

ПРИНЯТ  
Общим собранием работников  
МДОАУ №20  
Протокол № 6  
от 30.09 2024г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МДОАУ №20  
В.С. Маркина  
приказ № 74  
от 31.09.2024г.

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

к дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности  
«ХОРЕОГРАФИЯ-1» (корпус 1)  
на 2024-2025 учебный год

## Пояснительная записка

Учебный план к дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности «ХОРЕОГРАФИЯ-1» отражает:

- нормативно правовое обеспечение;
- учебно-методическое обеспечение;
- объем образовательной нагрузки;
- продолжительность занятий;
- количество занятий, часов.

Для программы созданы следующие необходимые условия:

- соответствие действующим санитарным правилам и нормативам;
- соответствие требованиям по охране и безопасности здоровья потребителей услуг;
- качественное кадровое обеспечение;
- необходимое программно-методическое и материально-техническое обеспечение.

### Нормативно правовое обеспечение.

Учебный план разработан в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от. 29. 12. 2012 №273-ФЗ

2. Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

3. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

4. Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

### Учебно-методическое обеспечение:

1. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2011.— 624 с.: ил.— (Мир культуры, истории и философии).

2. Хореография в гимнастике : учеб. пособие для СПО / Т. С. Лисицкая. — 2-е понятий. 2-е изд., испр. и доп. / Сост. Н. А. Александрова.— СПб.:

3. Бекина С. И. И другие. Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 6 -7 лет): из опыта работы муз. руководителей дет. садов/Авт.-сост.: С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н.

4. Климов А. А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320с, с ил.

5. Немеровский А.Б. Пластическая выразительность актера. – М: Искусство, 1976.

6. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 1998.

Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 2001

Образовательная деятельность осуществляется в специальном помещении – хореографической студии.

Средства обучения:

- коврики,
- мягкие модули,
- технические средства обучения (звуковые),
- USB-флеш-накопители с записями мелодий,
- атрибуты и костюмы для выступлений.

Учебный план регулирует объем образовательной нагрузки, определяет содержание и организацию образовательного процесса.

### Объем образовательной нагрузки

Количество занятий/минут в неделю		
название дополнительной общеразвивающей программы	форма образовательной деятельности	продолжительность занятий
«Хореография-1»	занятие	2 раза в неделю, 60 минут

Продолжительность одного занятия для детей от 3 до 7 лет – 1 академический час (составляет 30 минут).

Занятия осуществляются по подгруппам согласно расписанию.

### Расписание занятий

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	ФИО исполнителя платной услуги	помещение
	15.20-15.50 группа №2 16.00-16.30 группа №3 16.40-17.10 группа №4	8.00-8.30 группа №1 (9гр) 9.00-9.30 группа №5 (12)	15.20-15.50 группа №2 16.00-16.30 группа №3 16.40-17.10 группа №4	8.00-8.30 группа №1 (9гр) 9.00-9.30 группа №5 (12)	Сорокина Татьяна Николаевна	хореографическая студия (корпус 1)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «ХОРЕОГРАФИЯ-1» реализуется за рамками освоения образовательной программы дошкольного образования МДОАУ №20.

Платная образовательная услуга реализуется согласно утвержденного календарного учебного графика.

название дополнительной общеразвивающей программы	возраст детей	количество занятий			форма обучения	продолжительность занятий	форма организации занятий
		неделя	месяц	год			
«Хореография-1»	3-4 года	2	8	90	очная	30 минут	подгрупповая
	4-5 лет	2	8	90	очная	30 минут	подгрупповая
	5-6 лет	2	8	90	очная	30 минут	подгрупповая
	6-7 лет	2	8	90	очная	30 минут	подгрупповая

### Формы и периодичность проведения промежуточной и итоговой аттестации

Промежуточная аттестация проводится в форме открытого занятия с родителями – не менее 2 раз в год. Сроки проведения открытых занятий согласуются с администрацией в начале учебного года. В случае неблагоприятной эпидемиологической ситуации образовательная организация оставляет за собой право на проведение открытых занятий в дистанционном режиме (прямой эфир, видеозапись занятия или др.)

Итоговая аттестация проводится в мае (3-4 неделя) в следующих формах:

- концертная деятельность и/или участие в конкурсах творческих коллективов (очные и/или дистанционные конкурсы).
- педагогическое наблюдение, заполнение карты отслеживания результативности освоения Программы и составление аналитической справки.

### Учебный план

Занятия проводятся 2 раза в неделю, длительность 1 занятия - 1 академический час (составляет 30 минут).

### Учебный план (дети 3-4 лет)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	1	1	0	-
2.	Танец «Пчелка Майя»	39	3	36	педагогическое наблюдение, практическое задание
3.	Танец «Мамины помощники»	38	3	35	педагогическое наблюдение, практическое задание
4.	Закрепление и повторение изученного материала	12	1	11	педагогическое наблюдение, практическое задание
Итого		90	8	82	

### Содержание учебного плана (дети 3-4 лет)

#### Вводное занятие.

##### Занятие 1

Теория: Познакомить детей с хореографической студией, оборудованием, с правилами поведения на занятиях, правилами безопасного выполнения упражнений, структурой занятия. Познакомить с требованиями к внешнему виду.

#### Танец «Пчелка Майя».

##### Занятия 2-3

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений, рассказ «Что такое танец?», «Для чего мы танцуем?». Рассказ о первом танцевальном образе.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц спины. Изучение начальных элементов танца «Пчелка Майя».

##### Занятия 4-5

Теория: Знакомство с понятием «силовые упражнения».

Практика: Упражнения на укрепление мышцы спины – «лодочка», «муха», комплекс «червячок». Постановка танца «Пчелка Майя» - изученные элементы танца соединяем в движениях, выполняем по музыку 4 раза.

##### Занятия 6-7

Практика: «Веселая разминка». Силовые упражнения на руки – «зайчик прыгал», «улитка». Выявление самых активных детей, определение их места в линии. Повторение изученных движений танца «Пчелка Майя».

##### Занятия 8-9

Практика: «Веселая разминка». Ходы - простой, на полупальцах, боковой, приставной, боковой ход «припадание» по VI позиции, беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад. Отработка синхронности начала танца «Пчелка Майя».

##### Занятия 10-11

Практика: «Веселая разминка». Отработка подскоков; припадания; бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности начала танца «Пчелка Майя»

##### Занятия 12-13

Практика: «Веселая разминка». Отработка движений «ключик», «ковырялочка» вперед и назад, пружинка с поворотом, приставные шаги в сторону. Отработка синхронности движений в танце, работа в парах.

##### Занятия 14-15

Теория: Рассказ о манере исполнения. Рассказ о средствах выразительности в танце - мимика и жесты

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце.

##### Занятия 16-17

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «роет землю старый крот». Изучения рисунка второй части танца «Пчелка Майя».

### **Занятия 18-19**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «роет землю старый крот». Повторение - боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками (хороводный), хлопки, движение с выставлением ноги на носок. Отработка финальных движений в танце.

### **Занятия 20-21**

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце «Пчелка Майя».

### **Занятия 22-23**

Практика: «Веселая разминка». Повторение - подскоки; припадания; бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности движений в танце, закрепление изученного танца «Пчелка Майя»

### **Занятие 25-26**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Роет землю старый крот».

### **Занятия 27-28**

Практика: «Веселая разминка». Движение «ключик», «ковырялочка» вперед и назад, пружинка с поворотом, приставные шаги в сторону. Отработка синхронности движений в танце

### **Занятия 29-30**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Роет землю старый крот». Отработка навыка по сигналу занимать четко отведенные места на «сцене»

### **Занятия 31-32**

Практика: «Веселая разминка». Отработка - подскоки; тройные прыжки, бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности движений в танце. Отработка навыка по сигналу занимать четко отведенные места на «сцене»

### **Занятия 33-34**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Усложнение танца сольной частью вначале и рисунком-«коробочкой» в конце (без музыки).

### **Занятия 35-36**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Тетя, тетя кошка, выгляни в окошко». Отработка сольной части танца «Пчелка Майя» в начале и рисунком-коробочкой в конце (отработка под музыку).

### **Занятия 37-38**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Тетя, тетя кошка, выгляни в окошко». Отработка сольной части танца «Пчелка Майя» в начале и рисунком-коробочкой в конце (отработка под музыку).

### **Занятия 39**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

### **Занятие 40**

Практика: открытое занятие для родителей

### **Танец «Мамины помощники».**

### **Занятия 41**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений. Рассказ «Что такое классический танец?».

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону. Отработка первой позиции ног в классическом танце. Движение классического танца «Demi plie».

### **Занятия 42-43**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону. Отработка первой позиции ног в классическом танце. Движение классического танца «Demi plie».

#### **Занятия 44-45**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положении лежа, отработка танцевального шага - «Лошадка», «Гуси», «Воробушки». Знакомство с танцевальным шагом «Пингвины». Танцевальная игра «Буги-Вуги». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под счет.

#### **Занятия 46-47**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положении лежа, отработка танцевального шага - «Лошадка», «Гуси», «Воробушки». Знакомство с танцевальным шагом «Пингвины». Танцевальная игра «Буги-Вуги». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под счет.

#### **Занятия 48-49**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Повторение изученных танцевальных шагов. Танцевальная игра «Пяточка - носочек», «Веселый каблучок». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под счет.

#### **Занятия 50-51**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками в танце. Танцевальная игра «Мы пойдем по кругу». Танцевальная игра «Буги- Вуги». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под музыку.

#### **Занятия 52-53**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком на полупальцах. Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под музыку.

#### **Занятия 54-55**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками на полупальцах с поворотом в одну и другую сторону. Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под музыку.

#### **Занятия 56-57**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Повторение изученных танцевальных шагов. Знакомство с прыжком в танце «Звездочка», повторение изученных прыжков. Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Соединение всех изученных элементов танца «Мамины помощники» в танцевальную композицию.

#### **Занятия 58-59**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком «Звездочка с хлопком», повторение изученных прыжков. Повторение всех изученных элементов танца «Мамины помощники» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 60-61**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком на полупальцах на одной и другой ноге с вытянутыми руками в сторону. Повторение всех изученных элементов танца «Мамины помощники» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 62-63**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками из полуприседа вверх. Повторение всех изученных элементов танца «Мамины помощники» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 64-65**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги и прыжки по кругу. Знакомство с легким танцевальным бегом. Повторение танца «Мамины помощники».

### **Занятия 66-67**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу. Рассказ о элементах в классическом танце. Повторение танца «Мамины помощники»

### **Занятия 68-69**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону. Повторение танца «Мамины помощники».

### **Занятия 70-71**

Теория: Рассказ о манере исполнения. Рассказ о средствах выразительности в танце - мимика и жесты

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце.

### **Занятия 72-73**

Практика: «Веселая разминка». Танцевальная игра «Мы пойдем по кругу». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка синхронности движений в танце.

### **Занятия 74-75**

Практика: «Веселая разминка». Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка синхронности движений в танце.

### **Занятия 76-77**

Практика: Веселая разминка». Повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

### **Занятия 78**

Практика: открытое занятие для родителей

## **Закрепление и повторение изученного материала**

### **Занятия 79-80**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

### **Занятия 81-82**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 83-84**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 85-86**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 87-88**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 89-90**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

## **Учебный план (дети 4-5 лет)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие	1	1	0	-
6.	Танец «Поварята»	39	3	36	педагогическое наблюдение, практическое задание открытое занятие
7.	Танец «Стиляги»	38	3	35	педагогическое наблюдение, практическое задание, открытое занятие
8.	Закрепление и повторение изученного материала	12	1	11	педагогическое наблюдение, практическое задание

Итого	90	8	82	
-------	----	---	----	--

## Содержание учебного плана (дети 4-5 лет)

### **Вводное занятие.**

#### **Занятие 1**

Теория: Познакомить детей с хореографической студией, оборудованием, с правилами поведения на занятиях, правилами безопасного выполнения упражнений, структурой занятия. Познакомить с требованиями к внешнему виду.

### **Танец «Поварята».**

#### **Занятия 2-3**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений, рассказ «Что такое танец?», «Для чего мы танцуем?». Рассказ о первом танцевальном образе.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц спины. Изучение начальных элементов танца «Поварята».

#### **Занятия 4-5**

Теория: Знакомство с понятием «силовые упражнения».

Практика: Упражнения на укрепление мышцы спины – «лодочка», «муха», комплекс «червячок». Постановка танца «Поварята» - изученные элементы танца соединяем в движениях, выполняем по музыку 4 раза.

#### **Занятия 6-7**

Практика: «Веселая разминка». Силовые упражнения на руки – «зайчик прыгал», «улитка». Выявление самых активных детей, определение их места в линии. Повторение изученных движений танца «Поварята».

#### **Занятия 8-9**

Практика: «Веселая разминка». Ходы - простой, на полупальцах, боковой, приставной, боковой ход «припадание» по VI позиции, беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад. Отработка синхронности начала танца «Поварята».

#### **Занятия 10-11**

Практика: «Веселая разминка». Отработка подскоков; припадания; бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности начала танца «Поварята»

#### **Занятия 12-13**

Практика: «Веселая разминка». Отработка движений «ключик», «ковырялочка» вперед и назад, пружинка с поворотом, приставные шаги в сторону. Отработка синхронности движений в танце, работа в парах.

#### **Занятия 14-15**

Теория: Рассказ о манере исполнения. Рассказ о средствах выразительности в танце - мимика и жесты

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 16-17**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «роет землю старый крот». Изучения рисунка второй части танца «Поварята».

#### **Занятия 18-19**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «роет землю старый крот». Повторение - боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками (хороводный), хлопки, движение с выставлением ноги на носок. Отработка финальных движений в танце.

#### **Занятия 20-21**

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце «Поварята».

#### **Занятия 22-23**

Практика: «Веселая разминка». Повторение - подскоки; припадания; бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности движений в танце, закрепление изученного танца «Поварята»

#### **Занятие 25-26**



Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Роет землю старый крот».

#### **Занятия 27-28**

Практика: «Веселая разминка». Движение «ключик», «ковырялочка» вперед и назад, пружинка с поворотом, приставные шаги в сторону. Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 29-30**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Роет землю старый крот». Отработка навыка по сигналу занимать четко отведенные места на «сцене»

#### **Занятия 31-32**

Практика: «Веселая разминка». Отработка - подскоки; тройные прыжки, бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности движений в танце. Отработка навыка по сигналу занимать четко отведенные места на «сцене»

#### **Занятия 33-34**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Усложнение танца сольной частью вначале и рисунком-«коробочкой» в конце (без музыки).

#### **Занятия 35-36**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Тетя, тетя кошка, выгляни в окошко». Отработка сольной части танца «Поварята» в начале и рисунком-коробочкой в конце (отработка под музыку).

#### **Занятия 37-38**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Тетя, тетя кошка, выгляни в окошко». Отработка сольной части танца «Поварята» в начале и рисунком-коробочкой в конце (отработка под музыку).

#### **Занятия 39**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

#### **Занятие 40**

Практика: открытое занятие для родителей

### **Танец «Стиляги».**

#### **Занятия 41**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону. Отработка первой позиции ног в классическом танце. Движение классического танца «Demi plie».

#### **Занятия 42-43**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону. Отработка первой позиции ног в классическом танце. Движение классического танца «Demi plie».

#### **Занятия 44-45**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положении лежа, отработка танцевального шага - «Лошадка», «Гуси», «Воробушки». Знакомство с танцевальным шагом «Пингвины». Танцевальная игра «Буги-Вуги». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под счет.

#### **Занятия 46-47**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положении лежа, отработка танцевального шага - «Лошадка», «Гуси», «Воробушки». Знакомство с танцевальным шагом «Пингвины». Танцевальная игра «Буги-Вуги». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под счет.

#### **Занятия 48-49**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Повторение изученных танцевальных шагов. Танцевальная игра

«Пяточка - носочек», «Веселый каблучок». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под счет.

#### **Занятия 50-51**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками в танце. Танцевальная игра «Мы пойдем по кругу». Танцевальная игра «Буги- Вуги». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под музыку.

#### **Занятия 52-53**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком на полупальцах. Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под музыку.

#### **Занятия 54-55**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками на полупальцах с поворотом в одну и другую сторону. Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка элементов танца «Мамины помощники» под музыку.

#### **Занятия 56-57**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Повторение изученных танцевальных шагов. Знакомство с прыжком в танце «Звездочка», повторение изученных прыжков. Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Соединение всех изученных элементов танца «Мамины помощники» в танцевальную композицию.

#### **Занятия 58-59**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком «Звездочка с хлопком», повторение изученных прыжков. Повторение всех изученных элементов танца «Мамины помощники» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 60-61**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком на полупальцах на одной и другой ноге с вытянутыми руками в сторону. Повторение всех изученных элементов танца «Мамины помощники» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 62-63**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками из полуприседа вверх. Повторение всех изученных элементов танца «Мамины помощники» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 64-65**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги и прыжки по кругу. Знакомство с легким танцевальным бегом. Повторение танца «Мамины помощники».

#### **Занятия 66-67**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу. Рассказ о элементах в классическом танце. Повторение танца «Мамины помощники»

#### **Занятия 68-69**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону. Повторение танца «Мамины помощники».

#### **Занятия 70-71**

Теория: Рассказ о манере исполнения. Рассказ о средствах выразительности в танце - мимика и жесты

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 72-73**

Практика: «Веселая разминка». Танцевальная игра «Мы пойдем по кругу». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 74-75**

Практика: «Веселая разминка». Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 76-77**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

#### **Занятия 78**

Практика: открытое занятие для родителей

### **Закрепление и повторение изученного материала**

#### **Занятия 79-80**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

#### **Занятия 81-82**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

#### **Занятия 83-84**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

#### **Занятия 85-86**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

#### **Занятия 87-88**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

#### **Занятия 89-90**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Учебный план (дети 5-6 лет)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие	1	1	0	-
	Танец «Танец дождя»	39	3	36	педагогическое наблюдение, практическое задание, открытое занятие
	Танец «Дружба народов»	38	3	35	педагогическое наблюдение, практическое задание, открытое занятие
	Закрепление и повторение изученного материала	12	1	11	педагогическое наблюдение, практическое задание
	Итого	90	8	82	

### **Содержание учебного плана (дети 5-6 лет)**

#### **Вводное занятие.**

##### **Занятие 1**

Теория: Познакомить детей с хореографической студией, оборудованием, с правилами поведения на занятиях, правилами безопасного выполнения упражнений, структурой занятия. Познакомить с требованиями к внешнему виду.

#### **Танец «Танец дождя».**

##### **Занятия 2-3**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений, рассказ «Что такое танец?», «Для чего мы танцуем?». Рассказ о первом танцевальном образе.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц спины. Изучение начальных элементов танца «Танец дождя».

#### **Занятия 4-5**

Теория: Знакомство с понятием «силовые упражнения».

Практика: Упражнения на укрепление мышцы спины – «лодочка», «муха», комплекс «червячок». Постановка танца «Танец дождя» - изученные элементы танца соединяем в движениях, выполняем по музыку 4 раза.

#### **Занятия 6-7**

Практика: «Веселая разминка». Силовые упражнения на руки – «зайчик прыгал», «улитка». Выявление самых активных детей, определение их места в линии. Повторение изученных движений танца «Танец дождя».

#### **Занятия 8-9**

Практика: «Веселая разминка». Ходы - простой, на полупальцах, боковой, приставной, боковой ход «припадание» по VI позиции, беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад. Отработка синхронности начала танца «Танец дождя», отработка навыков работы в паре

#### **Занятия 10-11**

Практика: «Веселая разминка». Отработка подскоков; припадания; бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности начала танца «Танец дождя», изучение второй части танца, отработка смены линий в диагональ

#### **Занятия 12-13**

Практика: «Веселая разминка». Отработка движений «ключик», «ковырялочка» вперед и назад, пружинка с поворотом, приставные шаги в сторону. Отработка синхронности движений в танце, работа в парах.

#### **Занятия 14-15**

Теория: Рассказ о манере исполнения. Рассказ о средствах выразительности в танце - мимика и жесты

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 16-17**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «роет землю старый крот». Изучения рисунка третьей части танца «Танец дождя». Отработка синхронности, работа в парах.

#### **Занятия 18-19**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «роет землю старый крот». Повторение - боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками (хороводный), хлопки, движение с выставлением ноги на носок. Отработка финальных движений в танце.

#### **Занятия 20-21**

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце «Танец дождя».

#### **Занятия 22-23**

Практика: «Веселая разминка». Повторение - подскоки; припадания; бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности движений в танце, закрепление изученного танца «Танец дождя»

#### **Занятие 25-26**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Роет землю старый крот».

#### **Занятия 27-28**

Практика: «Веселая разминка». Движение «ключик», «ковырялочка» вперед и назад, пружинка с поворотом, приставные шаги в сторону. Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 29-30**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Роет землю старый крот». Отработка навыка по сигналу занимать четко отведенные места на «сцене»

#### **Занятия 31-32**

Практика: «Веселая разминка». Отработка - подскоки; тройные прыжки, бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности движений в танце. Отработка навыка по сигналу занимать четко отведенные места на «сцене»

#### **Занятия 33-34**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Усложнение танца сольной частью вначале и рисунком-«коробочкой» в конце (без музыки).

#### **Занятия 35-36**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Тетя, тетя кошка, выгляни в окошко». Отработка сольной части танца «Танец дождя» в начале и рисунком-коробочкой в конце (отработка под музыку).

#### **Занятия 37-38**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Тетя, тетя кошка, выгляни в окошко». Отработка сольной части танца «Танец дождя» в начале и рисунком-коробочкой в конце (отработка под музыку).

#### **Занятия 39**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

#### **Занятие 40**

Практика: открытое занятие для родителей

### **Танец «Дружба народов».**

#### **Занятия 41**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону.

#### **Занятия 42-43**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону.

#### **Занятия 44-45**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положении лежа, отработка танцевального шага - «Лошадка», «Гуси», «Воробушки». Знакомство с танцевальным шагом «Пингвины». Танцевальная игра «Буги-Вуги». Отработка элементов танца «Дружба народов» под счет.

#### **Занятия 46-47**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положении лежа, отработка танцевального шага - «Лошадка», «Гуси», «Воробушки». Знакомство с танцевальным шагом «Пингвины». Танцевальная игра «Буги-Вуги». Отработка элементов танца «Дружба народов» под счет.

#### **Занятия 48-49**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Повторение изученных танцевальных шагов. Танцевальная игра «Пяточка - носочек», «Веселый каблучок». Отработка элементов танца «Дружба народов» под счет.

#### **Занятия 50-51**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками в танце. Танцевальная игра «Мы пойдем по кругу». Танцевальная игра «Буги- Вуги». Отработка элементов танца «Дружба народов» под музыку.

#### **Занятия 52-53**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком на полупальцах. Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Отработка элементов танца «Дружба народов» под музыку.

### **Занятия 54-55**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками на полупальцах с поворотом в одну и другую сторону. Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка элементов танца «Дружба народов» под музыку.

### **Занятия 56-57**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Повторение изученных танцевальных шагов. Знакомство с прыжком в танце «Звездочка», повторение изученных прыжков. Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Соединение всех изученных элементов танца «Дружба народов» в танцевальную композицию.

### **Занятия 58-59**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком «Звездочка с хлопком», повторение изученных прыжков. Повторение всех изученных элементов танца «Дружба народов» в танцевальной композиции.

### **Занятия 60-61**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком на полупальцах на одной и другой ноге с вытянутыми руками в сторону. Повторение всех изученных элементов танца «Дружба народов» в танцевальной композиции.

### **Занятия 62-63**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками из полуприседа вверх. Повторение всех изученных элементов танца «Дружба народов» в танцевальной композиции.

### **Занятия 64-65**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

Практика: «Веселая разминка». Упражнениями на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги и прыжки по кругу. Знакомство с легким танцевальным бегом. Повторение танца «Дружба народов».

### **Занятия 66-67**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу. Рассказ о элементах в классическом танце. Повторение танца «Дружба народов»

### **Занятия 68-69**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону. Повторение танца «Дружба народов».

### **Занятия 70-71**

Теория: Рассказ о манере исполнения. Рассказ о средствах выразительности в танце - мимика и жесты

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце.

### **Занятия 72-73**

Практика: «Веселая разминка». Танцевальная игра «Мы пойдем по кругу». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка синхронности движений в танце.

### **Занятия 74-75**

Практика: «Веселая разминка». Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка синхронности движений в танце.

### **Занятия 76-77**

Практика: Веселая разминка». Повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

### **Занятия 78**

Практика: открытое занятие для родителей

### **Закрепление и повторение изученного материала**

### **Занятия 79-80**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

### **Занятия 81-82**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 83-84**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 85-86**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 87-88**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 89-90**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Учебный план (дети 6-7 лет)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие	1	1	0	-
	Танец «Парикмахеры-Стилисты»	39	3	36	педагогическое наблюдение, практическое задание открытое занятие
	Танец «Спортивный чирлидинг»	38	3	35	педагогическое наблюдение, практическое задание, открытое занятие
	Закрепление и повторение изученного материала	12	1	11	педагогическое наблюдение, практическое задание
	Итого	90	8	82	

### **Содержание учебного плана (дети 6-7 лет)**

#### **Вводное занятие.**

#### **Занятие 1**

Теория: Познакомить детей с хореографической студией, оборудованием, с правилами поведения на занятиях, правилами безопасного выполнения упражнений, структурой занятия. Познакомить с требованиями к внешнему виду.

#### **Танец «Парикмахеры-Стилисты».**

#### **Занятия 2-3**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений, рассказ «Что такое танец?», «Для чего мы танцуем?». Рассказ о первом танцевальном образе. Знакомство с элементами рок-н-рола

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц спины. Изучение начальных элементов танца «Парикмахеры-Стилисты». Разучивание элементов рок-н-рола, освоение первых простых элементов ча-ча-ча.

#### **Занятия 4-5**

Теория: Знакомство с понятием «силовые упражнения».

Практика: Упражнения на укрепление мышцы спины – «лодочка», «муха», комплекс «червячок». Постановка танца «Парикмахеры-Стилисты» - изученные элементы танца соединяем в движениях. Разучивание элементов рок-н-рола, освоение первых простых элементов ча-ча-ча.

#### **Занятия 6-7**

Практика: «Веселая разминка». Силовые упражнения на руки – «зайчик прыгал», «улитка». Выявление самых активных детей, определение их места в линии. Повторение изученных движений танца «Парикмахеры-Стилисты». Разучивание элементов рок-н-рола, освоение первых сложных элементов ча-ча-ча, соединение рук и ног.

#### **Занятия 8-9**

Практика: «Веселая разминка». Ходы - простой, на полупальцах, боковой, приставной, боковой ход «припадание» по VI позиции, беговой шаг с отбрасыванием согнутых ног назад. Отработка синхронности начала танца «Парикмахеры-Стилисты», отработка навыков работы в паре. Разучивание элементов рок-н-рола, освоение первых сложных элементов ча-ча-ча, соединение рук и ног.

#### **Занятия 10-11**

Практика: «Веселая разминка». Отработка подскоков; припадания; бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности начала танца «Парикмахеры-Стилисты», изучение второй части танца. Разучивание элементов рок-н-рола, освоение первых сложных элементов ча-ча-ча, соединение рук и ног. Соединение двух танцевальных направлений, плавный переход, понятие о разных ритмах.

#### **Занятия 12-13**

Практика: «Веселая разминка». Отработка движений «ключик», «ковырялочка» вперед и назад, пружинка с поворотом, приставные шаги в сторону. Отработка синхронности движений в танце, работа в парах. Разучивание элементов рок-н-рола, освоение первых сложных элементов ча-ча-ча, соединение рук и ног. Соединение двух танцевальных направлений, плавный переход, понятие о разных ритмах.

#### **Занятия 14-15**

Теория: Рассказ о манере исполнения. Рассказ о средствах выразительности в танце - мимика и жесты

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 16-17**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «роет землю старый крот». Изучения рисунка третьей части танца «Парикмахеры-Стилисты». Отработка синхронности, работая в парах.

#### **Занятия 18-19**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «роет землю старый крот». Повторение - боковой галоп, шаг с вытянутыми носочками (хороводный), хлопки, движение с выставлением ноги на носок. Отработка финальных движений в танце.

#### **Занятия 20-21**

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце «Парикмахеры-Стилисты».

#### **Занятия 22-23**

Практика: «Веселая разминка». Повторение - подскоки; припадания; бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности движений в танце, закрепление изученного танца «Парикмахеры-Стилисты». Разучивание элементов рок-н-рола, освоение первых сложных элементов ча-ча-ча, соединение рук и ног. Соединение двух танцевальных направлений, плавный переход, понятие о разных ритмах.

#### **Занятие 25-26**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Роет землю старый крот».

#### **Занятия 27-28**

Практика: «Веселая разминка». Движение «ключик», «ковырялочка» вперед и назад, пружинка с поворотом, приставные шаги в сторону. Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 29-30**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Роет землю старый крот». Отработка навыка по сигналу занимать четко отведенные места на «сцене»

#### **Занятия 31-32**



Практика: «Веселая разминка». Отработка - подскоки; тройные прыжки, бег с вытянутыми носочками. Отработка синхронности движений в танце. Отработка навыка по сигналу занимать четко отведенные места на «сцене». Разучивание элементов рок-н-рола, освоение первых сложных элементов ча-ча-ча, соединение рук и ног. Соединение двух танцевальных направлений, плавный переход, понятие о разных ритмах.

#### **Занятия 33-34**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Усложнение танца сольной частью (без музыки).

#### **Занятия 35-36**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Тетя, тетя кошка, выгляни в окошко». Отработка сольной части танца «Парикмахеры-Стилисты» (отработка под музыку).

#### **Занятия 37-38**

Практика: «Веселая разминка». Активные силовые упражнения на спину и руки, растяжка на ковриках «Тетя, тетя кошка, выгляни в окошко». Отработка сольной части танца «Парикмахеры-Стилисты» (отработка под музыку).

#### **Занятия 39**

Практика: «Веселая разминка». Повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

#### **Занятие 40**

Практика: открытое занятие для родителей

### **Танец «Спортивный чирлидинг».**

#### **Занятия 41**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону.

#### **Занятия 42-43**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону.

#### **Занятия 44-45**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положении лежа, отработка танцевального шага - «Лошадка», «Гуси», «Воробушки». Знакомство с танцевальным шагом «Пингвины». Танцевальная игра «Буги-Вуги». Отработка элементов танца «Спортивный чирлидинг» под счет.

#### **Занятия 46-47**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положении лежа, отработка танцевального шага - «Лошадка», «Гуси», «Воробушки». Знакомство с танцевальным шагом «Пингвины». Танцевальная игра «Буги-Вуги». Отработка элементов танца «Спортивный чирлидинг» под счет.

#### **Занятия 48-49**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Повторение изученных танцевальных шагов. Танцевальная игра «Пяточка - носочек», «Веселый каблучок». Отработка элементов танца «Спортивный чирлидинг» под счет.

#### **Занятия 50-51**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками в танце. Танцевальная игра «Мы пойдем по кругу». Танцевальная игра «Буги- Вуги». Отработка элементов танца «Спортивный чирлидинг» под музыку.

#### **Занятия 52-53**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком на полупальцах.

Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Отработка элементов танца «Спортивный чирлидинг» под музыку.

#### **Занятия 54-55**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками на полупальцах с поворотом в одну и другую сторону. Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка элементов танца «Спортивный чирлидинг» под музыку.

#### **Занятия 56-57**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Повторение изученных танцевальных шагов. Знакомство с прыжком в танце «Звездочка», повторение изученных прыжков. Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Соединение всех изученных элементов танца «Спортивный чирлидинг» в танцевальную композицию.

#### **Занятия 58-59**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком «Звездочка с хлопком», повторение изученных прыжков. Повторение всех изученных элементов танца «Спортивный чирлидинг» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 60-61**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжком на полупальцах на одной и другой ноге с вытянутыми руками в сторону. Повторение всех изученных элементов танца «Спортивный чирлидинг» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 62-63**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги. Знакомство с прыжками из полуприседа вверх. Повторение всех изученных элементов танца «Спортивный чирлидинг» в танцевальной композиции.

#### **Занятия 64-65**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на коврике. Танцевальные шаги и прыжки по кругу. Знакомство с легким танцевальным бегом. Повторение танца «Спортивный чирлидинг».

#### **Занятия 66-67**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу. Рассказ о элементах в классическом танце. Повторение танца «Спортивный чирлидинг»

#### **Занятия 68-69**

Практика: «Веселая разминка». Упражнения на укрепление мышц в положение стоя. Упражнения на ковриках. Танцевальные шаги, прыжки и легкий бег по кругу в одну и другую сторону. Повторение танца «Спортивный чирлидинг».

#### **Занятия 70-71**

Теория: Рассказ о манере исполнения. Рассказ о средствах выразительности в танце - мимика и жесты

Практика: «Веселая разминка». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 72-73**

Практика: «Веселая разминка». Танцевальная игра «Мы пойдем по кругу». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 74-75**

Практика: «Веселая разминка». Танцевальная игра «Попрыгаем и прогоним лень». Танцевальная игра «Три хлопка над головой». Отработка синхронности движений в танце.

#### **Занятия 76-77**

Практика: Веселая разминка». Повторение изученного материала. Подготовка к отчетному концерту.

## **Занятия 78**

Практика: открытое занятие для родителей

## **Закрепление и повторение изученного материала**

### **Занятия 79-80**

Теория: Повторить правила безопасного поведения и правила безопасного выполнения упражнений.

### **Занятия 81-82**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 83-84**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 85-86**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 87-88**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).

### **Занятия 89-90**

Практика: Повторение изученного материала, полученного в течение учебного года. Выступления на открытых мероприятиях города, участие в тематических праздниках (по плану).