

Министерство образования и науки Алтайского края
Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение для обучающихся,
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Новоалтайская общеобразовательная школа-интернат»

РАССМОТРЕНО
заседание МС
протокол №1 от 29.08.2024

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
протокол №6 от 30.08.2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы-интерната

приказ № 124 от 30.08.2024

**Рабочая программа
дополнительного образования
по хореографии**

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Хореография» разработана с учетом индивидуальных особенностей психического развития воспитанников с ОВЗ и на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Закона РФ от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании»
- Оперативные Федеральные государственные образовательные стандарты для детей с ограниченными возможностями здоровья
- Международная Конвенция "О правах ребенка" от 20 ноября 1989 года
- Письма Минобробразования РФ от 22 января 1998 г «Об учителях-логопедах и педагогах-психологах учреждений образования»
- Письма Минобробразования РФ от 27 июня 2003 года №28-51-513/16 «Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования»
- Письма Министерства образования и науки РФ от 18 апреля 2008 года № АФ- 150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ОВЗ и детьми инвалидами»
- Постановлением Правительства РФ от 19 марта 2001 г. № 196 «Об утверждении Типового положения об общеобразовательном учреждении» (с изменениями от 23 декабря 2002 года, 20 июля 2007 года, 18 августа 2008 года, 10 марта 2009 года).

Учебный курс «Хореография» направлен на формирование общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, подкрепленных практическими занятиями и показательными выступлениями.

Цель программы: разностороннее физическое и духовное развитие детей, формирование их осознанного отношения к здоровому образу жизни, развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся.

Задачи программы:

- ознакомление с различными направлениями танца;
- овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения;
- развитие общей музыкальности, чувства ритма, художественного вкуса.

Помимо образовательных задач, которые определяются для каждого года обучения, программа решает ряд воспитательных задач, не теряющих своей актуальности для любого года обучения:

- формирование навыков здорового образа жизни, коммуникативных навыков и культуры поведения;
- стимулирование интереса к творческим видам деятельности;
- воспитание внимательности, инициативности, стремления к саморазвитию.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Рабочая программа учебного курса «Хореография» направлена на выявление и развитие творческих способностей каждого ученика приходящего на уроки хореографии. Необходимость знаний, заложенных в программе, обусловлена тем, что первостепенной задачей педагога в процессе обучения стоят воспитательные функции, формирующие интерес к занятиям танцем как потребность воспитания красоты и грациозности фигуры, как условия комфортности общения. Используемые танцевальные движения оказывают положительное влияние на здоровье детей. Воздействуя на мышечную систему, упражнения повышают двигательную активность, улучшается подвижность суставов, происходит восстановление после стрессовых ситуаций. Учебный курс изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, закрепленных практическими занятиями, изучением танцевальных композиций и публичного выступления.

Учебный курс «Хореография» является одним из курсов внеурочной деятельности школьников. Его направление реализует общекультурное воспитание. Этот предмет помогает учащимся не только развивать навыки и умения, но получать социальные и общекультурные знания.

Место курса внеурочной деятельности в плане внеурочной деятельности

Объем учебного времени, предусмотренный планом внеурочной деятельности образовательного учреждения на реализацию курса внеурочной деятельности «Хореография».

группа/количество часов	1 группа	2 группа	3 группа
Количество часов (на год)	102	103	102
Недельная нагрузка	3	3	3

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе реализации программы у обучающихся формируются познавательные, личностные, коммуникативные навыки.

Личностными результатами изучения курса внеурочной деятельности «Хореография» являются:

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей. У учащихся формируются умения:
 - высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
 - решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
 - проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни класса, школы (музыкальные вечера, концерты).

Метапредметными результатами:

- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни класса, школы, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

Познавательные УУД:

- владение широким арсеналом танцевальных двигательных действий и основных хореографических упражнений, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности;
- знание по истории и развитию различных танцевальных направлений, балета, ациклических видов спорта, связанных с видами спортивного искусства и о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;
- знание об индивидуальных особенностях физического развития;
- знание о функциональных возможностях организма.

Коммуникативные УУД:

- формировать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение приносило позитивные эмоции;
- развивать навыки взаимодействия в группе;
- развивать вербальные и невербальные навыки общения посредством танцевальных движений под музыкальное сопровождение;
- умение танцевать в коллективе.
- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;

- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства;
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства.

Регулятивные УУД:

- формирование способности личности к целеполаганию и построению жизненных планов во временной перспективе;
- развитие регуляции спортивно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

У учащихся формируются умения:

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства;
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства.

видов искусства.

Содержание программы курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности состоит из 3-х разделов:

- теоретический раздел - формирует систему знаний об истории развития танцевального творчества различных эпох;
- практический раздел (практические занятия);
- контрольный раздел, цель которого - объективное выявление знаний и навыков учащихся по результатам их учебной и практической деятельности.

Тема	Содержание курса
Основы знаний о развитии Черлидинга, ТБ.	Инструкция для занимающихся (требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю, к одежде занимающихся). Правила личной гигиены на занятиях и в быту. Профилактика травматизма. Знакомство с программой.
Программа «Чир».	Разучивание базовых положений: рук, ног, выпадов, стоек. Разучивание простых кричалок, подвижные игры. Базовые положения кистей рук - клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: класп и кэп. Базовые положения ног - ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног. Выпады: стоя вперед, стоя в стороны, стоя назад. Стойки: на коленях, на правом левом колене, на колене - другая нога в сторону на носок, стойка на колене - другая нога согнута в сторону.
Программа «Чир».	Простые кричалки. Виды движений под музыку. Упражнения на выносливость, гибкость, координацию
Программа «Данс»	Прогрессия обучения, техника выполнения, уровни сложности. обязательные элементы: шпагаты, лип - прыжки, чир - прыжки.

	Танцевальные шаги.
Пирамиды.	Правила построения пирамид. Методика обучения, виды пирамид.
Виды пируэтов.	Уровни сложности. Методика обучения пируэтам.
Постановочная работа	Показательные выступления перед учащимися и их родителями.
Знакомство с историей танца. Подготовительные упражнения.	Положение ног, рук, головы и корпуса. Поклон. Движения рук: раскрытие в сторону, переводы из стороны в сторону, скрещивание перед грудью, движения рук с платочком.
Освоение приемов движения.	Ходы и основные движения: простой шаг, переменный ход, виды танцевального бега, виды проходов, боковые ходы («припадание», «гармошка», «елочка»).
Освоение основных движений и элементов танца и пляски.	Дроби: дробная дорожка, дробь с подскоком, дробь с подскоком и переступанием. «Веребочка»: простая, с переступанием. «Моталочка». «Молоточки». «Ковырялочка».
Работа над музыкально-пространственными композициями.	Понятие в выборе музыкальной композиции. Прослушивание различных композиций, выбор композиций, передача ритма музыки.
Творческие задания	Придумать новые движения. Импровизация.
Постановочная работа	Показательные выступления перед учащимися и их родителями.
Знакомство с историей танца. «Украинский народный танец», «Молдавский народный танец», «Польский народный танец». Основные движения.	Просмотр видео. Положение ног, рук, головы и корпуса. Поклон. Движения рук: раскрытие в сторону, переводы из стороны в сторону.
Освоение приемов движения.	Теория движения в танце. Украинский народный танец: Медленный женский ход. Ход назад с остановкой на третьем шаге. «Веребочка» простая и двойная. «Тынок» (перескок с ноги на ногу). Молдавский народный танец: Положение ног. Положения рук в сольном и массовом танцах. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением). Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед. Польский народный танец: Позиции и положения ног. Положения рук в танце. Волнообразное движение руки. «Ключ» - удар каблуками.
Освоение основных движений и элементов танца и пляски.	Украинский народный танец: «Выступцы» (подбивание одной ногой другую). Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Положения рук в парном и массовом танце. Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские). Притопы. «Бегунец». «Г олубец» на месте и с продвижением в сторону. Польский народный танец: Шаг в сторону в полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции

	(рав balance). "Перебор" - 3 переступания на месте по 1-й позиции. Основной ход мазурки (рав gala). Легкий бег (рав marche).
Творческие задания.	Придумать новые движения. Импровизация.
Постановочная работа.	Показательные выступления перед учащимися и их родителями.
История возникновения хип- хоп-аэробики, основные стили.	Просмотр видео. Принципы движений хип-хоп-аэробики. «Old school»-«старая школа», танцевальная база-элементы брейк- данса; «Groovin»- «чувства , выраженные в движении», отталкиваясь от музыки стиля R&B, движения с большой амплитудой; «House» - Органичность этого танцевального направления заложена в музыке хаус, в основе которой лежит синкопированный бит, свойственный латиноамериканской музыке. Базовые движения рук и ног.
Общая физическая подготовка.	Упражнения на развитие силовых качеств. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на гибкость. Основной набор упражнений: «складочка», «бабочка», «рыбка», «мостик», перекаты на спине, «крабик».
Общая физическая подготовка.	Упражнения на растягивани: выпады; шпагаты: продольный левый, продольный правый, поперечный, «захват ноги», «мах в кольцо». Основной набор упражнений: подтягивания, отжимания, приседания, бег, прыжки, подвижные игры.
Освоение приемов движения в направления хип хоп: «Old school», «Groovin», «House».	Практические занятия с музыкальным сопровождением. Учащиеся отрабатывают данный вид движения, согласовывая с музыкой. «Изоляция»-движение, осуществляемое одной частью тела в одном суставе при неподвижном положении другой. «Оппозиция»-движение, намеренно нарушающее прямую линию с целью противопоставления одной части тела другой. «Противодвижение» - (вариант оппозиции) - движение одной части тела навстречу другой. «Мультипликация» - одно движение, раскладывающееся на множество составляющих за одну ритмическую единицу.
Работа над музыкально-пространственными композициями	Понятие в выборе музыкальной композиции. Прослушивание различных композиций, выбор композиций, передача ритма музыки
Постановочная работа	Показательные выступления перед учащимися и их родителями.
Исторический бальный танец 18-19 в. Полонез. Бальная мазурка. Вальс.	Просмотр видеоматериалов по данной теме, их анализ и сравнение в изменении исполнения бальных танцев, их совершенствование. Коллективное прослушивание музыкальных произведений данной эпохи. Находить материал об изменении танцевального костюма. Ознакомление и изучение танцевальных движений в ансамбле, парах.
Освоение приемов движения.	Позиции ног- 1,2,3,5. Позиции рук - 1,2,3, подготовительная. Деми плие, гранд плие. Батман тандю. Батман тандю жете. Рон де жамб э тер (андеор, андедан.) Пор де бра. Прыжки (соте, эшафе)

Освоение основных движений и элементов танца.	Реверансы и поклоны. Изучение танца «Полонез». Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев. Работа над качеством исполнения танцевальных движений индивидуальная и мелкогрупповая. Изучение вальсового шага.
Творческие задания.	Используя движения, разученные на занятиях. Этюд «ВЕЧНА». Массовая импровизация. Музыка Э. Грига «Весной». Ученикам предлагается выразить настроение, связанное с весной, через разные образы: подснежника, ручейка, птицы, кораблика - по желанию ребят.
Постановочная работа	Парный танец Вальс на выпускной бал.

Форма подведения итогов:

Праздничные мероприятия, театральные постановки.

Средства контроля

Формой текущего контроля творческих достижений ребёнка являются:

- этюды;
- упражнения;
- индивидуальные практические работы;
- выступления на школьных мероприятиях;
- открытые занятия;
- зачётно - демонстрационные уроки;
- участие в конкурсах и фестивалях различного уровня.

Учебно-тематический план – 1, 3 группа

№	Наименование раздела	Количество часов рабочей программы
1	Черлидинг.	27 ч.
2	Русско-народный сценический танец.	21 ч.
3	Народно-сценический танец.	54 ч.
	Итого	102 ч.

Учебно-тематический план – 2 группа

№	Наименование раздела	Количество часов рабочей программы
1	Хип-хоп-аэробика.	48 ч.
2	Бальный танец.	55 ч.
	Итого	103 ч.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение внеурочной деятельности

- музыкальный центр;
- форма одежды для занятий;
- специально оборудованный класс;
- музыкальный материал.

Список используемой литературы

- Алексеева О.И. Народная хореография как составная компонента музыкального фольклорного наследия. // Наука. Искусство. Культура. 2014. № 3. С. 34-41.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. - СПб.: "ЛЮКСИ", "РЕСПЕКС", 1996. - 256 с.
- Бахрушина Н.А. Реализация инклюзии на занятиях по хореографии в

общеобразовательной школе. // Вестник УГУЭС. Наука, образование, экономика. 2013. № 1(3)С. 124-128.

- Ваганова А.Я.: Основы классического танца. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
- Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М.: Владос, 2003
- Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. - М.: Владос, 2002
- Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Этюды. - М.: Владос, 2004
- Звездочкин В.А.: Классический танец. - Ростов на/Д: Феникс, 2003
- Климов А.А.: Основы русского народного танца. - М.: МГУКИ, 2004
- Костровицкая В.С.: Школа классического танца. - Л.: Искусство, 1986.
- Курников Д.В. Современная хореография как средство саморазвития личности. // Вестник новосибирского государственного педагогического университета. 2012. № 2. Том 6. С. 87-91.
- Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. - М.: Мой мир, 2008
- Лисицкая Т.С.: Хореография в гимнастике. - М.: Физкультура и спорт, 1984
- Лифиц И.В.: Ритмика. - М.: Академия, 1999
- Лопухов А.В.: Основы характерного танца. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
- Лукьянова Е.А.: Дыхание в хореографии. - М.: Искусство, 1989
- Мессерер А.: Уроки классического танца. - СПб.: Лань, 2004
- Насыбуллина Э.М. Роль народной хореографии в современной системе образования. // Известия Южного федерального Университета. Технические науки. 2012. № 10. Том 135. С. 236-241.
- Румба О.Г.: Основы хореографической грамотности в художественной гимнастике. - Белгород: ПОЛИТЕРРА, 2008
- Словарь терминов гимнастики и основ хореографии / Авторы-составители: А.И. Рябчиков и ЖЕ. Фирилева. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009. - 288 с.
- Чибрикова-Луговская А.Е.: Ритмика. - М.: Дрофа, 1998
- Шипилина И.А.: Хореография в спорте. - Ростов на/Д: Феникс, 2004

Календарно-тематическое планирование, 1, 3 группа (102 ч)

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата	Вид внеурочной деятельности
	Раздел 1. Черлидинг.	27		
1	Инструктаж по ТБ.	1		Познавательная
2	Основные понятия: черлидинг, зал, акробатика, пируэты и т.д.	1		Познавательная
3	Базовые положения кистей pp, основные И.п.	1		Досугово-развлекательная
4	Основные хлопки- клап, кэп.	1		Спортивно- оздоровительная
5	Базовые положения ног(вместе-врозь, скрестно)	1		Спортивно- оздоровительная
6	Выпады (вперед, назад, встороны)	1		Спортивно- оздоровительная
7	Стойки (на коленях, одном колене правом- левом).	1		Спортивно- оздоровительная
8	Кричалки (разучивание).	1		Досугово-развлекательная
9	Шпагаты, лип на месте.	1		Спортивно- оздоровительная
10	Полушпагаты, прыжки в движении	1		Спортивно- оздоровительная
11	Основные танцевальные шаги на месте.	1		Спортивно- оздоровительная
12	Основные танцевальные шаги - перестроения.	1		Спортивно- оздоровительная
13	Постановка танцевальной композиции с включением прыжков и полушпагатов.	1		Познавательная

14	Правила построения пирамид, виды (ознакомление)	1		Познавательная
15	Пирамиды: работа в парах.	1		Познавательная
16	Акробатические элементы в тройках.	1		Спортивно- оздоровительная
17	Составление пирамид в группах.	1		Досугово-развлекательная
18	Воспроизведение пирамид под музыкальное сопровождение.	1		Досугово- развлекательная
19	Постановка танцевальной композиции с включением пирамид и прыжков.	2		Познавательная
20	Виды пируэтов, уровни сложности (ознакомление).	1		Познавательная
21	Все виды пируэтов под музыкальное сопровождение.	1		Познавательная
22	Этюды.	2		Познавательная
23	Танцевальные связки с прыжками.	1		Спортивно- оздоровительная
24	Постановка танцевальной композиции с включением пируэтов, шпагатов, прыжков.	2		Досугово-развлекательная
	Раздел 2. Русско-народный сценический танец.	21		
1	Инструктаж по ТБ	1		Познавательная
2	Знакомство с историей танца. Подготовительные упражнения.	1		Познавательная
3	Ходы и основные движения: виды проходок.	1		Досугово-развлекательная
4	Ходы и основные движения: простой шаг.	1		Спортивно- оздоровительная

5	Ходы и основные движения: переменный ход,	1		Спортивно- оздоровительная
6	Ходы и основные движения: виды танцевального бега,	1		Спортивно- оздоровительная
7	Ходы и основные движения: боковые ходы («припадание», «гармошка», «елочка»).	1		Спортивно- оздоровительная
8	Освоение основных движений и элементов танца и пляски (основные понятия).	1		Спортивно- оздоровительная
9	Дроби: дробная дорожка.	1		Спортивно- оздоровительная
10	Дроби: дробь с подскоком.	1		Досугово-развлекательная
11	Дроби: дробь с подскоком и переступанием.	1		Спортивно- оздоровительная
12	Дроби: Веревоочка»: простая, с переступанием. «Моталочка».	1		Спортивно- оздоровительная
13	«Моталочка». «Молоточки». «Ковырялочка».	1		Спортивно- оздоровительная
14	Прослушивание различных композиций, обсуждение. Подбор танцевальных движений.	1		Познавательная
15	Выбор композиций и подбор образа и роли в танце.	1		Спортивно- оздоровительная
16	Придумать новые движения. Импровизация.	1		Досугово-развлекательная
17	Постановочная работа. Танец русский народный.	1		Познавательная
18	Русский народный танец(отработка синхронности).	1		Познавательная
19	Новогодний танец (постановка).	2		Досугово-развлекательная
20	Новогодний танец (отработка синхронности).	1		Досугово- развлекательная

	Раздел 3. Народно-сценический танец.	54	
1	Инструктаж по ТБ.	1	Познавательная
2	Основные понятия: танец, зал, хореография.	2	Познавательная
3	Знакомство с историей танца (украинский, молдавский).	3	Досугово-развлекательная
4	Знакомство с историей танца: «Польский народный танец». Основные движения.	2	Спортивно- оздоровительная
5	Украинский народный танец: Медленный женский ход.	2	Спортивно- оздоровительная
6	Ход назад с остановкой на третьем шаге.	2	Спортивно- оздоровительная
7	«Веревочка» простая и двойная. «Тынок» (перескок с ноги на ногу).	2	Спортивно- оздоровительная
8	Молдавский народный танец: Положение ног. Положения рук в сольном и массовом танцах.	2	Спортивно- оздоровительная
9	Польский народный танец: Позиции и положения ног. Положения рук в танце. Волнообразное движение руки.	2	Спортивно- оздоровительная
10	Украинский народный танец: «Выступцы» (подбивание одной ногой другую).	2	Спортивно- оздоровительная
11	Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Положения рук в парном и массовом танце.	2	Досугово-развлекательная
12	Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские).	2	Спортивно- оздоровительная
13	Притопы. «Бегунец». «Голубец» на месте и с продвижением в сторону.	2	Спортивно- оздоровительная

14	Польский народный танец: Шаг в сторону в полуприседании (рав balance).	2		Спортивно- оздоровительная
15	«Перебор» - 3 переступания на месте по 1-й позиции.	2		Спортивно- оздоровительная
16	Основной ход мазурки (рав gala).	2		Спортивно- оздоровительная
17	Основной ход мазурки (рав gala)-повторение. Легкий бег (рав marche).	2		Познавательная
18	Придумать новые движения. Импровизация.	3		Спортивно- оздоровительная
19	Придумать новые движения под муз. сопровождение в парах.	2		Досугово-развлекательная
20	Придумать новые движения в группах.	2		Досугово- развлекательная
21	Импровизация под муз. сопровождение.	3		Спортивно- оздоровительная
22	Импровизация под муз. сопровождение в группах.	2		Познавательная
23	Постановочная работа. Украинский народный танец.	4		Познавательная
24	Украинский народный танец (отработка синхронности).	2		Досугово-развлекательная
25	Повторение всех танцевальных композиций за год (отработка синхронности).	2		Досугово- развлекательная

Календарно-тематическое планирование, 2 группа (103 ч)

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата	Вид внеурочной деятельности
	Раздел 1. Хип-хоп-аэробика.	48		
1	Инструктаж по ТБ.	1		Познавательная
2	История возникновения хип-хоп-аэробики, основные стили.	2		Познавательная
3	Упражнения на развитие выносливости: разновидности прыжков на скакалке под музыку.	2		Спортивно-оздоровительная
4	Упражнения на гибкость: выпады; шпагаты: продольный левый, продольный правый, поперечный, «захват ноги», «мах в кольцо».	2		Спортивно-оздоровительная
5	Упражнения на гибкость: «складочка», «бабочка», «рыбка», «мостик», перекаты на спине, «крабик».	2		Спортивно-оздоровительная
6	Скоростно-силовые упражнения: приседания, выпрыгивания из упора присев и т. д.	2		Спортивно-оздоровительная
7	Освоение приемов движения в направления хип хопа: «Old school».	1		Досугово-развлекательная
8	Освоение приемов движения в направления хип хопа: «Groovin».	1		Спортивно- оздоровительная
9	Освоение приемов движения в направления хип хопа: «House».	2		Спортивно- оздоровительная
10	Направление «Old school», отработка синхронности.	2		Спортивно- оздоровительная
11	Направление: «Groovin», отработка синхронности.	2		Спортивно- оздоровительная
12	Направление: «House». отработка синхронности.	2		Спортивно- оздоровительная

13	Понятия: музыкально-пространственная композиция, перестроения, темп, ритм.	1		Познавательная
14	Понятие музыкальной композиции.	1		Досугово-развлекательная
15	Выбор композиций и подбор образа и роли в танце.	1		Спортивно- оздоровительная
16	Передача ритма музыки(виды ходьбы и бега под музыкальное сопровождение.	1		Досугово-развлекательная
17	Придумать новые движения. Импровизация.	1		Досугово- развлекательная
18	Придумать новые движения в парах.	1		Познавательная
19	Придумать новые движения в группах.	3		Спортивно- оздоровительная
20	Импровизация под музыкальное сопровождение.	3		Познавательная
21	Постановочная работа. Танец в стиле R&B.	3		Познавательная
22	Танец в стиле R&B (отработка синхронности).	3		Познавательная
23	Новогодний танец (постановка).	3		Досугово-развлекательная
24	Новогодний танец (отработка синхронности).	3		Досугово- развлекательная
25	Повторение всех ранее изученных танцевальных композиций.	3		Досугово- развлекательная
Раздел 2. Бальный танец.		55		
	Инструктаж по ТБ.	1		Познавательная
	Исторический бальный танец 18-19 в. Полонез.	4		Познавательная
	Позиции ног- 1,2,3,5. Позиции рук - 1,2,3, подготовительная.	1		Спортивно- оздоровительная
	Позиции рук - 1,2,3, подготовительная - повторение. Деми плие, гранд плие.	1		Спортивно- оздоровительная
	Батман тандю жете. Рон де жамб э тер (андеор, андедан).	2		Спортивно- оздоровительная

Рон де жамб э тер (андеор, андедан) - повторение. Пор де бра.	3		Спортивно- оздоровительная
Прыжки (соте, эшафе).	3		Спортивно- оздоровительная
Реверансы и поклоны. Изучение танца «Полонез».	2		Досугово-развлекательная
Изучение вальсового шага.	3		Познавательная
Танцы ко дню 8 марта (постановка).	3		Досугово-развлекательная
Танец «Полонез».	4		Спортивно- оздоровительная
«Полонез» - работа над качеством исполнения танцевальных движений.	4		Спортивно- оздоровительная
Этюд «ВЕСНА». Массовая импровизация.	3		Познавательная
Массовая импровизация. Музыка Э. Грига «Весной».	3		Досугово-развлекательная
Индивидуальная импровизация «Времена года». Музыка Вивальди.	2		Познавательная
Танцы ко дню Победы (постановка).	4		Познавательная
Постановочная работа. «Полонез», отработка синхронности.	1		Спортивно- оздоровительная
Танец вальс на выпускной бал.	4		Досугово-развлекательная
Танец вальс на выпускной бал, отработка синхронности.	4		Познавательная
Повторение всех ранее изученных танцевальных композиций.	2		Досугово-развлекательная
Выступление перед родителями и одноклассниками на сцене.	1		Досугово- развлекательная