

Приложение
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Брейк-Данс « Креатив»
педагог Иванов А.А.

Календарный учебный график
2019-2020 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов (в год)	Режим занятий
1 год, ДДТ «Союз»	05.09.	24.05	36	144	четверг– 2 уч. часа, суббота – 2 уч. часа
1 год, СОШ № 560	04.09.	24.05	36	144	понедельник – 2 уч. часа, среда– 2 уч. часа
2 год, ДДТ «Союз»	02.09.	25.05	36	144	понедельник – 2 уч. часа, суббота – 2 уч. часа
2 год, СОШ № 560	04.09.	25.05	36	144	понедельник – 2 уч. часа, среда –2 уч. часа
3 год ДДТ «Союз»	03.09	25.05	36	216	Понедельник– 2 уч. часа, Четверг– 2 уч. часа, Суббота– 2 уч. часа,

Календарно – тематическое планирование

1 год обучения, ДДТ Союз

№ занятия	Содержание занятий	Дата проведения	
		по плану	по факту
1.	Комплектование группы	05.09.2019	
2.	Комплектование группы	07.09.2019	
3.	Комплектование группы	12.09.2019	
4.	Беседа о БД и Хип-Хоп культуре, вводное занятие	14.09.2019	
5.	Изучение основ Топ Рок ,понятие Верхний и нижний брейк	19.09.2019	

6.	Отработка стиля топрок, кросстеп	21.09.2019	
7.	Изучение стиля футворк, общие понятия	26.09.2019	
8.	Отработка футворк, Изучение сикстеп и фриз	03.10.2019	
9.	Музыкальная грамота, развитие чувства ритма	05.10.2019	
10.	Продевание ног , тристеп	10.10.2019	
11.	Переходы футворк, топрок, фриз на плече	12.10.2019	
12.	Свинг, бэкспин и джем	17.10.2019	
13.	Лотос, соединение со свечкой, футворк	19.10.2019	
14.	Основы флоу, переходы с футворка в топрок	24.10.2019	
15.	Просмотр видео, мини свайпс	26.10.2019	
16.	Минисвайпс, джем	02.11.2019	
17.	Флоу, бебифриз	07.11.2019	
18.	Основы топрок, футворк	09.11.2019	
19.	Основы футворк, топрок	14.11.2019	
20.	Татлфриз, заход вниз	16.11.2019	
21.	Татлфриз с кручением	21.11.2019	
22.	Локтевые фриз, кувьрки	23.11.2019	
23.	Кикаут двойной	28.11.2019	
24.	Фриз, локти, руки	30.11.2019	
25.	Бекспин, плечевой фриз	05.12.2019	
26.	Свипиский, махи	07.12.2019	
27.	Бэкспин с фризом	12.12.2019	
28.	Татл, статика	14.12.2019	
29.	Татл с заменой рук	19.12.2019	
30.	Футворк, реверс	21.12.2019	
31.	Выпады и прокаты на животе	26.12.2019	
32.	Стойка наголове и руках	28.12.2019	
33.	Топрок и гоудаун	09.01.2019	
34.	Комбинация № 1	11.01.2019	
35.	Стойки на локтях. Закрепление материала	16.01.2020	
36.	Основы паувермува	18.01.2020	
37.	Разновидности хэдспина	23.01.2020	
38.	Хэдспин на кистях и промо	25.01.2020	
39.	Даблти	30.01.2020	
40.	Двойной даблти	06.02.2020	

41.	Трикс и неваляшка	08.02.2020	
42.	Супермен с двумя руками	13.02.2020	
43.	Гелик и разновидности переходов	15.02.2020	
44.	Гелик с руками за спиной	20.02.2020	
45.	Супермен-гелик	22.02.2020	
46.	Супермен с двумя руками	27.02.2020	
47.	Гелик-складка	29.02.2020	
48.	Трикс с плеча	05.03.2020	
49.	Упрощённый трикс	07.03.2020	
50.	Переходы с головы в руки	12.03.2020	
51.	Баланс	14.03.2020	
52.	Вариации эйрбэйби	19.03.2020	
53.	Разминка, растяжка. Колесо, стойка на руках, зулу спин.	21.03.2020	
54.	Разминка, растяжка. Перемещения по танцполу. Музыкальность в футворке	26.03.2020	
55.	Разминка, растяжка. Кикаут, циркуль, минисвайпс, свайпс Разминка, растяжка. Акробатика (кувырок вперед, собака, бабочка)	28.03.2020	
56.	Разминка, растяжка. Создание фигинальных фишек. Танцевальный джем.	02.04.2020	
57.	Разминка, растяжка. Связка(кикаут-зулуспин),свайпс	04.04.2020	
58.	Разминка, растяжка. Павертрикс-бэбл, фриз в 2 стороны, переход в чеер.	09.04.2020	
59.	Разминка, растяжка. Смена уровней, различные комбинации	11.04.2020	
60.	Разминка, растяжка. Синхроны в парах. Подача в танце(обсуждение и практика)	16.04.2020	
61.	Разминка, растяжка. Характер(персонаж) в танце, игра в супергероев	18.04.2020	
62.	Разминка, растяжка. Соединения флоу рока и футворка, бег на спине, танцевальный джем	23.04.2020	
63.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов.	25.04.2020	
64.	Разминка, растяжка. Базовые футворки в 2 стороны, продевы	30.04.2020	
65.	Разминка, растяжка. Рондат, бабочка, свинг, чарли рок, слип фриз	07.05.2020	
66.	Разминка, растяжка. Видео просмотр(история и философия хип хоп культуры),	14.05.2020	

67.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов. Основы дыхания во время исполнения сложных связок.	16.05.2020	
68.	Разминка. Растяжка. Синхроны в парах и более участников. Пистолетик(приседание на 1 ноге)	21.05.2020	
69.	Разминка. Растяжка. Синхроны совместные, выход со спины на руки	23.05.2020	
70.	Разминка. Растяжка. Стойки на гибкость, практика коммуникаций в баттле.	28.05.2020	
71.	Разминка. Растяжка. Джем по флоу року. Вращения на ногах, продевы. Итоговое занятие.	25.05.2020	
72.	Разминка. Растяжка. Акробатика(кувырок вперед, собака, бабочка). Джем по топ року	30.05.2020	

Календарно – тематическое планирование

2 год обучения, ДДТ Союз

№ занятия	Содержание занятий	Дата проведения	
		по плану	по факту
1.	Закрепление пройденного материала	02.09.2019	
2.	Закрепление пройденного материала	07.09.2019	
3.	Закрепление пройденного материала	09.09.2019	
4.	Закрепление пройденного материала	14.09.2019	
5.	Базовый апрок, рокдэнс	16.09.2019	
6.	Футворк, смена уровней	21.09.2019	
7.	Павермуф, бэкспин с фризом, фриз голова	23.09.2019	
8.	Свайпс и его разновидности, севен ту смок	28.09.2019	
9.	Свайпс и гелик , переходы	30.09.2019	
10.	Продевание ног, тристеп	05.10.2019	
11.	Переходы футворк, топрок, фриз на плече	07.10.2019	
12.	Свинг,бэкспин и джем	12.10.2019	
13.	Лотос,соединение со свечкой, футворк	14.10.2019	
14.	Основы флоу, переходы с футворка в топрок	19.10.2019	
15.	Просмотр видео, мини свайпс	21.10.2019	
16.	Минисвайпс, джем	26.10.2019	
17.	Флоу, бебифриз	28.10.2019	
18.	Кикаут двойной	09.11.2019	
19.	Основы футворк, топрок	11.11.2019	
20.	Татлфриз, заход вниз	16.11.2019	
21.	Татлфриз с кручением	18.11.2019	
22.	Локтевые фризы, кувьрки	23.11.2019	
23.	Кикаут двойной	25.11.2019	
24.	Фризы, локти, руки	30.11.2019	
25.	Глайдысprimинением смены уровней	02.12.2019	
26.	Фризы, локти, руки	07.12.2019	
27.	Бекспин, плечевой фриз	09.12.2019	
28.	Упражнение на руках	14.12.2019	
29.	Смена уровней в танце	16.12.2019	
30.	Глайдысprimинением смены уровней	21.12.2019	
31.	Переходы с футворка на фризы	23.12.2019	
32.	Переходы с фриза на фриз,томак	28.12.2019	
33.	Вариация фристеп и кикаут	30.12.2019	

34.	Разминка. Растяжка. Флай, эйрчеер, полубэк	11.12.2020	
35.	Найтинайн и заход	13.01.2020	
36.	Найтинайн и махи ногами	18.01.2020	
37.	Разминка. Растяжка. Флай, эйрчеер, полубэк	20.01.2020	
38.	Разминка. Растяжка. Перемещение по танцполу, кукловод, упражнения на музыкальность исполнения	25.01.2020	
39.	Разминка. Растяжка. Разработка сольных выходов. Гоудаун	27.01.2020	
40.	Разминка. Растяжка. Переход с вутворка в павермув, различные вариации отжиманий	03.02.2020	
41.	Разминка. Растяжка. Акробатика(кувырок вперед, собака, бабочка). Джем по топ року	08.02.2020	
42.	Разминка. Растяжка. Джем по футворку. Переход с топ рока во фриз	10.02.2020	
43.	Разминка. Растяжка. Синхроны совместные, выход со спины на руки	15.02.2020	
44.	Разминка. Растяжка. Стойки на гибкость, практика коммуникаций в баттле.	17.02.2020	
45.	Разминка. Растяжка. Акробатика(кувырок вперед, собака, бабочка). Джем по топ року	22.02.2020	
46.	Разминка. Растяжка. Джем по флоу року. Вращения на ногах, продевы	29.02.2020	
47.	Разминка, растяжка. Связка(кикаут-зулуспин). Танцевальный батл	02.03.2020	
48.	Разминка, растяжка. Подготовка сольных выступлений.	07.03.2020	
49.	Разминка, растяжка. Пролеты в футворке, геликоптер.	14.03.2020	
50.	Разминка, растяжка. Музыкальная грамота(повторение). Танцевальный джем	16.03.2020	
51.	Разминка, растяжка. Стойки на руках, основы бананэйры, фриз в лотосе	21.03.2020	
52.	Разминка, растяжка. Нога за головой, кукловод, основы рокинга	23.03.2020	
53.	Разминка, растяжка. Подготовка сольных выступлений.	28.03.2020	
54.	Разминка, растяжка. Подготовка сольных выступлений.	30.03.2020	
55.	Разминка, растяжка. Перемещение по танцполу, чеер фриз	04.04.2020	
56.	Разминка, растяжка. Вращения, чеер фриз, джем.	06.04.2020	

57.	Разминка, растяжка. Колесо, стойка наруках, зулу спин.	11.04.2020	
58.	Разминка, растяжка. Перемещения по танцполу. Музыкальность в футворке	13.04.2020	
59.	Разминка, растяжка. Кикаут, циркуль, минисвайпс, свайпс Разминка, растяжка. Акробатика (кувырок вперед, собака, бабочка)	18.04.2020	
60.	Разминка, растяжка. Создание фигинальных фишек. Танцевальный джем.	20.04.2020	
61.	Разминка, растяжка. Связка(кикаут-зулуспин),свайпс	25.04.2020	
62.	Разминка, растяжка. Павертрикс-бэбл, фриз в 2 стороны, переход в чеер.	27.04.2020	
63.	Разминка, растяжка. Смена уровней, различные комбинации	04.05.2020	
64.	Разминка, растяжка. Синхроны в парах. Подача в танце(обсуждение и практика)	11.05.2020	
65.	Разминка, растяжка. Нога за головой, кукловод, прецель	13.05.2020	
66.	Разминка, растяжка. Стойки на руках, основы бананэйры, фризы в лотосе	15.05.2020	
67.	Разминка, растяжка. Характер(персонаж) в танце, игра в супергероев	16.05.2020	
68.	Разминка, растяжка. Соединения флоу рока и футворка, бег на спине, танцевальный джем	18.05.2020	
69.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов.	23.05.2020	
70.	Разминка, растяжка. Базовые футворки в 2 стороны, продевы	25.05.2020	
71.	Разминка, растяжка. Рондат, бабочка, свинг, чарли рок, слип фриз	27.05.2020	
72.	Разминка, растяжка. Видео просмотр(история и философия хип хоп культуры). Итоговое занятие.	30.05.2020	

Календарно – тематическое планирование

3 год обучения, ДДТ Союз

№ занятия	Содержание занятий	Дата проведения	
		по плану	по факту
1.	Беседа о БД и Хип-Хоп культуре, Вводное занятие	02.09.2019	
2.	Закрепление пройденного материала	05.09.2019	
3.	Закрепление пройденного материала	07.09.2019	
4.	Закрепление пройденного материала	09.09.2019	

5.	Продевание ног, фристэп	12.09.2019	
6.	Продевание ног, фристэп	14.09.2019	
7.	Изучение стиля футворк, общие понятия	16.09.2019	
8.	Отработка стиля топрок, кросстеп	19.09.2019	
9.	Изучение стиля футворк, общие понятия	21.09.2019	
10.	Отработка футворк, сикстеп и фриз	23.09.2019	
11.	Продевание ног, фристэп	26.09.2019	
12.	Переход топрок, футворк, фриз на плече	28.09.2019	
13.	Свинг, бэкспин, джем	30.09.2019	
14.	Лотос,соединение со свечкой, футворк	03.10.2019	
15.	Основы флоу, переходы с футворка в топрок	05.10.2019	
16.	Просмотр видео, мини свайпс	07.10.2019	
17.	Минисвайпс, джем	10.10.2019	
18.	Флоу, бебифриз	12.10.2019	
19.	Гелик, ван степ	14.10.2019	
20.	Основы топрок, футворк	17.10.2019	
21.	Основы футворк, топрок	19.10.2019	
22.	Татлфриз, заход вниз	21.10.2019	
23.	Татлфриз с кручением	24.10.2019	
24.	Локтевые фриз, кувьрки	27.10.2019	
25.	Кикаут двойной	28.10.2019	
26.	Фризы. локти, руки	31.10.2019	
27.	Бэкспин, плечевой фриз	02.11.2019	
28.	свип нижний, махи	07.11.2019	
29.	Татл, статика	09.11.2019	
30.	Стойка на голове и руках	11.11.2019	
31.	Татл с заменой рук	14.11.2019	
32.	Футворк, реверс	16.11.2019	
33.	Выпады и прокатывание на животе	18.11.2019	
34.	Стойка на голове и руках	21.11.2019	
35.	Топ рок и гоудауны	23.11.2019	
36.	Комбинация № 1	25.11.2019	
37.	Разминка, растяжка. Колесо, стойка	28.11.2019	

	наруках, зулу спин.		
38.	Разминка, растяжка. Перемещения по танцполу. Музыкальность в футворке	30.11.2019	
39.	Разминка, растяжка. Кикаут, циркуль, минисвайпс, свайпс Разминка, растяжка. Акробатика (кувырок вперед, собака, бабочка)	02.12.2019	
40.	Разминка, растяжка. Кикаут, циркуль, минисвайпс, свайпс Разминка, растяжка. Акробатика (кувырок вперед, собака, бабочка)	05.12.2019	
41.	Разминка, растяжка. Создание фигинальных фишек. Танцевальный джем.	07.12.2019	
42.	Разминка, растяжка. Связка(кикаут-зулуспин),свайпс	09.12.2019	
43.	Разминка, растяжка. Смена уровней, различные комбинации	12.12.2019	
44.	Разминка, растяжка. Смена уровней, различные комбинации	14.12.2019	
45.	Разминка, растяжка. Связка(кикаут-зулуспин),свайпс	16.12.2019	
46.	Разминка, растяжка. Павертрикс-бэбл, фриз в 2 стороны, переход в чеер.	19.12.2019	
47.	Разминка, растяжка. Смена уровней, различные комбинации	21.12.2019	
48.	Разминка, растяжка. Синхроны в парах. Подача в танце(обсуждение и практика)	23.12.2019	
49.	Разминка, растяжка. Характер(персонаж) в танце, игра в супергероев	26.12.2019	
50.	Разминка, растяжка. Соединения флоу рока и футворка, бег на спине, танцевальный джем	28.12.2019	
51.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов.	30.12.2019	
52.	Разминка, растяжка. Базовые футворки в 2 стороны, продевы	09.01.2020	
53.	Разминка, растяжка. Видео просмотр(история и философия хип хоп культуры),	11.01.2020	
54.	Разминка, растяжка. Гибкие фризы. Обсуждение специфики соревнований и баттлов. Танцевальный джем	13.01.2020	
55.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов. Основы дыхания во время исполнения сложных связок.	16.01.2020	
56.	Разминка. Растяжка. Синхроны в парах и более участников. Пистолетик(приседание на 1 ноге)	18.01.2020	
57.	Разминка. Растяжка. Геликоптер, комбинация футворков	20.01.2020	

58.	Разминка. Растяжка. Черепаха, фляг вперед, циркуль	23.01.2020	
59.	Разминка. Растяжка. Ролик, локтевой фриз, навыки харизмы в танце	25.01.2020	
60.	Разминка. Растяжка. Свайпс. Танцевальный джем с персонажными ролями	27.01.2020	
61.	Разминка. Растяжка. Бэкспин. Просмотр видео по павермуву и флоу року.	30.01.2020	
62.	Разминка. Растяжка. Флай, эйрчеер, полубэк	01.02.2020	
63.	Разминка. Растяжка. Перемещение по танцполу, кукловод, упражнения на музыкальность исполнения	03.02.2020	
64.	Разминка. Растяжка. Разработка сольных выходов. Гоудаун	08.02.2020	
65.	Разминка. Растяжка. Переход с вутворка в павермув, различные вариации отжиманий	10.02.2020	
66.	Разминка. Растяжка. Джем по футворку. Переход с топ рока во фризы	13.02.2020	
67.	Разминка. Растяжка. Синхроны совместные, выход со спины на руки	15.02.2020	
68.	Разминка. Растяжка. Стойки на гибкость, практика коммуникаций в баттле.	17.02.2020	
69.	Разминка. Растяжка. Акробатика(кувырок вперед, собака, бабочка). Джем по топ року	20.02.2020	
70.	Разминка. Растяжка. Джем по флоу року. Вращения на ногах, продевы	22.02.2020	
71.	Разминка, растяжка. Правила ведения баттла. Подготовка сольных выступлений.	27.02.2020	
72.	Разминка, растяжка. Пролеты в футворке, вертолет.	29.02.2020	
73.	Разминка, растяжка. Музыкальная грамота(повторение).Танцевальный джем	02.03.2020	
74.	Разминка, растяжка. Стойки на руках, основы бананэйры, фризы в лотос	05.03.2020	
75.	Разминка, растяжка. Нога за головой, кукловод, основы рокинга	07.03.2020	
76.	Разминка. Растяжка. Свайпс. Танцевальный джем с персонажными ролями	12.03.2020	
77.	Разминка. Растяжка. Бэкспин. Просмотр видео по павермуву и флоу року.	14.03.2020	
78.	Разминка. Растяжка. Флай, эйрчеер, полубэк	16.03.2020	
79.	Разминка. Растяжка. Перемещение по	19.03.2020	

	танцполу, кукловод, упражнения на музыкальность исполнения		
80	Разминка. Растяжка. Разработка сольных выходов. Гоудаун	21.03.2020	
81	Разминка. Растяжка. Переход с вутворка в павермув, различные вариации отжиманий	23.03.2020	
88	Разминка. Растяжка. Джем по футворку. Переход с топ рока во фризы	26.03.2020	
83	Разминка. Растяжка. Синхроны совместные, выход со спины на руки	28.03.2020	
84	Разминка. Растяжка. Стойки на гибкость, практика коммуникаций в баттле.	30.03.2020	
85	Разминка. Растяжка. Акробатика(кувырок вперед, собака, бабочка). Джем по топ року	02.04.2020	
86	Разминка. Растяжка. Джем по флоу року. Вращения на ногах, продевы	04.04.2020	
87	Разминка, растяжка. Правила ведения баттла. Подготовка сольных выступлений.	06.04.2020	
88	Разминка, растяжка. Пролеты в футворке, геликоптер.	09.04.2020	
89	Разминка, растяжка. Музыкальная грамота(повторение).Танцевальный джем	11.04.2020	
90	Разминка, растяжка. Стойки на руках, основы бананэйры, фризы в лотос	13.04.2020	
91	Разминка, растяжка. Нога за головой, кукловод, основы рокинга	16.04.2020	
92	Разминка. Растяжка. Свайпс. Танцевальный джем с персонажными ролями	18.04.2020	
93	Разминка. Растяжка. Бэкспин. Просмотр видео по павермуву и флоу року.	20.04.2020	
94	Разминка. Растяжка. Флай, эйрчеер, полубэк	23.04.2020	
95	Разминка. Растяжка. Перемещение по танцполу, кукловод, упражнения на музыкальность исполнения	25.04.2020	
96	Разминка. Растяжка. Свайпс. Танцевальный джем с персонажными ролями	27.04.2020	

97	Разминка. Растяжка. Бэкспин. Просмотр видео по павермуву и флоу року.	30.04.2020	
98	Разминка. Растяжка. Флай, эйрчеер, полубэк	02.05.2020	
99	Разминка. Растяжка. Перемещение по танцполу, кукловод, упражнения на музыкальность исполнения	04.05.2020	
100	Разминка. Растяжка. Разработка сольных выходов. Гоудаун	07.05.2020	
101	Разминка. Растяжка. Переход с вутворка в павермув, различные вариации отжиманий	11.05.2020	
102	Разминка. Растяжка. Джем по футворку. Переход с топ рока во фриззы	14.05.2020	
103	Разминка. Растяжка. Синхроны совместные, выход со спины на руки	16.05.2020	
104	Разминка. Растяжка. Стойки на гибкость, практика коммуникаций в баттле.	18.05.2020	
105	Разминка. Растяжка. Акробатика(кувырок вперед, собака, бабочка). Джем по топ року	21.05.2020	
106	Разминка. Растяжка. Джем по флоу року. Вращения на ногах, продевы	23.05.2020	
107	Разминка, растяжка. Правила ведения баттла. Подготовка сольных выступлений.	25.05.2020	
108	Разминка, растяжка. Продевы в футворке, вертолет. Итоговое занятие.	28.05.2020	

Календарно – тематическое планирование

1 год обучения, СОШ № 560

№ занятия	Содержание занятий	Дата проведения	
		по плану	по факту
1.	Комплектование группы	04.09.2019	
2.	Комплектование группы	09.09.2019	
3.	Комплектование группы	11.09.2019	
4.	Беседа о БД и Хип-Хоп культуре, вводное занятие	16.09.2019	
5.	Изучение основ Топ Рок ,понятие Верхний и нижний брейк	18.09.2019	
6.	Отработка стиля топрок, кросстеп	23.09.2019	
7.	Изучение стиля футворк,общие понятия	25.09.2019	
8.	Отработка фут ворк, Изучение сикстеп и фриз	30.09.2019	
9.	Музыкальная грамота,развитие чувства ритма	02.10.2019	
10.	Продевание ног ,тристеп	07.10.2019	
11.	Переходы футворк, топрок, фриз на плече	14.10.2019	
12.	Свинг,бэкспин и джем	16.10.2019	
13.	Лотос,соединение со свечкой, футворк	21.10.2019	
14.	Основы флоу, переходы с футворка в топрок	23.10.2019	
15.	Просмотр видео, мини свайпс	28.10.2019	
16.	Минисвайпс,джем	30.10.2019	
17.	Флоу,бебифриз	06.11.2019	
18.	Основы топрок,футворк	11.11.2019	
19.	Основы футворк, топрок	13.11.2019	
20.	Татлфриз, заход вниз	18.11.2019	
21.	Татлфриз с кручением	20.11.2019	
22.	Локтевые фриз, кувырки	25.11.2019	
23.	Кикаут двойной	27.11.2019	
24.	Фризы, локти, руки	02.12.2019	
25.	Бекспин, плечевой фриз	04.12.2019	
26.	Свипнизкий, махи	09.12.2019	
27.	Бэкспин с фризом	11.12.2019	
28.	Татл, статика	16.12.2019	
29.	Татл с заменой рук	18.12.2019	
30.	Футворк, реверс	23.12.2019	

31.	Выпады и прокаты на животе	25.12.2019	
32.	Стойка наголове и руках	30.12.2019	
33.	Топрок и гоудаун	13.01.2020	
34.	Комбинация № 1	15.01.2020	
35.	Стойки на локтях.Закрепление материала	20.01.2020	
36.	Основы паувермува	22.01.2020	
37.	Разновидности хэдспина	27.01.2020	
38.	Хэдспин на кистях и промо	29.01.2020	
39.	Даблти	03.02.2020	
40.	Двойной даблти	05.02.2020	
41.	Трикс и неваляшка	10.02.2020	
42.	Супермен с двумя руками	10.02.2020	
43.	Гелик и разновидности переходов	12.02.2020	
44.	Гелик с руками за спиной	17.02.2020	
45.	Супермен-гелик	19.02.2020	
46.	Супермен с двумя руками	24.02.2020	
47.	Гелик-складка	26.02.2020	
48.	Трикс с плеча	02.03.2020	
49.	Упрощённый трикс	04.03.2020	
50.	Переходы с головы в руки	11.03.2020	
51.	Баланс	16.03.2020	
52.	Вариации эйрбэйби	18.03.2020	
53.	Разминка, растяжка. Колесо, стойка на руках, зулу спин.	25.03.2020	
54.	Разминка, растяжка. Перемещения по танцполу. Музыкальность в футворке	30.03.2020	
55.	Разминка, растяжка. Кикаут, циркуль, минисвайпс, свайпс Разминка, растяжка. Акробатика (кувырок вперед, собака, бабочка)	01.04.2020	
56.	Разминка, растяжка. Создание фигинальных фишек. Танцевальный джем.	06.04.2020	
57.	Разминка, растяжка. Связка(кикаут-зулуспин),свайпс	08.04.2020	
58.	Разминка, растяжка. Павертрикс-бэбл, фриз в 2 стороны, переход в чеер.	13.04.2020	
59.	Разминка, растяжка. Смена уровней, различные комбинации	15.04.2020	
60.	Разминка, растяжка. Синхроны в парах.	20.04.2020	

	Подача в танце(обсуждение и практика)		
61.	Разминка, растяжка. Характер(персонаж) в танце, игра в супергероев	22.04.2020	
62.	Разминка, растяжка. Соединения флоу рока и футворка, бег на спине, танцевальный джем	27.04.2020	
63.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов.	29.04.2020	
64.	Разминка, растяжка. Базовые футворки в 2 стороны, продевы	04.05.2020	
65.	Разминка, растяжка. Рондат, бабочка, свинг, чарли рок, слип фриз	06.05.2020	
66.	Разминка, растяжка. Видео просмотр(история и философия хип хоп культуры),	11.05.2020	
67.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов. Основы дыхания во время исполнения сложных связок.	13.05.2020	
68.	Разминка. Растяжка. Синхроны в парах и более участников. Пистолетик(приседание на 1 ноге)	18.05.2020	
69.	Разминка. Растяжка. Синхроны совместные, выход со спины на руки	20.05.2020	
70.	Разминка. Растяжка. Стойки на гибкость, практика коммуникаций в баттле.	25.05.2020	
71.	Разминка. Растяжка. Акробатика(кувырок вперед, собака, бабочка). Джем по топ року	27.05.2020	
72.	Разминка. Растяжка. Джем по флоу року. Вращения на ногах, продевы. Итоговое занятие.	29.05.2020	

Календарно – тематическое планирование

2 год обучения, СОШ 560

№ занятия	Содержание занятий	Дата проведения	
		по плану	по факту
1.	Закрепление пройденного материала	04.09.2019	
2.	Закрепление пройденного материала	09.09.2019	
3.	Закрепление пройденного материала	11.09.2019	
4.	Закрепление пройденного материала	16.09.2019	
5.	Закрепление пройденного материала	18.09.2019	
6.	Базовый апрок, рокдэнс	23.09.2019	
7.	Футворк, смена уровней	25.09.2019	
8.	Павермуф, бэкспин с фризом, фриз голова	30.09.2019	
9.	Свайпсигелик, переходы	02.10.2019	

10.	Продевание ног, тристеп	07.10.2019	
11.	Переходы футворк, топрок, фриз на плече	14.10.2019	
12.	Свинг,бэкспин и джем	16.10.2019	
13.	Лотос,соединение со свечкой, футворк	21.10.2019	
14.	Основы флоу, переходы с футворка в топрок	23.10.2019	
15.	Просмотр видео, мини свайпс	28.10.2019	
16.	Минисвайпс,джем	30.10.2019	
17.	Флоу,бебифриз	06.11.2019	
18.	Бекспин, хэдспин	11.11.2019	
19.	Гелик, свайпс	13.11.2019	
20.	Гелик, свайпс, фриз	18.11.2019	
21.	Ручные фризы, томак	20.11.2019	
22.	Томак, ручные фризы	25.11.2019	
23.	Свайпс с одной ногой, переход	27.11.2019	
24.	Вэб.	02.12.2019	
25.	Вэб с одной ногой	04.12.2019	
26.	Упражнение на руках	09.12.2019	
27.	Смена уровней в танце	11.12.2019	
28.	Глайдсприминением смены уровней	16.12.2019	
29.	Переходы с футворка на фризы	18.12.2019	
30.	Переходы с фриза на фриз,томак	23.12.2019	
31.	Вариация фристеп и кикаут	25.12.2019	
32.	Подготовительные упражнения к найти найн	30.12.2019	
33.	Найтинайн и заход	13.01.2020	
34.	Найтинайн и махи ногами	15.01.2020	
35.	Разминка, растяжка. Переходы с топ рока в футворк. Фриз на плече	20.01.2020	
36.	Разминка, растяжка. Свинг, бэкспин. Танцевальный джем	22.01.2020	
37.	Разминка, растяжка. Поза лотоса, соединение со свечкой. Связка футворка	27.01.2020	
38.	Разминка, растяжка. Основы флоу. Переходы с футворка в топ рок	29.01.2020	
39.	Разминка, растяжка. Просмотр брейк видео с обсуждением. Минисвайпс	03.02.2020	
40.	Разминка, растяжка. Минисвайпс. Джем.	05.02.2020	

41.	Разминка, растяжка. Флоу, бэби фриз.	10.02.2020	
42.	Разминка, растяжка. Перемещение по танцполу, чеер фриз	10.02.2020	
43.	Разминка, растяжка. Вращения, чеер фриз, джем.	12.02.2020	
44.	Разминка, растяжка. Колесо, стойка наруках, зулу спин.	17.02.2020	
45.	Разминка, растяжка. Перемещения по танцполу. Музыкальность в футворке	19.02.2020	
46.	Разминка, растяжка. Кикаут, циркуль, минисвайпс, свайпс Разминка, растяжка. Акробатика (кувырок вперед, собака, бабочка)	24.02.2020	
47.	Разминка, растяжка. Связка(кикаут-зулуспин),свайпс	26.02.2020	
48.	Разминка, растяжка. Павертрикс-бэбл, фриз в 2 стороны, переход в чеер.	02.03.2020	
49.	Разминка, растяжка. Смена уровней, различные комбинации	04.03.2020	
50.	Разминка, растяжка. Синхроны в парах. Подача в танце(обсуждение и практика)	11.03.2020	
51.	Разминка, растяжка. Характер(персонаж) в танце, игра в супергероев	16.03.2020	
52.	Разминка, растяжка. Соединения флоу рока и футворка, бег на спине, танцевальный джем	18.03.2020	
53.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов.	25.03.2020	
54.	Разминка, растяжка. Базовые футворки в 2 стороны, продевы	30.03.2020	
55.	Разминка, растяжка. Видео просмотр(история и философия хип хоп культуры),	01.04.2020	
56.	Разминка, растяжка. Гибкие фризы. Обсуждение специфики соревнований и баттлов. Танцевальный джем	06.04.2020	
57.	Разминка, растяжка. Разработка сольных выходов. Основы дыхания во время исполнения сложных связок.	08.04.2020	
58.	Разминка. Растяжка. Синхроны в парах и более участников. Пистолетик(приседание на 1 ноге)	13.04.2020	
59.	Разминка. Растяжка. Геликоптер, комбинация футворков	15.04.2020	
60.	Разминка. Растяжка. Татл ,павертрикс(свечка-бэби фриз)	20.04.2020	
61.	Разминка. Растяжка. Черепаха, фляг вперед, циркуль	22.04.2020	
62.	Разминка. Растяжка. Ролик, локтевой фриз, навыки харизмы в танце	27.04.2020	

63.	Разминка. Растяжка. Свайпс. Танцевальный джем с персонажными ролями	29.04.2020	
64.	Разминка. Растяжка. Бэкспин. Просмотр видео по павермуву и флоу року.	04.05.2020	
65.	Разминка. Растяжка. Флай, эйрчеер, полубэк	06.05.2020	
66.	Разминка. Растяжка. Перемещение по танцполу, кукловод, упражнения на музыкальность исполнения	11.05.2020	
67.	Разминка. Растяжка. Разработка сольных выходов. Гоудаун	13.05.2020	
68.	Разминка. Растяжка. Переход с вутворка в павермув, различные вариации отжиманий	18.05.2020	
69.	Разминка. Растяжка. Джем по футворку. Переход с топ рока во фризы	20.05.2020	
70.	Разминка. Растяжка. Синхроны совместные, выход со спины на руки	25.05.2020	
71.	Разминка. Растяжка. Стойки на гибкость, практика коммуникаций в баттле.	27.05.2020	
72.	Разминка. Растяжка. Акробатика(кувырок вперед, собака, бабочка). Джем по топ року. Итоговое занятие.	29.05.2020	