

**Учебный план**  
**дополнительной общеобразовательной-дополнительной**  
**общеразвивающей программы «В ритме танца»**  
на 2023-2024 учебный год

№п/п	Наименование тем	кол-во часов		
		Общее	Теория	Практика
Модуль «Диалог в танце», 3 год обучения				
1	Вводное занятие. Внешний вид. Правило поведения в зале. Техника безопасности. Вспоминание изученного материала	2	1	2
2	Развитие данных. Координация. Пространство. Предмет	21	1	20
2.1	Работа с мячом	1		1
2.2	Работа с кубиком	1		1
2.3	Работа с резиной/скакалкой	1		1
2.4	Экзерсис	18	1	17
2.4.1	Экзерсис у станка. Изучение основных элементов классического балета	7	1	6
2.4.2	Экзерсис на середине зала	5		5
2.4.3	Экзерсис в партере. Работа стоп, бедер, растяжка	6		6
3	Азбука современного танца	36	2	33
3.1	Комбинации на основе йоги	3		3
3.2	Комбинация на технику Хосе Лимона. Техника падения и восстановления. Баланс	4		4
3.3	Кроссы. Упражнения методом кросс (шаги, прыжки, вращения)	6		6
3.4	Слайды. Свинги. Подготовка к выездам на полу.	6	1	5
3.5	Разучивание танцевальных комбинаций/этюдов. Творческие задания.	17	1	15
4	Акробатика	12	1	11
4.1	Березка	1		1
4.2	Кувырки	2		2
4.3	Стойка на лопатках	3		3
4.4	Разучивание трюковых элементов по одному и в паре	6	1	5
5	Эмоциональная сфера танца и развитие актерской выразительности, коммуникативные танцы – игры. Импровизация (пространство, уровни, предмет). Творческие задания, игры.	15	1	14
5.1	Упражнения для сплочения коллектива	2		2
5.2	Развитие выразительности и артистизма. Импровизация	2		2

5.3	Упражнения на развитие эмоциональности, раскрепощенности, воображения	2		2
5.4	Упражнения в паре	4	1	3
5.5	Развитие театрально-импровизационных навыков (ритмические этюды, этюды на выразительность жеста)	5		5
6	Постановочная деятельность. Работа с музыкальным материалом.	40	2	38
6.1	Разучивание танцевальных связок	25	1	24
6.2	Построение рисунков. Развитие навыков ориентирования в пространстве. Направление движений	7		7
6.3	Работа над танцевальными образами	4		4
6.4	Работа над манерой исполнения постановки	4	1	3
7	Просмотр и анализ видео-материала. Беседы по теме. Мониторинг успеваемости воспитанников.	6	1	5
7.1	Просмотр своих номеров (работа над ошибками)	2		2
7.2	Просмотр постановок классического танца	1		1
7.3	Просмотр постановок современной хореографии	1		1
7.4	Мониторинг успеваемости	2	1	1
8	Участие в соревнованиях/конкурсах	3		3
9	Посещение концертных программ/ спектаклей	2		2
10	Тематические выставки. Беседы по теме.	2		2
11	Участие в семинарах/мастер-классах	5		5
	Итого:	144	9	135