.09.2020 г. № 28 об утверждении СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- Региональный проект «Успех каждого ребенка»;
- Распоряжение администрации Костромской области от 29 октября 2018 г. № 212-ра «Об утверждении комплекса мер по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей и концепции её внедрения в Костромской области»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017г. № 816 «Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Письмо Минпросвещения России от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий);
- Указ президента РФ «О Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации» от 1 декабря 2016г. №642 <http://docs.cntd.ru/document/420384257>)
- Уставом МБУ ДО ЦДО «Восхождение».

Актуальность программы заключается в соответствии современным социальным запросам детей и их родителей:

программа дает знания, умения, навыки танцевального искусства;
социальной адаптации ребенка, развитию способностей к самостоятельному выбору жизненных возможностей.

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов дополнительного образования относится создание такой системы обучения хореографии, которая позволила бы:

- развить личностные качества ребёнка, его одарённость через обучение искусству танца;
- организовать полноценный досуг, наполняя его активно-деятельным, эмоционально и психологически комфортным содержанием;
- помочь организовать ребёнку здоровый образ жизни;
- привить аккуратность, культуру поведения, умение ценить красоту;

Новизна программы заключается в том, что в процессе обучения используются авторские движения, комбинации и танцы педагога, который в свою очередь активно привлекает учащихся к придумыванию сюжетов танца, названию, к созданию костюмов.

Основной принцип в работе: постепенность в развитии природных данных ребенка, строгая последовательность во владении лексикой и техническими приемами, целенаправленность учебного процесса.

В основе всех занятий лежит идея социально-педагогического взаимодействия. Ребенок рассматривается педагогом, как художник, обладающий своим стилем исполнения, окрашивающий танец в свои тона. Нельзя допускать слепого копирования «с себя» - с педагога. «хореографический образ» должен всегда обогащаться самовыражением творческой личности самого учащегося.

Современный танец — это направление, которое включает в себя элементы самых разнообразных стилей и направлений, например, начиная с классического балета, народного танца, чечетки и заканчивая хип-хопом, фанком и другими направлениями.

К основным особенностям танца относятся:

- четкая драматургическая основа;
- лаконичность;
- разнообразие средств хореографической выразительности;
- содержание элементов неожиданности в характере исполнения или в постановочных решениях.

Каждый номер обладает следующими составными частями—экспозицией, завязкой, кульминацией действия, развязкой, идеей, связывающей его воедино. Особенностью таких выступлений также является использование выразительных хореографических или танцевально-игровых приемов.

Современный танец как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Современный эстрадный танец обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие

способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

В современном мире, когда быстро меняются условия и потребности жизни, много всевозможной информации, в которой нужно уметь быстро ориентироваться и делать правильный выбор ребенок, порой, остается наедине с собой. Современные дети малоподвижны, многие из них страдают ожирением, часами сидят за компьютером. Чтобы ребенок был здоровым ему нужно двигаться, физически себя нагружать, выплескивать свои эмоциональные переживания или радости, раскрепощаться. В этом ему могут помочь занятия хореографией, которые способствуют расти и развиваться ребенку, улучшают его физическое и умственное здоровье. Современный эстрадный танец помогает им стать активной, разносторонне развитой личностью, что в современном обществе очень важно.

Большое внимание в обучении детей отводится их самостоятельной работе, в процессе которой обучающиеся осуществляют самостоятельный поиск в сочинении этюдов и творческое осмысление музыки в образах.

Программа имеет художественную направленность.

Программа рассчитана на детей, прошедших курс обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе по хореографии образцового хореографического ансамбля «Новая версия».

Программа предназначена для развития творческого потенциала обучающихся на основе их интересов, способностей и приобщения детей к танцевальному творчеству. Большую часть репертуара ансамбля составляет современная хореография, но сохраняются и постановки народно-сценического характера, патриотические номера и номера, которые являются визитной карточкой ансамбля.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:

Срок реализации программы в течении года составляет 36 учебных недель в период времени с 15 сентября по 31 мая.

Занятия проводятся 1 раза в неделю по 2 занятия, продолжительность занятия 45 мин, перерыв 10 мин.

Количество академических часов в год составляет 72 часа.

Адресат программы: программа рассчитана на обучающихся 11-17 лет

Форма обучения: групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом.

При необходимости возможна реализация Программы в дистанционной форме. В случае реализации Программы в дистанционном формате вносятся изменения в календарно-тематический план и взаимодействие с обучающимися происходит через социальные сети. Создана и постоянно поддерживается в активном состоянии группа педагога в ВКонтакте.

При переходе на дистанционную форму обучения через группу в ВК обучающие могут смотреть обучающие видео уроки, а также общаться с педагогом, обращаться за помощью в сложных моментах, а также демонстрировать результаты освоения материала.

Так же группа в социальных сетях позволяет вовлекать обучающихся в конкурсные мероприятия, и клубную деятельность.

Педагогическая целесообразность и отличительные особенности Программы определена тем, что данная программа ориентирует учащегося на приобщение к музыкально-художественной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта, помогает учащимся раскрыться, развить их физические и психологические качества.

Отличительной особенностью Программы является синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (контемп, модерн, классический танец, ритмика, пластика, стретчинг стилизованный танец), акцент ставится на изучение современной хореографии.

Педагогическая целесообразность Программы заключается в поиске новых импровизационных и иных форм, организации творческой деятельности учащихся.

Отличительные особенности Программы:

Интерактивность обучения. Активное включение ребенка в жизнь коллектива, знакомство с традициями, принятыми в ансамбле, в постановочную деятельность.

Содружество. Педагог общается на равных с ребенком. В процессе работы происходит взаимообогащение и взаимопонимание между учащимся и педагогом.

Вовлечение родителей в творческий воспитательный процесс. Используются следующие формы работы: собрания и беседы с родителями, участие во всевозможных концертах ансамбля, участие в создании пошива костюмов и др.

Краткая характеристика учащихся по Программе:

Подростки отличаются большой эмоциональной возбудимостью, бурным проявлением своих чувств, горячо берутся за интересное дело, страстно отстаивают свои взгляды, готовы взорваться на малейшую несправедливость к себе и своим товарищам. Для них большое значение приобретают межличностное общение в среде сверстников.

Данный курс позволяет методически настойчиво направлять энергию учащихся в русло красивых сценических форм, отвлекая от влияния улицы. Получив возможность осваивать современные импровизации, учащиеся избавляются от физических и психологических зажимов, у них меняются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, они получают удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

Цели и задачи программы

Создать условия для развития творческой личности воспитанника, как человека культуры

Приобщить обучающихся к новым формам танцевального искусства, расширить палитру их технических возможностей и выразительных средств, обучить основам импровизации.

Задачи

Развивающие:

Закрепление знаний и умений, полученных на первой ступени обучения;

Дальнейшее развитие общей выносливости, мышечной силы, гибкости позвоночника, эластичности связок;

Дальнейшая работа над музыкальностью, выразительностью, артистичностью и экспрессией движения;

Совершенствование темповых и координационных навыков;

Повышение технического и эмоционального уровня исполнения;

Создание условий для творческого самовыражения учащихся;

Изучение различных техник современного танца;

Наработка исполнительского уровня и мастерства в концертно-сценической деятельности;

Развивать стремление к практическому использованию навыков и умений, приобретённых на уроках и в концертной деятельности.

Воспитательные:

Воспитывать и развивать устойчивый интерес к искусству танца;

Воспитывать внутреннюю дисциплину личности;

Воспитывать средством хореография творческую личность;

Стимулировать стремление к достижению поставленной цели;

Развивать культуру общения, обеспечить социальную защиту, поддержку детей в жизни и в обществе;

Формировать личностные качества: познавательной и жизненной активности, самостоятельности, коммуникабельности;

Воспитывать уважение к коллективу, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер;

Воспитывать трудолюбие и стремление к преодолению препятствий.

Образовательные:

Обучение видеть, анализировать и исправлять ошибки в исполнении.

Обучение ансамблевому и индивидуальному исполнению.
Обучение правилам безопасности при выполнении физических упражнений.
Обучение навыкам постановочной и концертной деятельности
Для этого педагог использует определенные методы.

Наглядный метод включает в себя приемы:

образный показ педагога;
наглядно-зрительный показ;
показ движения лучшим исполнителем–учащимся;
подражание различным художественным образам;
использование наглядных пособий (видео материал мастер-классов и уроков профессиональных хореографов).

Метод объяснения состоит из приемов:

рассказ; беседа; анализ и обсуждение;
комментарий педагога по ходу исполнения танца;
раскладка хореографического «па».

Практический метод:

игровой прием; актерские пятиминутки; соревновательный прием;
сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
прием пространственной ориентации; хореографическая импровизация.

Большое внимание в обучении детей отводится их самостоятельной работе, в процессе которой обучающиеся осуществляют самостоятельный поиск в сочинении этюдов и творческое осмысление музыки в образах.

В ходе обучения используются и такие формы учебно-воспитательного процесса, как репетиции, участие в концертах, просмотр мастер-классов известных хореографов, открытых уроков передовых коллективов, концертов.

Мастер-классы не просто помогают разучить новую танцевальную связку, но и позволяют тебе попробовать себя в непривычном танцевальном стиле. Это возможность расширить твой танцевальный кругозор, получить новые ощущения, узнать грани своих способностей и еще раз почувствовать свой уровень.

Самые старшие группы, при поддержке хореографа (советы по кпт) пробуют свои силы в постановке танцев.

Учебно – тематический план и содержание программы, календарный учебный график изложены в Приложении №1

Формы контроля знаний

Формы выявления полученных знаний: собеседование, практические задания, концерты, участие в конкурсных мероприятиях.

Для достижения цели и задач образовательной программы, предусматривается в рамках учебно-воспитательного процесса проведение следующих видов занятий: теоретические и практические занятия, индивидуально-групповая работа, творческие занятия импровизации, отчетные концерты, участие в концертах, конкурсах и фестивалях.

Каждый год обучения завершается сдачей зачетов и выступлениями на отчетных концертах, на концертных площадках города.

В плане работы предусмотрены индивидуальные беседы с учащимися по результатам, как творческой деятельности, так и воспитательной работы. Во время бесед уделяется большое внимание формированию у подрастающего поколения моральных принципов, общечеловеческих ценностей, правил поведения в обществе.

В программу включены регулярные беседы с родителями для своевременного выявления проблем ребенка. Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его эффективности.

Материально-технические условия реализации программы

Продуктивность работы во многом зависит от качества материально- технического оснащения процесса.

В нашем учреждении имеется:

- Просторный, большой танцевальный зал (специальный танцевальный линолиум на полу, станок, зеркала);
- Концертные костюмы;
- Форма для учащихся;
- Фонограммы;
- Спортивно-игровой инвентарь (коврики, мячи, скакалки);
- Ноутбук, колонки;
- Аудио и видео материалы.

Методика обучения строится в основном на показе педагога, на эмоционально-образных пояснениях, указаниях, импровизации. Используется наработки и опыт других хореографов (по видео материалам). А также используются прием самостоятельного сочинения танцевальных элементов и простых танцев.

Важным аспектом на занятиях является раскрытие танцевального образа (эмоциональная выразительность, артистизм) и качество его исполнения.

Весь процесс обучения направлен на приобщение учащегося к искусству хореографии, к занятиям современным эстрадным танцем, формирование чувства прекрасного, воспитание культурного исполнителя и зрителя. Занятия хореографии способствуют формированию чувства коллективизма, взаимной поддержки.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

	Темы	Количество			Результат
		всего	теория	прак тика	
	Вводное занятие	4	4		Приобретение знаний и умений по технике безопасности и здоровому образу жизни (сентябрь, январь)
	Разминка	8		8	Разогрев, подготовка всей мышечной системы и двигательных центров к нагрузке, кросс
	Повторение пройденного материала	8		8	Повторение танцев предыдущего года (сентябрь), повторение танцев текущего года (май)
	Партерная гимнастика	14	2	12	Освоение упражнений и комбинаций на укрепление мышечного аппарата спины и ног, растяжка, стретчинг
	Акробатика	4		4	Освоение акробатических элементов и разучивание трюковых элементов
	Актёрское мастерство	6	2	4	Развитие внимания, творческого воображения, пантомимики, фантазии и других важнейших качеств, составляющих актерские способности
	Основы современных направлений	18	2	16	Правильное выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся
	Просмотр видео-материала	6		6	Просмотр мастер-классов, и постановок современной хореографии, в конце учебного года просмотр своих выступлений
	Воспитательная работа и досуговые мероприятия	4		4	Участие в жизни ансамбля
	Итого:	72			

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**Тема 1. Вводное занятие.**

Теория: Общие требования по технике безопасности на занятиях. Здоровьесберегающие правила. Обсуждение репертуара.

Форма работы: беседа.

Форма контроля: опрос.

Тема 2. Разминка.

Комплекс упражнений, на разогрев всех групп мышц. Упражнения вырабатывают хорошее дыхание, скоростно-силовые качества. Разминка выполняется начиная от мышц шеи до мышц ног и голеностопа (сверху вниз), последовательно. (из начальной ступени обучения)

Цель: - максимально разогреть все группы мышц.

Форма работы: самостоятельный показ.

Форма контроля: наблюдение.

Тема 3. Повторение пройденного материала предыдущего года обучения:

Практика: упражнения в партере, элементы современных танцев. Выученные танцы. **текущего года обучения:**

Практика: элементы современных танцев, комбинации. Выученные танцы.

Форма работы: наблюдение, анализ и обсуждение.

Форма контроля: наблюдение.

Тема 4. Партерная гимнастика.

Теория: соблюдение определенных правил при выполнении упражнений.

Практика:

Упражнения для мышц спины,
Упражнения для силы ног и стопы,
Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра,

Упражнения для растягивание ахилловых сухожилий,
Упражнения для укрепление мышц брюшного пресса,
Упражнения для подвижности голени и коленного сустава.

Упражнения стретчинга делать по всем правилам:

Упражнения делать только на разогретых мышцах,

Растяжка не должна быть болезненной,

Не выполнять упражнение не изучив его,

Стретчинг нельзя делать быстро,

Стретчинг – это не напряжение, а расслабление.

При занятиях стретчингом повышается гибкость и эластичность мышц, что улучшает кровообращение, тем самым обогащая организм кислородом.

Форма работы: объяснение, анализ и обсуждение, наглядный показ, показ лучшим исполнителем.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 5. Акробатика.

Теория: соблюдение определенных правил при выполнении упражнений (по ходу занятия)

Акробатические упражнения бывают двух типов – динамические и статистические. Динамические делаются в движении с переворотом через голову, статистические связаны с удержанием тела в равновесии в различных позициях.

Практика: Разучивание и постановка акробатических элементов для танцевальных номеров.

Динамические упражнения:

Перекаты, кувырки, перевороты, движения дугой, сальто.

Статистические упражнения:

Берёзка, стойки, мосты, шпагаты.

Форма работы: объяснение, анализ и обсуждение, наглядный показ, показ лучшим исполнителем.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 6. Актёрское мастерство.

Теория: Особенности создания сценического образа в танце.

Решение актёрских задач в танце.

Артистическая индивидуальность и ансамблевость в исполнении танца.

Компоненты и этапы работы над хореографическим образом.

Практика: Упражнения для развития эмоциональности и раскрепощённости (дорисуй настроение человека).

Упражнения для сплочения коллектива (пожелание по кругу).

Форма работы: объяснение, анализ и обсуждение, наглядный показ, показ лучшим исполнителем.

Форма контроля: наблюдение.

Тема 7. Основы современных направлений.

Теория: известные танцоры и хореографы России и Зарубежья.

Практика:

Кросс. Передвижение в пространстве.

Вращения. На двух ногах, на одной ноге, вокруг воображаемой оси, на различных уровнях.

Отличительным признаком современных танцев является импровизационность - можно сказать, что именно она обозначает самую душу этих танцев, их жизненную силу и притягательность, ведь импровизации дают свободу самовыражению. Так как, танец не планируется заранее – он не всегда получается сложным по хореографии, зато всегда стремится быть эмоциональным, интересным, актуальным и живым.

Техника танцевальной импровизации.

Техника танцевальной импровизации позволяет человеку получить:
освобождение от внутренних зажимов;
развитие и принятие собственного движения, пластичности и выразительности;
гармоничное восприятие себя, целостности «Я»;
источник позитивного состояния и энергии внутри себя.

Техника контактной импровизации.

Контактная импровизация – форма движения в танце, вовлекающая два тела в соприкосновение. Контактный танец учит доверять пространству и партнёру, чувствовать и слушать, взаимодействовать на чисто физическом уровне. Контактная импровизация развивает и укрепляет тело, придаёт гибкость, пластичность, укрепляет мышцы.

Элементы модерн, контемп, вакинг, хип-хоп и других современных направлений разбираются и учатся с показа педагога а так же по видео материалам и мастер-классам.

Форма работы: объяснение, анализ и обсуждение, наглядно - зрительный показ, комментарий педагога по ходу исполнения.

Форма контроля: практический зачет.

Тема 8. Просмотр видео-материала.

Просмотр мастер-классов и уроков других хореографов с целью расширить свой танцевальный кругозор, получить новые ощущения, узнать грани своих способностей и еще раз почувствовать свой уровень. В конце учебного года просмотр своих выступлений (анализ, работа над ошибками)

Форма работы: анализ и обсуждение.

Форма контроля: наблюдение.

Тема 9. Воспитательная работа и досуговые мероприятия.

Беседы, тренинги, совместные мероприятия проводятся для сплочения и объединения участников ансамбля.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Месяц	Период проведения занятия	Кол- во часов	Тема занятия	Форма контроля
1	сентябрь	15-17.09	2	Правила по ТБ и здорового образа жизни. Обсуждение репертуара.	Опрос.
2	сентябрь	20-24.09	2	Повторение пройденного материала.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
3	сентябрь	27.09-01.10	2	Разминка, тренаж.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
4	октябрь	04-08.10	2	Повторение пройденного материала.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
5	октябрь	11-15.10	2	Разминка, тренаж.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
6	октябрь	18-22.10	2	Просмотр видео - материала.	Анализ.
7	октябрь	25-29.10	2	Партерная гимнастика.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
8	ноябрь	01-05.11	2	Партерная гимнастика.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
9	ноябрь	08-12.11	2	Партерная гимнастика.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.

10	ноябрь	15-19.11	2	Партерная гимнастика.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
11	ноябрь	22-26.11	2	Партерная гимнастика.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
12	ноябрь	29.11-03.12	2	Партерная гимнастика.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
13	декабрь	06-10.12	2	Партерная гимнастика.	Зачёт.
14	декабрь	13-17.12	2	Акробатика.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
15	декабрь	20-24.12	2	Акробатика.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение. Зачёт.
16	декабрь	27-31.12	2	Воспитательная работа и досуговые мероприятия.	Анализ.
17	январь	10-14.01	2	Правила по ТБ и здорового образа жизни.	Опрос.
18	январь	17-21.01	2	Просмотр видео - материала.	Анализ.
19	январь	24-28.01	2	Актёрское мастерство.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
20	февраль	31.01-04.02	2	Разминка, тренаж.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
21	февраль	07-11.02	2	Актёрское мастерство.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
22	февраль	14-18.02	2	Разминка, тренаж.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
23	февраль	21-25.02	2	Актёрское мастерство.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение. Зачёт.
24	март	28.02-04.03	2	Основы современных направлений.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
25	март	07-11.03	2	Основы современных направлений.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
26	март	14-18.03	2	Основы современных направлений.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
27	март	21-25.03	2	Основы современных направлений.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
28	март	28.03-01.04	2	Основы современных направлений.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
29	апрель	04-08.04	2	Основы современных направлений.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
30	апрель	11-15.04	2	Основы современных направлений.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
31	апрель	18-22.04	2	Основы современных направлений.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
32	апрель	25-29.04	2	Основы современных направлений.	Самостоятельная работа.

33	май	02-06.05	2	Повторение пройденного материала.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
34	май	09-13.05	2	Повторение пройденного материала.	Комментарии по ходу исполнения, анализ и обсуждение.
35	май	16-20.05	2	Просмотр видео - материала.	Анализ.
36	май	23-27.05	2	Воспитательная работа и досуговые мероприятия.	Анализ.
		Всего	72 ч.		