

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА объединение Супер Дэнс

1	дата (можно каран дашом)	Название занятия	Количество часов на занятии (по расписанию)		
			Всего	Теория	Практика
1		Вводное занятие	3	3	
2		Импровизация и актёрская работа Изучение углубленного сценического движения	3	1	2
3		Импровизация и актёрская работа Отработка углубленного сценического движения	3		3
4		Импровизация и актёрская работа Изучение продвинутых упражнений на развитие художественно-творческих способностей	3	1	2
5		Импровизация и актёрская работа Упражнения «я – животное», «ПФД», «пристройки»	3		3
6		Контактная импровизация Основы импровизации	3		3
7		Контактная импровизация Основы одиночной импровизации	3		3
8		Контактная импровизация Одиночная импровизация в медленном темпе	3		3
9		Контактная импровизация Одиночная импровизация в среднем темпе	3		3
10		Контактная импровизация Одиночная импровизация в быстром темпе	3		3
11		Партерная хореография Правила и техники сложных элементов	3	1	2
12		Партерная хореография Кувырок через плечо назад	3		3

13		Партерная хореография Выпрыг в сторону с поджиманием ног	3		3
14		Мероприятие воспитательного характера	3		3
15		Импровизация и актёрская работа Изучение сочинения этюдов	3	1	2
16		Импровизация и актёрская работа Сочинение этюдов совместное	3		3
17		Импровизация и актёрская работа Сочинение этюдов парное	3		3
18		Импровизация и актёрская работа Сочинение этюдов одиночное	3		3
19		Импровизация и актёрская работа Одиночная импровизация без темы	3		3
20		Импровизация и актёрская работа Импровизация на быструю смену композиций	3		3
21		Импровизация и актёрская работа Импровизация на смену настроений	3		3
22		Импровизация и актёрская работа Импровизация на смену скорости	3		3
23		Импровизация и актёрская работа Контрольное занятие	3		3
24		Контактная импровизация Основы парной и групповой импровизации	3		3
25		Контактная импровизация Парная импровизация в медленном темпе	3		3
26		Контактная импровизация Парная импровизация в среднем темпе	3		3
27		Контактная импровизация Парная импровизация в быстром темпе	3		3
28		Контактная импровизация Групповые импровизации в тройках	3		3

29		Контактная импровизация Групповые импровизации в четверках	3		3
30		Контактная импровизация Групповые импровизации всем коллективом	3		3
31		Контактная импровизация Контрольное занятие	3		3
32		Углубленный стретчинг Изучение техники растяжки спины	3		3
33		Углубленный стретчинг Мостик на локтях	3		3
34		Углубленный стретчинг Березка с опусканием ног за голову	3		3
35		Углубленный стретчинг Изучение техники растяжки на шпагат	3		3
36		Углубленный стретчинг Поза голубя	3		3
37		Углубленный стретчинг Глубокий выпад	3		3
38		Углубленный стретчинг Книжечка с сокращенной стопой	3		3
39		Углубленный стретчинг Лягушка с выпрямленной ногой	3		3
40		Партерная хореография Кувырок назад в шпагат	3		3
41		Партерная хореография Волна на руки	3		3
42		Партерная хореография Кувырок назад в волну	3		3
43		Партерная хореография Кувырок в волну через прокрут	3		3
44		Партерная хореография Переворот через стойку на руках	3		3

45		Партерная хореография Составление комбинаций	3	1	2
46		Партерная хореография Изучение правил постановки номера	3	1	2
47		Концертная деятельность	3		3
48		Концертная деятельность	3		3
49		Мероприятие воспитательного характера	3		3
50		Углубленный стретчинг Поперечный шпагат	3		3
51		Углубленный стретчинг Продольный шпагат	3		3
52		Партерная хореография Постановка и исполнение комбинаций	3		3
53		Партерная хореография Постановка целого номера	3		3
54		Партерная хореография Отработка номера	3		3
55		Современные танцевальные направления и стили Изучение номеров в разных стилях	3		3
56		Современные танцевальные направления и стили Базовая техника различных стилей	3		3
57		Современные танцевальные направления и стили Повторение и разучивание готового номера	3		3
58		Современные танцевальные направления и стили Повторение и разучивание готового номера	3		3
59		Современные танцевальные направления и стили Изучение смешения стилей	3		3

60		Современные танцевальные направления и стили Постановка зарисовки в смешенном стиле	3		3
61		Современные танцевальные направления и стили Постановка зарисовки в смешенном стиле	3		3
62		Современные танцевальные направления и стили Самостоятельная постановка в изученном стиле	3		3
63		Современные танцевальные направления и стили Самостоятельная постановка в изученном стиле	3		3
64		Современные танцевальные направления и стили Контрольное занятие	3		3
65		Постановка хореографических номеров Изучение правил постановки хореографического номера	3	1	2
66		Постановка хореографических номеров Варианты заготовок	3	1	2
67		Постановка хореографических номеров Варианты пространственных перемещений	3	1	2
68		Постановка хореографических номеров Групповая постановка с педагогом	3		3
69		Постановка хореографических номеров Групповая постановка с педагогом	3		3
70		Постановка хореографических номеров Групповая постановка самостоятельно	3		3
71		Постановка хореографических номеров Групповая постановка самостоятельно	3		3
72		Постановка хореографических номеров Самостоятельная постановка одиночная	3		3
73		Постановка хореографических номеров Самостоятельная постановка одиночная	3		3

74		Постановка хореографических номеров Самостоятельная постановка одиночная	3		3
75		Концертная деятельность	3		3
76		Постановочно-репетиционная работа Правила постановки и работы над номером	3	1	2
77		Постановочно-репетиционная работа Тонкости и детали	3	1	2
78		Постановочно-репетиционная работа Работа над художественным образом	3	1	2
79		Постановочно-репетиционная работа Постановка номера	3		3
80		Постановочно-репетиционная работа Постановка номера	3		3
81		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
82		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
83		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
84		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
85		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
86		Постановочно-репетиционная работа Работа над образом	3		3
87		Постановочно-репетиционная работа Работа над образом	3		3
88		Постановочно-репетиционная работа Постановка номера	3		3
89		Постановочно-репетиционная работа Постановка номера	3		3

90		Постановочно-репетиционная работа Постановка номера	3		3
91		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
92		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
93		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
94		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
95		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
96		Постановочно-репетиционная работа Работа над образом	3		3
97		Постановочно-репетиционная работа Работа над образом	3		3
98		Постановочно-репетиционная работа Постановка номера	3		3
99		Концертная деятельность	3		3
100		Постановочно-репетиционная работа Постановка номера	3		3
101		Постановочно-репетиционная работа Постановка номера	3		3
102		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
103		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
104		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
105		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3

106		Постановочно-репетиционная работа Отработка номера	3		3
107		Промежуточная аттестация	3		3
108		Промежуточная аттестация	3		3