

«ПРИНЯТО»:

на заседании Педагогического совета
ГБУ ДО ЦДЮТТ Кировского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1
« 30 » августа 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»:

Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ
Кировского района Санкт-Петербурга
Е.С. Ясинская
Приказ № 61-ОД
от « 31 » августа 2017 г.



Календарно-тематическое планирование
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«СОВРЕМЕННЫЕ СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ»
педагога дополнительного образования Журавель Василисы Васильевны
(Ф.И.О.)

Год обучения 1

Группа № 1

Дата занятия		Название раздела, темы	Всего (час)	Примечание
планируе мая	фактичес кая			
Раздел 1.Музыкальное движение			7	
Введение			1	
12.09.17		Введение в программу. ТБ. Основные музыкальные понятия	1	
Тема 1.1. Музыкально – ритмическое воспитание			3	
12.09.17		Музыкально – ритмическое воспитание.Понятия «темп» и «ритм».	1	
14.09.17		Музыкально – ритмическое воспитание. Танцевальный шаг	2	
Тема 1.2.Приемы музыкально-двигательной выразительности			3	
21.09.17		Приемы музыкально-двигательной выразительности.Освоение пружинных движений, маховых движений, плавных движений	2	
26.09.17		Приемы музыкально-двигательной выразительности.Основные движения эмоционально-динамического характера	1	
Раздел 2.Современные танцевальные направления			91	
Тема 2.1. R'n'B			18	
26.09.17		R'n'B. Характеристика направления	1	
28.09.17		R'n'B. Упражнения для отдельных мышц корпуса	2	
19.10.17		R'n'B.Элементы джазовых движений	2	
24.10.17		R'n'B.Элементы джазовых движений	1	
Тема 2.2. Hip-hop			38	
24.10.17		Hip-hop.Характеристика направления	1	

26.10.17		Hip-hop.Подпрыгивания	2	
31.10.17		Hip-hop.Подпрыгивания	2	
02.11.17		Hip-hop.Скольжения	2	
07.11.17		Hip-hop.Скольжения	2	
09.11.17		Hip-hop. Изолированные движения отдельными частями тела	2	
14.11.17		Hip-hop. Изолированные движения отдельными частями тела	2	
16.11.17		Hip-hop. Волнообразные движения	2	
21.11.17		Hip-hop.Волнообразныедвижения	2	
23.11.17		Hip-hop. Связки танцевальных элементов	2	
28.11.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
30.11.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
05.12.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
07.12.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
12.12.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
14.12.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
19.12.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
21.12.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
26.12.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	2	
28.12.17		Hip-hop.Связкитанцевальныхэлементов	1	
Тема 2.3. Girl Hip-Hop			16	
28.12.17		GirlHip-Hop.Характеристиканавращения	1	
09.01.18		Girl Hip-Hop Подпрыгивания	2	
11.01.18		Girl Hip-Hop Скольжения	2	
16.01.18		GirlHip-Hop Изолированныедвиженияотдельнымичаст ямителя	2	
18.01.18		GirlHip-Hop. Элементы восточных танцев	2	
23.01.18		GirlHip-Hop. Связкитанцевальныхэлементов	2	
25.01.18		GirlHip-Hop. Связкитанцевальныхэлементов	2	
30.01.18		GirlHip-Hop. Связкитанцевальныхэлементов	2	
01.02.18		GirlHip-Hop. Связкитанцевальныхэлементов	1	
Тема 2.4. Street-dance			19	
01.02.18		Street-dance.Характеристика направления	1	
06.02.18		Street-dance. Разучивание танца	2	
08.02.18		Street-dance. Соединение изученных базовыхэлементов в один взаимосвязанный танец.	2	
13.02.18		Street-dance. Разучивание танца	2	
15.02.18		Street-dance. Разучиваниетанца	2	
20.02.18		Street-dance. Разучиваниетанца	2	

22.02.18		Street-dance. Разучивание танца	2	
27.02.18		Street-dance. Разучивание танца	2	
01.03.18		Street-dance. Разучивание танца	2	
06.03.18		Street-dance. Разучивание танца	2	
Раздел 3. Физическая подготовка			32	
Тема 3.1. Разминка			2	
13.03.18		Разминка	2	
Тема 3.2. Укрепление плечевого пояса и мышц рук			4	
15.03.18		Укрепление плечевого пояса и мышц рук	2	
20.03.18		Укрепление плечевого пояса и мышц рук	2	
Тема 3.3. Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц.			4	
22.03.18		Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц.	2	
27.03.18		Укрепление мышц ног, ягодиц, передних бедренных мышц.	2	
Тема 3.4. Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки			4	
29.03.18		Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки	2	
03.04.18		Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки	2	
Тема 3.5. Дыхательная гимнастика			2	
05.04.18		Дыхательная гимнастика	2	
Тема 3.6. Стрейтчинг			12	
10.04.18		Стрейтчинг	2	
12.04.18		Стрейтчинг	2	
17.04.18		Стрейтчинг	2	
19.04.18		Стрейтчинг	2	
24.04.18		Стрейтчинг	2	
26.04.18		Стрейтчинг	2	
Тема 3.7. Расслабление			4	
03.05.18		Упражнения на релаксацию	2	
08.05.18		Упражнения на релаксацию	2	
Итоговые занятия			4	
10.05.18		Творческий отчет	2	
15.05.18		Творческий отчет	2	
Учебно-массовые мероприятия			10	
17.05.18		Учебно-массовые мероприятия	2	
22.05.18		Учебно-массовые мероприятия	2	
24.05.18		Учебно-массовые мероприятия	2	
29.05.18		Учебно-массовые мероприятия	2	
31.05.18		Учебно-массовые мероприятия	2	
72 занятия			144	