

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр детского (юношеского) технического творчества  
Кировского района Санкт – Петербурга  
198095, Санкт-Петербург, ул. Маршала Говорова, д. 34, литер 3**

**«ПРИНЯТО»:**

на заседании Педагогического совета  
ГБУ ДО ЦДЮТТ Кировского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1  
«30» августа 2023 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»:**

Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ  
Кировского района Санкт-Петербурга  
Е.С. Ясинская  
Приказ № 70-ОД  
от «31» августа 2023 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**календарно-тематическое планирование  
дополнительной общеразвивающей программы  
«СОВРЕМЕННЫЕ СТИЛИ ТАНЦА»**

**Год обучения 2**

| №<br>п\п  | Дата занятия                               |             | Название раздела, темы                                                                                                                  | Всего<br>(час) | Примечание |
|-----------|--------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------|
|           | Планируемая                                | Фактическая |                                                                                                                                         |                |            |
|           | <b>Вводные занятия</b>                     |             |                                                                                                                                         | <b>2</b>       |            |
| <b>1.</b> |                                            |             | Особенности стиля модерн танец. ТБ на занятиях.<br>Просмотр видеоматериала о стиле модерн танец.<br>Цели и задачи данного года обучения | 2              |            |
|           | <b>Тема №1. Основы классического танца</b> |             |                                                                                                                                         | <b>44</b>      |            |
| <b>2.</b> |                                            |             | 3 port de bras по 5 позиции;                                                                                                            | 2              |            |
| <b>3.</b> |                                            |             | 3 port de bras по 5 позиции;                                                                                                            | 2              |            |
| <b>4.</b> |                                            |             | Plié u grand plié по всем позициям ног;                                                                                                 | 2              |            |
| <b>5.</b> |                                            |             | Plié u grand plié по всем позициям ног;                                                                                                 | 2              |            |
| <b>6.</b> |                                            |             | Plié u grand plié по всем позициям ног;                                                                                                 | 2              |            |
| <b>7.</b> |                                            |             | Battements tendu и battements tendu jete                                                                                                | 2              |            |
| <b>8.</b> |                                            |             | Battements tendu и battements tendu jete                                                                                                | 2              |            |

|                           |  |  |                                                                           |           |  |
|---------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
| 9.                        |  |  | Battements tendu и battements tendu jet                                   | 2         |  |
| 10.                       |  |  | Rond de jambe par terre на 2/4;                                           | 2         |  |
| 11.                       |  |  | Rond de jambe par terre на 2/4;                                           | 2         |  |
| 12.                       |  |  | Rond de jambe par terre на 2/4;                                           | 2         |  |
| 13.                       |  |  | Полуповорот в 5 позиции на полупальцах<br>Battement fondu с ногой в пол;  | 2         |  |
| 14.                       |  |  | Полуповорот в 5 позиции на полупальцах<br>Battement fondu с ногой в пол;  | 2         |  |
| 15.                       |  |  | Полуповорот в 5 позиции на полупальцах<br>Battement fondu с ногой в пол;; | 2         |  |
| 16.                       |  |  | Adagio на целой стопе;                                                    | 2         |  |
| 17.                       |  |  | Adagio на целой стопе;                                                    | 2         |  |
| 18.                       |  |  | Grands battements jete по 5 позиции;                                      | 2         |  |
| 19.                       |  |  | Grands battements jete по 5 позиции;                                      | 2         |  |
| 20.                       |  |  | Pas de bourree                                                            | 2         |  |
| 21.                       |  |  | Pas de bourree                                                            | 2         |  |
| 22.                       |  |  | Cotte по всем позициям ног;<br>Pas echappe;<br>Assemble en face           | 2         |  |
| 23.                       |  |  | Cotte по всем позициям ног;<br>Pas echappe;<br>Assemble en face           | 2         |  |
| <b>Тема №2. Стретчинг</b> |  |  |                                                                           | <b>42</b> |  |
| 24.                       |  |  | Упражнения для выворотности и подвижности голеностопных суставов          | 2         |  |
| 25.                       |  |  | Упражнения для выворотности и подвижности голеностопных суставов          | 2         |  |
| 26.                       |  |  | Упражнения для выворотности и подвижности голеностопных суставов          | 2         |  |
| 27.                       |  |  | Упражнения для выворотности и подвижности голеностопных суставов          | 2         |  |
| 28.                       |  |  | Упражнения для развития гибкости позвоночника и поясного сустава          | 2         |  |

|                                       |  |  |                                                                  |           |  |
|---------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------|-----------|--|
| 29.                                   |  |  | Упражнения для развития гибкости позвоночника и поясного сустава | 2         |  |
| 30.                                   |  |  | Упражнения для развития гибкости позвоночника и поясного сустава | 2         |  |
| 31.                                   |  |  | Упражнения для развития гибкости позвоночника и поясного сустава | 2         |  |
| 32.                                   |  |  | Упражнения для развития гибкости позвоночника и поясного сустава | 2         |  |
| 33.                                   |  |  | Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса                    | 2         |  |
| 34.                                   |  |  | Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса                    | 2         |  |
| 35.                                   |  |  | Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса                    | 2         |  |
| 36.                                   |  |  | Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса                    | 2         |  |
| 37.                                   |  |  | Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса                    | 2         |  |
| 38.                                   |  |  | Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса                    | 2         |  |
| 39.                                   |  |  | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага    | 2         |  |
| 40.                                   |  |  | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага    | 2         |  |
| 41.                                   |  |  | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага    | 2         |  |
| 42.                                   |  |  | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага    | 2         |  |
| 43.                                   |  |  | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага    | 2         |  |
| 44.                                   |  |  | Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага    | 2         |  |
| <b>Тема №3. Элементы модерн танца</b> |  |  |                                                                  | <b>54</b> |  |
| 45.                                   |  |  | Изоляция                                                         | 2         |  |
| 46.                                   |  |  | Изоляция                                                         | 2         |  |
| 47.                                   |  |  | Изоляция                                                         | 2         |  |
| 48.                                   |  |  | Изоляция                                                         | 2         |  |
| 49.                                   |  |  | Изоляция                                                         | 2         |  |
| 50.                                   |  |  | Комбинация на координацию                                        | 2         |  |

|                                      |  |  |                                          |           |  |
|--------------------------------------|--|--|------------------------------------------|-----------|--|
| 51.                                  |  |  | Комбинация на координацию                | 2         |  |
| 52.                                  |  |  | Комбинация на координацию                | 2         |  |
| 53.                                  |  |  | Комбинация на координацию                | 2         |  |
| 54.                                  |  |  | Комбинация на координацию                | 2         |  |
| 55.                                  |  |  | Упражнения для спины. Body roll торса.   | 2         |  |
| 56.                                  |  |  | Упражнения для спины. Body roll торса.   | 2         |  |
| 57.                                  |  |  | Упражнения для спины. Body roll торса.   | 2         |  |
| 58.                                  |  |  | Упражнения для спины. Body roll торса.   | 2         |  |
| 59.                                  |  |  | Упражнения для спины. Body roll торса.   | 2         |  |
| 60.                                  |  |  | Прыжки.                                  | 2         |  |
| 61.                                  |  |  | Прыжки.                                  | 2         |  |
| 62.                                  |  |  | Прыжки.                                  | 2         |  |
| 63.                                  |  |  | Прыжки.                                  | 2         |  |
| 64.                                  |  |  | Прыжки.                                  | 2         |  |
| 65.                                  |  |  | Движения с продвижением.                 | 2         |  |
| 66.                                  |  |  | Движения с продвижением.                 | 2         |  |
| 67.                                  |  |  | Движения с продвижением.                 | 2         |  |
| 68.                                  |  |  | Движения с продвижением.                 | 2         |  |
| 69.                                  |  |  | Движения с продвижением.                 | 2         |  |
| 70.                                  |  |  | Движения с продвижением.                 | 2         |  |
| 71.                                  |  |  | Движения с продвижением.                 | 2         |  |
| <b>Тема №4. Актерское мастерство</b> |  |  |                                          | <b>28</b> |  |
| 72.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 73.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 74.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 75.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 76.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 77.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 78.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 79.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 80.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |
| 81.                                  |  |  | Постановка этюдов и актерские тренировки | 2         |  |

|      |                                             |  |                                                                       |           |  |
|------|---------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------|-----------|--|
| 82.  |                                             |  | Постановка этюдов и актерские тренировки                              | 2         |  |
| 83.  |                                             |  | Постановка этюдов и актерские тренировки                              | 2         |  |
| 84.  |                                             |  | Постановка этюдов и актерские тренировки                              | 2         |  |
| 85.  |                                             |  | Постановка этюдов и актерские тренировки                              | 2         |  |
|      | <b>Постановочная и репетиционная работа</b> |  |                                                                       | <b>44</b> |  |
| 86.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 87.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 88.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 89.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 90.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 91.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 92.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 93.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 94.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 95.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 96.  |                                             |  | Постановка танцевальных композиций                                    | 2         |  |
| 97.  |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 98.  |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 99.  |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 100. |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 101. |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 102. |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 103. |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 104. |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 105. |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |
| 106. |                                             |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2         |  |

|      |                                    |  |                                                                       |            |  |
|------|------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------|------------|--|
| 107. |                                    |  | Отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика | 2          |  |
|      | <b>Зачетные и открытые занятия</b> |  |                                                                       | <b>1</b>   |  |
| 108. |                                    |  | Показ разминки, танцевальных композиций для родителей.                | 1          |  |
|      | <b>Итоговое занятие.</b>           |  |                                                                       | <b>1</b>   |  |
|      |                                    |  | Итоговое занятие.                                                     | 1          |  |
|      |                                    |  | <b>ИТОГО</b>                                                          | <b>216</b> |  |