Календарный учебный график
1 год обучения

Неделя	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Традиционная	2	Вводное занятие Правила техники безопасности и правила поведения	Ул.Победы 4	викторина
2.	Традиционная	2	Беседа «Основа разминки» Упражнения на улучшение гибкости шеи и плечевого сустава		Самоконтроль и взаимоконтроль правил выполнения основных комбинаций.
3.	Традиционная	2	Улучшение подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра		
4.	Традиционная	2	Прыжки		
5.	традиционная	2	Беседа «Влияние партерной гимнастики на организм человека»		
6.	традиционная	2	Упражнения для выворотности ног Разучивание танцевальных связок		
7.	Традиционная	2	Упражнения для развития гибкости позвоночника		
8.	Традиционная	2	Комплексы упражнений партерной гимнастики		
9.	Традиционная	2	Комплексы упражнений партерной гимнастики		
10.	Традиционная	2	Комплексы упражнений партерной гимнастики		
11.	Традиционная	2	Упражнения на ориентирование в пространстве		
12.	Традиционная	2	Упражнения на баланс при перемещении в кроссах		
13.	Традиционная	2	Перемещения Шаги в кроссах		
14.	Традиционная	2	Высокие прыжки по диагонали Кроссы		
15.	Традиционная	2	Вращения		
16.	Традиционная	2	История возникновения классического танца		
17.	Традиционная	2	Русский балет. Основные хореографы. Балерины		зачётное занятие, выступление
18.	традиционная	2	Академия русского балета А.Я. Вагановой		Самоконтроль
19.	традиционная	2	Просмотр балета «Лебединое озеро», отрывки балета «Жизель»		
20.	Традиционная	2	Позиции рук и ног. Постановка корпуса		
21.	Традиционная	2	Demi и grand plie (вариации)		

22.	Традиционная	2	Battements tendu (вариации)		
23.	Традиционная	2	Passe par terre		
24.	традиционная	2	Rond de jambe (вариации)		
25.	Традиционная	2	Положение sur le cou de pied		
26.	Традиционная	2	Battements releve		
27.	Традиционная	2	Grand battements jete		
28.	Традиционная	2	Отработка элементов		
29.	Традиционная	2	Allegro		
30.	традиционная	2	История возникновения стиля джаз-модерн		
31.	традиционная	2	Основные танцоры направления Просмотр спектакля		
32.	Традиционная	2	Просмотр современных спектаклей Обсуждение		
33.	Традиционная	2	Просмотр хореографических постановок других коллективов		
34.	Традиционная	2	Позиции и положения рук, ног		
35.	Традиционная	2	Isolation Разучивание комбинаций		
36.	Традиционная	2	Координация Разучивание комбинаций		
37.	Традиционная	2	Координация Разучивание комбинаций		
38.	Традиционная	2	Поза коллапса, повторение изоляции		
39.	Традиционная	2	Позиции ног		
40.	Традиционная	2	Plie l и ll, параллельные позиции		
41.	Традиционная	2	Releve l и ll, параллельные позиции		
42.	Традиционная	2	Flat back в сочетании с другими движениями в комбинации		
43.	Традиционная	2	Battement tendu l и параллельная позиция		
44.	Традиционная	2	Battement tendu jete l и параллельная позиция		
45.	Традиционная	2	Повторение Passe по позициям		
46.	Традиционная	2	Arch l, ll и параллельной позиции		
47.	Традиционная	2	Повторение изученной информации Strech		зачётное занятие
48.	Традиционная	2	Strech Lay out		
49.	Традиционная	2	Strech Lay out		
50.	Традиционная	2	Танцевальная импровизация		
51.	Традиционная	2	Прием «Медленное движение»		
52.	Традиционная	2	Прием «Медленное движение»		
53.	Традиционная	2	Прием «Следуй за мной»		

54.	Традиционная	2	Прием «Следуй за мной»		
55.	Традиционная	2	Прием «Следуй за мной»		
56.	Традиционная	2	Прием «Чтение книги»		
57.	Традиционная	2	Прием «Чтение книги»		
58.	Традиционная	2	Импровизация под разные музыкальные стили		
59.	Традиционная	2	Импровизация в парах и командах		
60.	Традиционная	2	Импровизация в парах и командах		
61.	Традиционная	2	Импровизация в парах и командах		
62.	Традиционная	2	Основа прыжков, анатомические особенности		
63.	Традиционная	2	Большие прыжки в комбинации, вариации		
64.	Традиционная	2	Большие прыжки в комбинации, вариации		
65.	Традиционная	2	Понятие Swing		
66.	Традиционная	2	Swing в сочетании с другими танцевальными элементами		
67.	Традиционная	2	Вращения		
68.	Традиционная	2	Вращения по диагонали Отработка баланса		
69.	Традиционная	2	Вращения по диагонали Отработка баланса		
70.	Традиционная	2	Вращения в пространстве Баланс		
71.	Традиционная	2	Вращения в пространстве Баланс		
72.	Традиционная	2	Изучение и применение основных элементов растяжки		
73.	Традиционная	2	Комплекс упражнений для спины		
74.	Традиционная	2	Комплекс упражнений для шеи и рук		
75.	Традиционная	2	Комплекс упражнений для ног		
76.	Традиционная	2	Комплекс упражнений для ног		
77.	Традиционная	2	Просмотр видеоматериалов		
78.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации у станка		
79.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации у станка		
80.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации у станка		
81.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации на середине зала		
82.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации на середине зала		
83.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации на середине зала		
84.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации в парах и группах		
85.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации в парах и группах		

86.	Традиционная	2	Большие танцевальные комбинации в парах и группах		
87.	Традиционная	2	Усложняем комбинации по уровням		
88.	Традиционная	2	Усложняем комбинации по уровням		
89.	Традиционная	2	Усложняем комбинации по уровням		
90.	Традиционная	2	Усложняем комбинации по уровням		зачётное занятие
91.	Традиционная	2	Отработка больших танцевальных комбинаций		
92.	Традиционная	2	Комплекс упражнений в движении		
93.	Традиционная	2	Прыжковая часть со скакалкой		
94.	Традиционная	2	Прыжковая часть со скакалкой		
95.	Традиционная	2	Комбинации в перемещении		
96.	Традиционная	2	Кроссы на прыжки		
97.	Традиционная	2	Кроссы на прыжки		
98.	Традиционная	2	Упражнения в перемещении через центр зала		
99.	Традиционная	2	Постановка танцевальных номеров		
100.	Традиционная	2	Постановка танцевальных номеров		
101.	Традиционная	2	Постановка танцевальных номеров		
102.	Традиционная	2	Постановка танцевальных номеров		
103.	Традиционная	2	Постановка танцевальных номеров		
104.	Традиционная	2	Постановка танцевальных номеров		
105.	Традиционная	2	Отработка номеров		
106.	Традиционная	2	Отработка номеров		
107.	Традиционная	2	Отработка номеров		Выступление
108.	Традиционная	2	Итоговое занятие		
ВСЕГО		216			