Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Чир-перфоманс» художественной направленности по обучению чир-фристайлу.

Автор-составитель программы: Величко Ирина Викторовна, педагог дополнительного образования муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Ровесник» г.Белгорода

Год разработки дополнительной общеобразовательной  общеразвивающей программы – 2021 год

Дополнительная общеобразовательная  общеразвивающая программа «Чир-перфоманс»,  художественной направленности рассмотрена на заседании методического совета от «27» мая 2021 г., протокол №5.

Программа принята на заседании педагогического совета от «1» июня 2021 г., протокол №5.

Рабочая программа рассмотрена на заседании методического совета от «30» августа 2021 г., протокол №1, принята на заседании педагогического совета  от «30» августа 2021 г., протокол №1.

Председатель педагогического совета \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А. Н. Рощупкин

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая авторская программа «Чир-перфоманс»»  **художественной направленности, по тематическому циклу** по обучению чир-фристайлу. Программа представляет собой **базовый уровень сложности**.

**Новизна** данной программы состоит в том, что она  охватывает различные стили танцев (хип-хоп, модерн, джаз, акробатика и гимнастика.) и нацелена на развитие у учащихся физических качеств, благодаря использованию на занятиях спортивного инвентаря.

**Актуальность** программы заключается в том, в настоящее время наше общество столкнулось с проблемой «телефонной зависимости», что приводит к гиподинамии, особенно ярко это проявляется среди школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье. Занятия Чир-перфомансом помогают учащимся снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия чир-перфоманса, но и для здоровья в целом.

**Цель программы:** создание условий для достижения у учащихся  максимально возможного уровня технико-тактической, физической и психологической подготовленности и требования достижения  максимально высоких результатов соревновательной деятельности.

**Задачи:**

**Обучающие:**

* обучить навыкам чир-перфоманса;
* познакомить с различными стилями чир-перфоманса;
* сформировать понятия музыкальный ритм, физические качества.

* **Воспитательные:**
* воспитать нравственные ценности;
* воспитать внутреннюю раскрепощенность;
* воспитать интерес к чир-перфомансу;
* воспитание дисциплинированности, культуры общения, взаимопонимания и поддержки в коллективе по средствам танцевального сообщества.
* **Развивающие:**
* раскрыть и развить танцевальные способности (гибкость, пластику, растяжку, артистические и физические качества при исполнении танца на сцене);
* развить чувство ритма;
* развить воображение и фантазию;
* расширить художественный кругозор и способствовать формированию эстетического вкуса.

**Отличительной особенностью** данной программы от уже существующих является то, что чир-перфоманс, сложнокоординационный вид танца, сочетающий элементы гимнастики, акробатики и танца. По характерному признаку чир-перфоманс – художественный вид танца, т.е. вид изначально нацеленный на создание зрелищности и пластической выразительности.

**Возраст учащихся**. Программа разработана для учащихся 12-15 лет.

Способы определения результативности – сдача контрольных нормативов. Виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводных нормативов по годам  и   этапам  подготовки.

**Срок реализации программы:**

Программа рассчитана на  два   года.

Режим занятий: -  1 и 2 год обучения – 216 часов (3 занятия в неделю по 2 академических часа).

**Форма проведения занятий:**

форма обучения - очная.

формы организации работы с учащимися – групповые занятия.

**Ожидаемые результаты:**

По итогам *первого* года обучения учащиеся должны знать: позиции рук чир-фристайла и джаза, ног, правильные положения головы и корпуса модерн, на середине зала; знать очередность выполнения разминочных упражнений  джаз-модерн; основы поведения на сцене.

По итогам *первого* года обучения учащиеся должны уметь: слышать ритм музыки и действовать в нем; уметь выполнять  простые прыжковые комбинации; уметь импровизировать и знать элементы чир-фристайла   и чир-джаза.

**Календарно-тематический план Чир Перфоманс 1 год обучения**

**на 2021– 2022 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Календарные**  **сроки** | | **Тема учебного занятия** | | | | **Тип и форма**  **занятия** | **Кол-во часов** | **Содержание деятельности** | | **Воспитательная работа** | **Дидактические материалы,**  **техническое обеспечение** | **Индекс компетенций** |
| **Предполагаемые** | **Фактические** | **Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности** | **Практическая часть занятия /форма организации деятельности** |  |
| **Раздел 1. Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятии. 8 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 2.09 |  | 1.1 Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятии. | | Занятие сообщения и изучения новых знаний.  Занятие-знакомство. | | | 2 | Знакомство с общеобразовательной программой. Инструктаж по технике безопасности во время урока. Тестирование. | Правила поведения на занятиях. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Инструкция ТБ, | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 3.09 |  | 1.2 Введение в образовательную программу. | | Занятие сообщения и изучения новых знаний. | | | 2 | Знакомство с общеобразовательной программой. Инструктаж по технике безопасности во время урока. Тестирование. | Правила поведения на занятиях. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Инструкция ТБ, | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 7.09 |  | 1.3 Техника безопасности на занятии. | | Занятие сообщения и изучения новых знаний. | | | 2 | Знакомство с общеобразовательной программой. Инструктаж по технике безопасности во время урока. Тестирование. | Правила поведения на занятиях. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Инструкция ТБ, | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 9.09 |  | 1.4 Техника безопасности на занятии. | | Занятие сообщения и изучения новых знаний. | | | 2 | Знакомство с общеобразовательной программой. Инструктаж по технике безопасности во время урока. Тестирование. | Правила поведения на занятиях. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Инструкция ТБ, | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| **Раздел 2.Теория чир-спорта. 2 часа** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 10.09 |  | | 2.1 Теория чир спорта | | Занятие сообщения новых знаний.  Занятие - дискуссия. | | 2 | Знакомство учащихся с новыми веяниями в чир спорте. Беседы о выдающихся спортсменов нашего времени. | Просмотр отрывков из танцевальных номеров чемпионов спортивных коллективов Росси и Мира. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | ПК | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| **Раздел 3. Дисциплина чир-пом-фристайл. 24 часа** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 14.09 |  | 3.1 Основные положения рук | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с основными положениями рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение рук в фристайле чир-пом. Растяжка шпагаты. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 16.09 |  | 3.2. Движение рук в дисциплине в чир-пом- фристайл техника выполнения | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с основными положениями рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие. Поклон.  Изучение движений: рук, головы, корпуса и ног. Растяжка флажок с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 17.09 |  | 3.3. Положение кистей рук | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с основными положениями рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение движений: Рук: положение «Клинок», положение «Кулак», «Большой круг», «Малый круг». Растяжка флажок вперед с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 21.09 |  | 3.4. Положение открытой кисти | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение движений: «Джаз» рука.  Реливе , батманы.  Растяжка часики. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 23.09 |  | 3.5. Симметричные базовые положения рук | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение движений: «Чистая позиция», «Бедра», «Клэсп», «Клэп». Ходьба, прыжки.  Растяжка  лягушка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 24.09 |  | 3.6. Базовые положения рук | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение движений рук: «Лоу Ви», «Хай Ви» «Ти-позиция», «Руки за головой»  По диагонали: ходьба и прыжки из стороны в сторону Растяжка у стенки.. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 28.09 |  | 3.7. Симметрия положения рук | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с основными положениями рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение движений рук на середине зала: «Тачдаун» , «Нижний тачдаун», «Кинжалы», «Подсвечники»  «заноска» , «спичаг» в веревочку. Растяжка у стенки. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 30.09 |  | 3.8 Положение рук  «Рамка»  «Ведра»  «Мускулы»  «Чирио» | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений:  прыжковые комбинации: ве ревочка в воздухе Растяжка мост, подъемы. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 1.10 |  | 3.9 Положение рук фристайл «Карате»  «Дабл чек»  «Лоу икс»  «Хай икс»  «Джинн» | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: гранд жете в повороте.  Растяжка на провисе. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 5.10 |  | 3.10 Комбинированные положения рук | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений рук: « Правая Эл», «Левая Эл», «Правая диагональ», «Левая диагональ».  Методика выполения. Батманы.  Растяжка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 7.10 |  | 3.11 Комбинация рук «Правая кей»  «Левая кей»  «Панч ап»  «Лук и стрела»  «Углы» | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: Изучение упражнений на отрицание шпагаты на все стороны. Методика выполения. Батманы. Растяжка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 8.10 |  | 3.12 Комбинация рук «Ножницы»  «Правая лоу эл»  «Чекман»  «Хай чекман»  «Лоу чекман»  «Правая эс»  «Левая эс» | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: Изучение упражнений рук и на отрицание шпагаты на все стороны. Методика выполения. Батманы. Растяжка. Просмотр, анализ выполненных заданий. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| **Раздел 4. Вариативные положения рук чир-пом-фристайл 12 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 12.10 |  | 4.1. «Сломанное ТИ»  «Сломанное хай ви»  «Сломанное лоу ви»  «Сломанная дагональ» | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами положения рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: Положение рук. Вращательные движения стопой. Чувствование напряжений мышц ног, в чередовании с полным расслаблением мышц. Мостик, березка, восьмерка,скрутки,кораблик, кольцо. Растяжка в минус с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК2  ИК4  ОК1  ОК2  СТК1  СТК2  СТК3  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
|  | 14.10 |  | 4.2. «Дэггер икс»  «Кросс бакетс»  «Мидл клэсп»  «Хай клэсп»  «Лоу клэсп» | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами положения рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: Положение рук. Вращательные движения стопой. Чувствование напряжений мышц ног, в чередовании с полным расслаблением мышц. Мостик, березка, восьмерка,скрутки,кораблик, кольцо. Растяжка в минус с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  ИК4  ОК1  ОК2  СТК1  СТК2  СТК3  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
|  | 15.10 |  | 4.3. «Лэфт клэсп»  «Райт клэсп» | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами положения рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук. Выворачивание паховых связок («лягушка» на спине; сидя; на животе). исполнения «шпагатов» — прямых и боковых.. Складка сидя и стоя. Растяжка шпагаты с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  КК4  ИК2  ИК4  ОК1  ОК2  СТК2  СТК3  СТК4 |
|  | 19.10 |  | 4.4 Правильное положение рук вид сбоку и сзади | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с положение рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук.  Выворачивание паховых связок . Правильности исполнения «шпагатов» — прямых и боковых.. Складка стоя. Растяжка шпагаты у станка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2  СТК1  СТК2  СТК3 |
|  | 21.10 |  | 4.5 Изучение положения рук | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами положения рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук.  Выворачивание паховых связок . Правильности исполнения «шпагатов» — прямых и боковых.. Складка стоя. Растяжка шпагаты у станка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду искусства в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2  СТК2  СТК3 |
|  | 22.10 |  | 4.6 Положение рук с помпонами | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами положения рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук.  Выворачивание паховых связок . Правильности исполнения «шпагатов» — прямых и боковых.. Складка стоя. Растяжка шпагаты у станка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  ОК2  СТК1  СТК2  СТК3  КЛС1 |
| **Раздел 5. Джазовый пируэт 1 уровень. 10 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 26.10 |  | 5.1 Дабл пируэт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами джаза. Изучение понятий при работе у станка, методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращений на середине зала. Техника исполнения. Растяжка бабочка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК3  СТК1  СТК3 |
|  | 28.10 |  | 5.2 Ан деор пируэт. | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами джаза. Изучение понятий при работе у станка, методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращений по диагонали зала. Техника исполнения. Растяжка единичка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  КК4  ИК2  ОК1  СТК1 |
|  | 29.10 |  | 5.3 Тур пике | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами джаза. Изучение понятий при работе у станка, методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращений с затяжкой в сторону. Техника исполнения. Растяжка единичка и минус. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК4  КК3  КК4  ИК2  ОК1 |
|  | 2.11 |  | 5.4.. Вращение кудепье | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами джаза. Изучение понятий при работе у станка, методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращения. Техника исполнения. Растяжка | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  ОК2  СТК1  СТК2 |
|  | 5.11 |  | 5.5 Вращение «пистолетик» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами джаза. Изучение понятий при работе у станка, методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращения пистолетик. Техника исполнения. Растяжка единичка у стены.  Творческая работа. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ЦСК1 |
| **Раздел 6. Комбо чир-прыжки 1 уровень. 10 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 9.11 |  | 6.1. «Карандаш»  «Ти-джамп» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Изучение основных элементов чир прыжков. | Приветствие  Поклон.  Изучение: партер, техника исполнения прыжков.Растяжка шпагаты. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК2  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
|  | 11.11 |  | 6.2. «Банана-слип» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Занятие - тренировка. | | | 2 | Изучение основных элементов чир прыжков. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков на середине зала.  Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  ИК4  СТК4  ЦСК1 |
|  | 12.11 |  | 6.3. «Так-джамп» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Изучение основных элементов чир прыжков. Изучение методики исполнения. | . Приветствие  Поклон.  Изучение прыжка. Растяжка с затяжкой в сторону. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  КК3  ИК4  ОК1 |
|  | 16.11 |  | 6.4. «Стредл» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение основных элементов чир прыжков. | Приветствие  Поклон.  Изучение чир прыжка. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3 |
|  | 18.11 |  | 6.5. «Абстрак»  «Си-джам» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Изучение основных элементов чир прыжков. | Открытое занятие. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  ОК1  СТК2  СТК3 |
| **Раздел 7. Липы чир-прыжков 1 уровень. 20 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 19.11 |  | 7.1.Изучение прыжков: «стэг-лип» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами прыжка. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжка. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 23.11 |  | 7.2. Изучение прыжка «стэг-лип» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Повторный инструктаж по технике безопасности. Методика исполнения танцевальных элементов. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков: с двух ног Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 25.11 |  | 7.3. Изучение прыжка «дабл-стэг» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Повторный инструктаж по технике безопасности. Методика исполнения танцевальных элементов. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков: с двух ног. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  ЦСК1 |
|  | 26.11 |  | 7.4 Изучения «дабл-стэг» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Повторный инструктаж по технике безопасности. Методика исполнения танцевальных элементов. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков. фляк+ рондат и маховое вперед.  Методика выполнения элемента. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК4  ИК2  ИК4  ОК1 |
|  | 30.11 |  | 7.5 «Прямой-лип» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами прыжков. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение основных элементов прыжков. Заноски и спичаг  Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  УПК4  КК1  КК3  ИК2  ОК1  ОК2  СТК1  СТК2 |
|  | 2.12 |  | 7.6 Изучение прыжка «прямой-лип» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Методика исполнения танцевальных элементов. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжка. Заноски и спичаг  Растяжка | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  СТК3  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
|  | 3.12 |  | 7.7 Изучение гранд жете вперед,  Девлопе | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Методика исполнения танцевальных элементов. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков. Заноски и спичаг.  Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2  ИК4  ОК1 |
|  | 7.12 |  | 7.8 Боковой лип | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Методика исполнения танцевальных элементов. | Приветствие  Поклон.  Вращательные движения по диагонали. Растяжка | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  КК3  СТК2  СТК3 |
|  | 9.12 |  | 7.9 Лип сюрприз на 180 градусов | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Методика исполнения танцевальных элементов. | Приветствие  Поклон.  Прыжки. Растяжка | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК3  ОК2 |
|  | 10.12 |  | 7.10 Реверс-лип | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | | 2 | Методика исполнения танцевальных элементов. | Просмотр, анализ выполненных заданий | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  КК4  ИК2 |
| **Раздел 8.Комбинации Данс-прыжков 1 уровень. 12 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 14.12 |  | 8.1. Изучение прыжков с двух ног на две: Соте, Сквот джамп, Субресо, Стилт джамп, Файрберд | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Диагностика усвоения программного материала, викторина. | Приветствие Поклон.  Изучение прыжков. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3 |
|  | 16.12 |  | 8.2. Изучение прыжков с двух ног на две: Соте, Сквот джамп, Субресо, Стилт джамп, Файрберд | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Диагностика усвоения программного материала, викторина. | Приветствие Поклон.  Изучение прыжков. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  ЦСК1 |
|  | 17.12 |  | 8.3. Проучивание прыжков с двух ног на две: Соте, Сквот джамп, Субресо, Стилт джамп, Файрберд | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Диагностика усвоения программного материала, викторина. | Приветствие Поклон.  Изучение прыжков. Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  КК3  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 21.12 |  | 8.4 Изучение прыжков с одной на другую: Падеша, Содебаск, Флайсквиррел (летающая белка) | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Диагностика усвоения программного материала, викторина. | Приветствие Поклон.  Проучивание данс прыжков.  Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК3  ЦСК1 |
|  | 23.12 |  | 8.5 Изучение прыжков с одной на одну: Пассе хоп, Дабл пассе хоп, Пассе джамп, Опен джамп, Тилт джамп | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами данс танца. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение: прыжки: джамп( на двух ногах), хоп (чередование ног), лип (с одной ноги на другую). Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  КК3  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 24.12 |  | 8.6 Прыжки с двух на одну: Сисон, Ассамбле.  С одной на две: Хоп скоч | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Диагностика усвоения программного материала, викторина. | Приветствие Поклон.  Изучение: прыжки: джамп( на двух ногах), хоп (чередование ног), лип (с одной ноги на другую). Растяжка. Устный опрос. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| **Раздел 9. Основные правила выполнения пируэтов 2 уровень. 8 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 28.12 |  | 9.1.  Изучения Дабл пируэт джазовый | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство с данным направлением.  Методику исполнения движений. | Приветствие Поклон.  Изучать пируэт.  Растяжка | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски, мат | УПК1  КК3  КК4  ИК3  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 30.12 |  | 9.2.  Изучения класс. Пируэт сход в диагональ | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Методику исполнения движений. | Приветствие Поклон.  Изучение пируэта.  Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски  мат | УПК1  КК3  КК4  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 11.01 |  | 9.3  Изучения Аттитюд, Арабеск | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Знакомство с данным пируэтом. Методику исполнения движений. | Приветствие Поклон.  Разучивание.  Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски мат | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
|  | 13.01 |  | 9.4  Изучения Лег холд вперед и в сторону,  Иллюжн(верталет) ан дедан, андеор. | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | | 2 | Методику исполнения движений. | Приветствие Поклон.  Изучение пируэтов.  Растяжка. Устный опрос. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски мат | УПК1  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Раздел 10. Прыжки чир-перфоманс 2 уровень. 8 часов** | | | | | | | | | | | | | |  |
| 54 | | 14.01 |  | 10.1 «Игла и нить»  «Херки» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - игра. | | 2 | | Постановка целей и задач на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Просмотр видео материала номеров выполненных учащимися в прошлых годах, обсуждение. | Приветствие Поклон.  Учащиеся на занятиях изучают прыжки. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК4  ОК2  СТК1 |
| 55 | | 18.01 |  | 10.2. «Хедлер» вперед с двух на две ноги  «Той-тач» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - игра. | | 2 | | Постановка целей и задач на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Просмотр видео материала номеров выполненных учащимися в прошлых годах, обсуждение. | Приветствие Поклон.  Учащиеся на занятиях изучают прыжки. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  КК3  ОК2  СТК1 |
| 56 | | 20.01 |  | 10.3 «Стэг сит»  «Хедлер» в сторону | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - игра. | | 2 | | Постановка целей и задач на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Просмотр видео материала номеров выполненных учащимися в прошлых годах, обсуждение. | Приветствие Поклон.  Учащиеся на занятиях учат прыжки.  Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  ИК2  ИК4 |
| 57 | | 21.01 |  | 10.4 Юнион джамп | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - игра. | | 2 | | Постановка целей и задач на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Просмотр видео материала номеров выполненных учащимися в прошлых годах, обсуждение. | Творческая работа | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК4  ИК2  СТК1 |
| **Раздел 11. Липы 2 уровень 10 часов** | | | | | | | | | | | | | |  |
| 58 | 25.01 | |  | 11.1  Стэг-лип с поворотом на 360 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 | | Изучение методики исполнения каждого танцевального элемента. | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | воспитание привычки к самостоятельным действиям | Ерохина О.В. Школа танцев для детей | УПК1  УПК3  КК1  КК3  КК4  ИК2 |
| 59 | 27.01 | |  | 11.2. Изучение дабл-стэг с поворотом на 360 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 | | Беседы о выдающихся танцоров нашего времени. | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | воспитание привычки к самостоятельным действиям | Ерохина О.В. Школа танцев для детей | УПК1  КК1  КК3  КК4  СТК2  КЛС1 |
| 60 | 28.01 | |  | 11.3. Изучение жете ан турнан | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 | | Беседы о выдающихся танцоров нашего времени. | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | воспитание привычки к самостоятельным действиям | Ерохина О.В. Школа танцев для детей | УПК1  УПК3  КК1  КК3  КК4  ИК2  СТК4 |
| 61 | 1.02 | |  | | 11.4. Изучение «калипсо» в повороте | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Беседы о выдающихся танцоров нашего времени. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | воспитание привычки к самостоятельным действиям | Ерохина О.В. Школа танцев для детей | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  ОК2  СТК1 |
| 62 | 3.02 | |  | | 11.5. Изучение танцевального прыжка в повороте «диск» | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Беседы о выдающихся танцоров нашего времени. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | воспитание привычки к самостоятельным действиям | Ерохина О.В. Школа танцев для детей | УПК1  УПК3  КК1  КК3  ИК2  СТК3 |
| **Раздел 12. Данс-прыжки 2 уровень 20 часов** | | | | | | | | | | | | | | |
| 63 | | 4.02 |  | | 12.1 Изучение прыжка с одной на другую «С» с поворотом на 360 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3 |
| 64 | | 8.02 |  | | 12.2 Изучение прыжка с одной на другую перекидной прыжок | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  СТК2  СТК4  ЦСК1 |
| 65 | | 10.02 |  | | 12.3 Изучение прыжка с одной на другую перекидной прыжок в шпагат | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  ИК2  ОК1  СТК4  КЛС1 |
| 66 | | 11.02 |  | | 12.4 Изучение прыжка с одной на другую Баррел джамп Бочка | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  СТК2  СТК3 |
| 67 | | 15.02 |  | | 12.5  Изучение прыжка с одной на другую Баттерфляй - бедуинский | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  КК4  ИК2  СТК2 |
| 68 | | 17.02 |  | | 12.6 Изучение прыжка с одной на одну: фуэте джамп | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК4  ИК2  ОК2  СТК1 |
| 69 | | 18.02 |  | | 12.7 Изучение прыжка с одной на одну: кабриоль(подбивка) | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4 |
| 70 | | 22.02 |  | | 12.8  Изучение прыжка с одной на одну: Аксель | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  ОК2  СТК1  СТК2 |
| 71 | | 24.02 |  | | 12.9  Изучение прыжка с одной на одну: Ранверсе тилт джамп в повороте (диагональная веревочка) | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  КК4  ОК2  СТК1 |
| 72 | | 25.02 |  | | 12.10 Изучение прыжка с двух на одну: Фаннинг так джамп с поворота  (пистолетик) | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых упражнений, методика исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  ОК1  ОК2  ЦСК1  КЛС1 |
| **Раздел 13. Поддержки (виды лифтов) чир-перфоманс 12 часов** | | | | | | | | | | | | | | |
| 73 | | 1.03 |  | | 13.1 Изучение поддержки ПРОСТОЙ вертикальный | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами поддержек. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  ИК2  ИК4  ОК1  ОК2  ЦСК1  КЛС1 |
| 74 | | 3.03 |  | | 13.2 Изучение  СВИНГ лифт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами поддержек. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  КК4  ОК1  ОК2  КЛС1 |
| 75 | | 4.03 |  | | 13.3 Изучение ТОССИНГ лифт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами поддержек. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2 |
| 76 | | 10.03 |  | | 13.4 Изучение ВЕРТИКАЛЬНАЯ инверсия | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение методики исполнения каждого танцевального элемента. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  КК4  ИК2  ИК4  СТК4  ЦСК1 |
| 77 | | 11.03 |  | | 13.5 Поддержка ГОРИЗОНТАЛЬНЫЙ | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами поддержек. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК4  КК1  ИК2  ИК4  ОК1  ОК2  СТК1 |
| 78 | | 15.03 |  | | 13.6 Изучение поддержки с переворотом через бедра | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами поддержек. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| **Раздел 14. Пируэты 3 уровень 18 часов** | | | | | | | | | | | | | | |
| 79 | | 17.03 |  | | 14.1 Тройной джазовый пируэт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 80 | | 18.03 |  | | 14.2 Тройной классический пируэт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2  КЛС1 |
| 81 | | 22.03 |  | | 14.3 Двойной арабеск пируэт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 82 | | 24.03 |  | | 14.4 Двойной аттитюд пируэт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  ИК4  ОК1  ОК2 |
| 83 | | 25.03 |  | | 14.5 Двойной Лэг холд пируэт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК3  КК4  СТК1  СТК2  СТК3 |
| 84 | | 29.03 |  | | 14.6 Двойной Иллюжн пируэт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2 |
| 85 | | 31.03 |  | | 14.7 Фуэте пируэт стандарт | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  ЦСК1  КЛС1 |
| 86 | | 1.04 |  | | 14.8 Пируэт аля секонд гранд | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК4  КК1  КК3  ОК2  СТК1 |
| 87 | | 5.04 |  | | 14.9 Комбинация пируэтов | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых видов вращений. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  ОК2  СТК3 |
| **Раздел 15. Прыжки 3 уровень сложности 8 часов** | | | | | | | | | | | | | | |
| 88 | | 7.04 |  | | 15.1С двух ног на две ноги: Универсальный веревочка | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых элементов прыжков. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  ОК1  ОК2  СТК3 |
| 89 | | 8.04 |  | | 15.2 С двух ног на две ноги: Пайк складочка в воздухе | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых элементов прыжков. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  ОК1  ОК2  СТК3  СТК4 |
| 90 | | 12.04 |  | | 15.3 С двух ног на две ноги: Двойная девятка | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых элементов прыжков. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  КЛС1 |
| 91 | | 14.04 |  | | 15.4 С двух ног на две ноги: Вокруг света | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Изучение новых элементов прыжков. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2 |
| **Раздел 16. Липы 3 уровень 12 часов** | | | | | | | | | | | | | | |
| 92 | | 15.04 |  | | 16.1 Свич лип вперед | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами акробатики. Изучение методики исполнения. Данная техника направлена на силу ловкость выполнять четко данные движения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК4  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
| 93 | | 19.04 |  | | 16.2 Свич сайд лип в сторону со сеной ноги в воздухе | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами акробатики. Изучение методики исполнения. Данная техника направлена на силу ловкость выполнять четко данные движения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК4  ИК2 |
| 94 | | 21.04 |  | | 16.3 Свич тил со сменой ног в воздухе | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами акробатики. Изучение методики исполнения. Данная техника направлена на силу ловкость выполнять четко данные движения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  СТК2  ЦСК1  КЛС1 |
| 95 | | 22.04 |  | | 16.4 Свич файерберд со сменой в кольцо | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами акробатики. Изучение методики исполнения. Данная техника направлена на силу ловкость выполнять четко данные движения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | КК1  КК3  КК4  ИК2  ИК4  ОК1 |
| 96 | | 26.04 |  | | 16.5 Свич арабеск | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | . Знакомство учащихся с основными элементами акробатики. Изучение методики исполнения. Данная техника направлена на силу ловкость выполнять четко данные движения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  СТК3  СТК4  ЦСК1 |
| 97 | | 28.04 |  | | 16.6 Кросс файерберд с разворотом корпуса в воздухе в колцо-шпагат | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами акробатики. Изучение методики исполнения. Данная техника направлена на силу ловкость выполнять четко данные движения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2 |
| **Раздел 17. Липы 4 уровень сложности 12 часов** | | | | | | | | | | | | | | |
| 98 | | 29.04 |  | | 17.1 Свич лип с поворотом на 90 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК4  ИК2  КЛС1 |
| 99 | | 5.05 |  | | 17.2 Свич лип с поворотом на 180 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | КК1  КК3  КК4  ИК2  ОК1  ЦСК1  КЛС1 |
| 100 | | 6.05 |  | | 17.3 Свич лип с поворотом на 360 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  ОК1  ОК2  СТК1  СТК2 |
| 101 | | 10.05 |  | | 17.4 Свич файерберд с поворотом 90 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК3  ЦСК1 |
| 102 | | 12.05 |  | | 17.5 Свич файерберд с поворотом на 180 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  СТК1  СТК3 |
| 103 | | 13.05 |  | | 17.6 Свич файерберд с поворотом на 360 | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами. Изучение методики исполнения. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК4  ИК3  ОК2  СТК3  ЦСК1 |
| **Раздел 18. Данс-прыжки 3 уровень 4 часа** | | | | | | | | | | | | | | |
| 104 | | 17.05 |  | | 18.1 Изучение танцевального прыжка с одной на одну: Револьтат с двумя оборотами в воздухе | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство с новыми данс-прыжками | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 105 | | 19.05 |  | | 18.2 Изучение танцевального прыжка с одной на одну: Револьтат с двумя оборотами в воздухе | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Знакомство с новыми данс-прыжками | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  СТК3  ЦСК1 |
| **Раздел 19. Репетиционно-постановочная работа 4 часа** | | | | | | | | | | | | | | |
| 106 | | 20.05 |  | | 19.1 Изучение танцевальной композиции Закрепление пройденного материала | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Методика исполнения танцевальных элементов, артистизм в танце. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1 |
| 107 | | 24.05 |  | | 19.2 Изучение танцевальной композиции Закрепление пройденного материала | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | 2 | Методика исполнения танцевальных элементов, артистизм в танце. | | Приветствие Поклон.  Отработка сложных танцевальных движений, изучение рисунка танцевальной композиции. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ОК2  СТК1  СТК3 |
| **Раздел 20.** **Итоговое занятие. 2 часа.** | | | | | | | | | | | | | | |
| 108 | | 26.05 |  | | 20.1 Итоговое занятие. | | Форма контроля: итоговый контроль.  Тип занятия: контрольное занятие | **2** |  | | Промежуточная аттестация.  Теория, практика – отчетный концерт. | Воспитание уверенности в сценическом пространстве, контакт со зрителем | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  ЦСК1 |
| **Итого: 216** | | | | | | | | | | | | | |  |