

Учебный план программы

Уровни освоения программы	Год обучения	Инвариантный модуль	Вариативный модуль	Всего часов
Ознакомительный уровень	1 год обучения	20	88	108
Базовый уровень	2 год обучения	30	78	108
Базовый уровень	3 год обучения	31	77	108
Продвинутый уровень	4 год обучения	32	76	108
	5 год обучения	32	76	108

Инвариантный модуль программы

Учебно-тематический план инвариантного модуля программы

№ п/п	Наименование разделов и тем	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения		
		Всего	Теория	Практика												
1	Раздел «Введение»	3	3	-	3	3	-	2	2	-	1	1	-	1	1	-
1.1	Цели и задачи курса	1	1	-	1	1	-	-	-	-	0,5	0,5	-	0,5	0,5	-
1.2	Техника безопасности движения	1	1	-	1	1	-	1	1	-	0,5	0,5	-	0,5	0,5	-
1.3	Правила поведения	1	1	-	1	1	-	1	1	-	-	-	-	-	-	-
2	Раздел «История движения»	3	3	-	3	3	-	4	4	-	2	2	-	2	2	-
2.1	Этапы развития танцевального и спортивного направлений	2	2	-	2	2	-	2	2	-	1	1	-	1	1	-
2.2	Музыка как основа движения	1	1	-	1	1	-	2	2	-	1	1	-	1	1	-
3	Раздел «Профессиональная терминология»	2	2	-	2	2	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-
3.1	Музыкальные термины	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3.2	Терминология движений	1	1	-	2	2	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-
4	Раздел «Воспитательная	5	1	4	7	1	6	7	1	6	6	1	5	6	1	5

	деятельность»															
4.1	Участие в капустниках	1	-	1	2	-	2	2	-	2	3	-	3	3	-	3
4.2	Посещение концертов, спортивных мероприятий	1	-	1	2	-	2	2	-	2	1	-	1	1	-	1
4.3	Студийные мероприятия	2	-	2	2	-	2	2	-	2	1	-	1	1	-	1
4.4	Традиции коллектива	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	-
5	Раздел «Проектная деятельность»	2	-	2	6	-	6	6	-	6	6	-	6	6	-	6
6	Диагностическая работа	4	-	4	4	-	4	4	-	4	4	-	4	4	-	4
6.2	Диагностика личностных особенностей	3	-	3	1	-	1	1	-	1	1	-	2	1	-	1
6.3	Диагностика физического состояния	4	-	4	2	-	2	2	-	2	2	-	2	2	-	2
6.4	Диагностика учебных и воспитательных результатов	3	-	3	1	-	1	1	-	1	1	-	2	1	-	1
7	Раздел «Творческая деятельность»	1	-	1	5	-	5	6	-	6	12	-	12	12	-	12
7.1	Участие в фестивалях, конкурсных программах, концертах	-	-	-	3	-	3	3	-	3	6	-	6	6	-	6
7.2	Танцевально-спортивное шоу (подведение итогов)	1	-	1	2	-	2	3	-	3	6	-	6	6	-	6
	Итого:	20	9	11	30	9	21	31	11	22	32	2	27	32	5	27

Вариативный модуль

Учебный план вариативного модуля 1 года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Раздел «Тренировочные упражнения»	21	3	18
1.1	Ритмика	6	1	5
1.2	Танцевальная азбука	6	1	5
1.3	Элементы экзерсиса у станка	6	1	5
1.4	Специальные упражнения	3	-	3
2	Раздел «Элементы акробатики и гимнастики»	24	3	21
2.1	Группировка	8	1	7

2.2	Перекаты	8	1	7
2.3	Упражнения на гибкость и растяжку	8	1	7
3	Раздел «Разучивание танцев»	43	2	41
3.1	Танец-игра	22	1	21
3.2	Сюжетные этюды	21	1	20
	Итого:	88	8	80

Учебный план вариативного модуля 2 года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Раздел «Тренировочные упражнения»	20	5	15
1.1.	Ритмика	6	2	4
1.2	Экзерсис у станка	8	2	6
1.3	Специальные упражнения	6	1	5
2	Раздел «Элементы акробатики и гимнастики»	22	4	18
2.1	Исходные положения	4	1	3
2.2	Кувырки	6	1	5
2.3	Колесо	6	1	5
2.4	Развитие физических качеств	6	1	5
3	Раздел «Постановка танцев»	36	4	32
3.1	Постановка и отработка танцевальных движений, связей, комбинаций	15	2	13
3.2	Танцевальные этюды	21	2	19
	Итого:	78	13	65

Учебно-тематический план вариативного модуля 3 года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Раздел «Тренировочные упражнения»	30	3	27
1.1	Экзерсис у станка	6	1	5
1.2	Народно-характерный экзерсис	6	1	5
1.3	Развитие растяжки и гибкости	6	1	5
1.4	Упражнения в партере	6	-	6
1.5	Развитие пластики	6	-	6
2	Раздел «Элементы акробатики и гимнастики»	14	2	12
2.1	Развитие физических качеств	4	1	3
2.2	Акробатическая дорожка	10	1	9
3	Раздел «Постановка танца»	33	2	31
3.1	Разучивание танцевальных комбинаций	22	1	21
3.2	Рисунок танца	11	1	10
	Итого:	77	7	70

Учебно-тематический план вариативного модуля 4 года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Раздел «Тренировочные упражнения»	38	-	38
1.1	Экзерсис у станка и на середине	10	-	10
1.2	Народно-характерный экзерсис	10	-	10
1.3	Развитие физических качеств	10	-	10
1.4	Диагональ	8	-	8
2	Раздел «Элементы акробатики и гимнастики»	19	1	18
2.1	Поддержки в парах	9	1	8
2.2	Акробатическая дорожка	10	-	10
3	Раздел «Постановка танца»	19	1	18
3.1	Постановка спортивных связок и элементов.	9	-	9
3.2	Оформление рисунка. Перестроения.	10	1	9
	Итого:	76	2	74

Учебно-тематический план вариативного модуля 5 года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Раздел «Тренировочные упражнения»	40	-	40
1.1.	Экзерсис у станка и на середине	20	-	20
1.2	Характерный экзерсис	14	-	14
1.3	Развитие и совершенствование физических качеств	6	-	6
1.4	Развитие и совершенствование пластики	10	-	10
2	Раздел «Акробатика и гимнастика»	20	1	19
2.1	Поддержки в парах и тройках	10	1	9
2.2	Акробатическая дорожка	10	-	10
3	Раздел «Актерское мастерство»	6	1	5
3.1	Тренировка скорости, темпа и контрастности движений	2	0,5	1,5
3.2	Организация движения во времени и пространстве. Пластическая импровизация	4	0,5	3,5
4	Раздел «Постановка танца»	10	1	9
4.1	Постановка композиции и отработка	3	-	3
4.2	Оформление рисунка. Перестроения	4	0,5	3,5
4.3	Постановка спортивных связок и элементов	3	0,5	2,5
	Итого:	76	3	73