ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-ГРАФИК по программе "Хореография в художественной гимнастике" 1 год обучения

Содержание	Часы	ce	нт	ябр	Ь		ок	гяб	брь	•		ноя	ιбр	Ь	Į	цек	абр	Ъ		Si	IHB	apı	Ь		феі	зра	пь		M	арт		á	апр	елн	5		M	тай	ί			и	юні	Ь		и	ЮЛ	Ь		•	авг	уст	
		01	02	03	94	90	90	20	80	60	10	11	12	13	14	15	16	17	: 2	2	2 8	8 5	12 8	3 8	3 4	25	79	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	9	14	42	43	; 4	\$	45	. 4	÷ 8	9	30	8 5	22
Теория	6		1			1										1								1				1								1																	
Что такое хореография, терминология хореографических движений						1																																															
О роли хореографии в художественной гимнастике																1																																					
Правила поведения на уроках хореографии, спортивная форма для занятий			1																																																		
Гигиена, режим и рациональное питание																												1																									
Характер музыкального произведения сопровождающего гимнастическое упражнение, образ в произвольном упражнении																								1																													
О специальной подготовке по хореографии																																				1																	
Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук	10	1						1						1						1						1						1						1				1				1				1	L		
Вводная часть урока (марш, танцевальные шаги, бег)	10		1						1						1						1	1					1						1						1				1				1				1	L	
Экзерсис у опоры	65	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	: 1	. 1		1 2	2	1 2	2 1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	<u> </u>	1 2	2 1	1	1	1
Растяжки	25			1			1		1		1		1		1		1		1		1	1		L	1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1		1
Экзерсис на середине	30	1			1	1		1			1	1	1	1			1	1	. 1	1				1	1				1	1	1	1			1	1	1			1	1	1		1	. 1			1		1	L	1	
Танцевальные вариации	10			1						1						1	_					1	_					1	_					1						1				1	_			1	_			1	
Итого	156	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3 3	3	3 3	3 :	3 3	3 3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3 3	3 3	3	3

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-ГРАФИК по программе "Хореография в художественной гимнастике" 2 год обучения

Содержание	Часы	ce	нт	ябр	Ь		окт	гяб	рь		1	ноя	брі	Ь	Į	цек	aбj	рь		1	янв	зар	Ь		фе	вра	ЛЬ		М	арт	Γ		ап	рел	Ь			маi	й			И	юн	Ь		И	ЮЛ	Ь			ав	гус	т	
		01	02	03	04	05	90	07	08	60	10	11	12	13	14	15	16	17	1,	18	61	20	21	22	23	2.	3 3	2 7	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	9	÷ =	42	2 5	£ ;	‡ 4	ç	Q- 1	47	48	49	50	51	52
Теория	6		1			1										1								1				1								1					ı												T	
Что такое хореография, терминология хореографических движений						1																																																
О роли хореографии в художественной гимнастике																1																																						
Правила поведения на уроках хореографии, спортивная форма для занятий			1																																																			
Гигиена, режим и рациональное питание																												1																										
Характер музыкального произведения сопровождающего гимнастическое упражнение, образ в произвольном упражнении О специальной подготовке																								1																														
по хореографии																																				1																		
Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук	10	1						1						1							1						1					1						1				1				-	1				1			
Вводная часть урока (марш, танцевальные шаги, бег)	10		1						1						1							1						1					1						1				1	ı			1	1				1		
Экзерсис у опоры	65	1	1		2	1		1		2	1	2	1	1		1	1		2	1	1	1	2	1	_		2	1 1		_	1	1	. 1	2	1	1	1	2	1	1	1	1 1	_	L i	1	1 2	_	1	1	2	1	1	1	1
Растяжки	25			1			1		1		1		1		1		1	_		1	_	1		1	_	1		1	1		1		1		1		1		1		_	1	1	-		L	1	1		1		1		1
	30	1			1	1		1			1	1	1	1		<u> </u>	1	1	L :	1	1		_		1	1	_		1	. 1	1	1	.		1	1	1		1	1	1	<u>t i</u>	<u> </u>	_	1 :	1		_	1		1	_	-	1
	10			1						1	_	_		_	<u> </u>	1		_				_	1	_			_	1	_					1	_	1	1	_	1	1					_			_	1		_		1	_
Итого	156	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3 :	3 .	3	3	3	3	3 :	3 .	3 :	3 3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3 3	3 3	3 (3 :	3 (3 3	3 1	3	3	3	3	3	3

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-ГРАФИК по программе "Хореография в художественной гимнастике" 3 год обучения

Содержание	Часы	C	нт	ябј	рь		0	ктя	ябр	рь		Н	оя(брь	•	Д	(eka	ιбр	Ь		яі	iba _j	рь		ф	евр	аль	,	N	лар	Г		ап	рел	Ь			маі	й			И	юн	Ь		ИН	ОЛЬ	•		ав	вгус	ст	
		01	05	03	2	05	9	3 8	۱	80	60	10	=	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	72	52	26	17	87 2	រ ន	3 2	32	33	35	35	36	37	38	39	04	7	42	43	4	45	46	47	48	49	50	51	52
Теория	6			1							1						1							1				1	1							1					T												\neg
Что такое хореография, терминология хореографических движений	-			1																																																	
О роли хореографии в художественной гимнастике																	1																																				
Гигиена, режим и рациональное питание											1																																										
Что такое характерный танец, особенности народного танца																								1																													
народного танца Характер музыкального произведения сопровождающего гимнастическое упражнение, образ в произвольном упражнении																								1					1																								
О специальной подготовке																																				1																	
по хореографии Вводная часть урока (марш, танцевальные	10	,																																		1																	_
шаги, бег)	10 80	1	2	1	2	1	2	1		1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2 1	1	2 1	, 1) I	1	2	2	1	2	1		12	1	L	2 2	2	1	2	1		2	2	1	2	$\frac{1}{1}$
Экзерсис у опоры Растяжки	30	_	1	1		1		+	_	1	_	_	_	1	1	1	1	1		1	-	1	4	1		1	1	1		-		1	+	1	-	+	-	1	1	+2	ť		1 1		1	1	1	1	1	4	1	1	
Экзерсис на середине	37	1	1	Ė	1			1 1		-			-	1	1		1	-	1	Ť	1	-	1	-	1	-	1	1	1	1	1	+	1	1	1	Ť	1	1	1	1	1		1	1	1		1		<u> </u>	1	1	-	1
Прыжки (аллегро)	15	1			Ť	1					1	_	-	1	1		-	1	È		1			1	_		1	+	_	1	+		1	_	Ť	1	1	Ť	Ť	Ť	1	_		1	1		Ť	1			1		_
Туры, повороты	15				1	_	\top	\top		1	_			1			1			1			1			1	Ť	1			\top	1		1	1	1	_			1	_			1			1	Ť		1			1
Танцевальные вариации	15			1	T		T	1	1	l			1			1			1			1			1	T		1	1		1		1	1	1	Ť			1	Ť	T		1	Ī	1	1	T		1			1	
	208	4	4	4	4	4	. 4	, 4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4 4	1 .	4 4	1 4	l 4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1 4	1 4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-ГРАФИК по программе "Хореография в художественной гимнастике" 4 год обучения

Содержание	Часы	ce	нтя	ябр	Ъ		ок	ТЯ	брі	•		ноз	ібр	Ь		ден	саб	рь		5	інв:	арь	,	•	фев	рал	ΙЬ		ма	рт		٤	пре	ЭЛЬ			M	ай				ию	нь			ию	ЛЬ			ав	гус	Т
		01	02	03	2	9	90	0.2	80	60	10	=	12	13	14	: 2	1 91	1	9	10	2 2	21	22	23	22	25	56	27	28	29	30	31	32	33	34	32	36	37	38	39	40	41	42	43	4	45	46	47	48	49	20	52
Теория	6			1						1						1						1						1								1																
О роли хореографии в художественной гимнастике	0			1																								-								-																
Гигиена, режим и рациональное питание																1																																				
Что такое характерный танец, особенности народного танца										1																																										
Знакомство с историко- бытовым танцем																																				1																
Характер музыкального произведения сопровождающего гимнастическое упражнение, образ в произвольном упражнении																												1																								
О специальной подготовке по хореографии																						1																														
Вводная часть урока (марш, танцевальные шаги, бег)	10	1						1						1												1						1						1			1						1					1
Экзерсис у опоры	136	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1 3	3 2	2 3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3 2
Растяжки	40	_	1		1	1	1		1	1	1	1	_	1	1	_	_		. 1		1		1	_	_	1	1	1	1		1						_	1		1	1	_	1	1	1	1			1	1		1 1
Экзерсис на середине	50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	. 1	l 1	1	_	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	_	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1
Прыжки (аллегро)	25	1		1		1		1		1		1		1			1			1	ı		1		1	1			1		1		1	T	1	T	1		1			1		1		1			1	1	1	1
Туры, повороты	25		1		1		1	1			1		1	1			1		1	1 1	1					1		1			1	1		1		1		1		1	1		1		1		1		1		1	1
Танцевальные вариации	20	1		1		1			1			1			1			1			1			1			1			1			1		1		1		1			1			1			1			1	1
Итого	312	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6		6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6 6

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-ГРАФИК по программе "Хореография в художественной гимнастике" 5 год обучения

Содержание	Часы	C	ент	ябј	рь		OF	стя(брь	Ь	1	ноя	ібрі	Ь	ļ	цек	абј)Ь		Я	нва	рь		þ	ревј	рал	Ь		мај	рт		a	пре	ль			N	лай				ию	нь			ию	ль			аві	гус	Г
		01	03	03	2	9	90	70	80	60	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	56	27	28	29	30	31	32	33	\$	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	69	20	51
Теория	6			1						1						1						1						1								1							Π					-				
О роли хореографии в художественной гимнастике				1																								-																								
Гигиена, режим и рациональное питание																1																																				
Что такое характерный танец, особенности народного танца										1																																										
Знакомство с историко- бытовым танцем																																				1																
Характер музыкального произведения сопровождающего гимнастическое упражнение, образ в произвольном упражнении																												1																								
О специальной подготовке по хореографии																						1																														
Вводная часть урока (марш, танцевальные																																																				
шаги, бег)	10	1						1						1						1						1						1						1			1		[']				1					1
Экзерсис у опоры	136	2	3	2		2	_	2	3	_	_		3	2	3	3	3	3	3	2	3		3	_		2	3	2	3		2				_	_	_	2	3	3	2	3		3		3		_	2	3	_	3 2
Растяжки	40		1			1	1		1	1		1	1		1	1		1			1		1	1	1		1	1	1	1	1				-	_	_	1	_	1	1		1	1	1	1		_	1	1		1 1
Экзерсис на середине	50	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	_	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	_	1	1	1	1
Прыжки (аллегро)	25	1		1		1		1		1		1		1			1			1	1		1		1	1			1		1		1		1		1		1			1	<u> </u>	1		1			1	1	1	1
Туры, повороты	25		1		1	_	1	1			1		1	1	-	_	1		1	1						1		1			1	1		1		1		1		1	1		1		1		1		1		1	1
Танцевальные вариации	20	1		1		1			1			1			1	1	1	1			1			1			1			1			1		1		1		1			1	<u> </u>		1			1			1	1
Итого	312	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6 6