

Департамент образования Томской области



Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа-интернат для обучающихся с нарушениями зрения»

634021, г. Томск, ул. Сибирская, 81 В, тел: 44-16-06, факс: (3822) 44-15-66

Email: 33internat@mail.ru, <https://33internat.gosuslugi.ru>

ПРИНЯТА
на заседании Педагогического
совета, протокол от 27.06.2025 №8

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Т.В.Курьянович

« 27 » 2025г.

Приказ от 27.06.2025 № 69-о



**Адаптированная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Хореография»**

*Составитель: Киригосьян А.А.,
педагог дополнительного
образования*

Томск – 2025

Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» составлена на основе:

Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Программа по хореографии школы-интерната для слепых и слабовидящих детей соответствуют программам общеобразовательной массовой школы по содержанию изучаемого материала. Программа рассчитана на детей с ограниченными возможностями здоровья в возрасте 8-17 лет.

Концепцией развития дополнительного образования детей № 1726-р от 4.09.2014 года, «Приемных требованиях к программам дополнительного образования детей» от 11.12.2006 года №06- 1844, приказом Министерства образования и науки РФ «об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 29.08.2013 года №1008, СанПин от 04.07.2014 года №41.

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10.2009г. № 373 (с изменениями от 26.11.2010г. № 1241, от 22.09.2011г. № 2357, от 18.12.2012г. № 1060, от 29.12.2014г. №1643, от 31.12.2015г. № 1576);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ « Об утверждении Сан- ПиН 2.4.2.3286-15 Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» от 10.07.2015 №26 (вместе с СанПиН 2.4.3286-15. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 № 38528); Концепция духовно нравственного развития и воспитания личности гражданина;

Искусство хореографии - явление общечеловеческое, имеющее многовековую историю развития. В основе его происхождения лежит неопределимое стремление человека к ритмичному движению, потребность выразить свои эмоции, средствами пластики, гармонично связывая движение и музыку.

Хореография, являлась одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусства: музыкального и театрального, декоративно- прикладного и художественного творчества.

Изучение хореографии, как и у других видов искусства, помогают развить те стороны личности потенциала учащегося, на которые содержание

других предметов имеет ограниченное влияние: воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Как и другие виды искусства, танец развивает эстетический вкус, оказывает существенное влияние на физическое развитие ребенка.

Направленность программы - адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография» художественной направленности. Содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и школьной педагогики незрячих и слабовидящих детей.

Актуальность программы состоит в том, что она позволяет обучить искусству танца детей - инвалидов по зрению и может одновременно проводить на основе дифференцированного подхода коррекцию вторичных отклонений: имеющих умственную отсталость, заболевания – симптоматическая эпилепсия, нервное расстройство с врожденными недостатками опорно-двигательной системы, нарушения в работе центральной нервной системы, как вследствие нарушений внутриутробного развития, послеродовых травм, связанных с нарушением зрительных функций.

Обучающиеся получают социальный опыт творческой деятельности, приобщаются к общечеловеческим и культурным ценностям

Азбука хореографии" для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" художественной направленности, ознакомительного уровня реализации предназначена для обучающихся с особыми образовательными потребностями. Это дети в возрасте от 7 до 18 лет, имеющие ограничение возможностей здоровья.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время занятия хореографией дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Музыка отводится ведущая роль, а движение рассматривается как проявление эмоций, связанных с музыкальным образом, как средство усвоения музыкальных закономерностей. Несомненно, что такая программа как никому другому нужна детям–инвалидам и детям с ограниченными возможностями здоровья.

Ритмика является начальной ступенью танца. Ритмика – это разнообразные движения под музыкальное сопровождение. Занятия ритмикой развивают физические качества, вырабатывают правильную осанку, посадку головы, походку, силу, ловкость, координацию движений, устраняют физические недостатки (сутулость, косолапость, искривление позвоночника и т.д.)

Ритмика развивает в ребенке, в первую очередь, хорошее владение собственным телом, что является одной из приоритетных задач для детей с ОВЗ.

Программа предназначена для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.

Реализация мероприятий по социальной адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья предполагает обеспечение участия всех детей этой категории, независимо от степени выраженности нарушений развития, вместе с нормально развивающимися детьми в воспитательных, культурно-развлекательных мероприятиях, конкурсах, выступлениях, концертах, фестивалях и т.п.

Программа для детей с ограниченными возможностями здоровья может предусматривать больше времени для освоения учебного материала. Сложность и объем учебного материала могут быть откорректированы с учётом особенностей и потребностей обучающихся уменьшены и облегчены. Дети от достаточно простых задач постепенно будут переходить к более сложным, систематически повторяя и закрепляя учебный материал, приобретенные навыки и умения.

Психолого-педагогическая характеристика слабовидящих обучающихся.

В состав группы детей, занимающейся хореографией, в школе-интернате входят дети, острота зрения, которых находится в диапазоне от 0 (0%) до 0,04 (4%) на лучше видящем глазу с коррекцией очками. А также, дети с более высокой остротой зрения (вплоть до 1, т.е. 100%), у которых границы поля зрения сужены до 10 – 15 градусов или до точки фиксации. Такие дети являются практически слепыми, так как в познавательной и ориентировочной деятельности они весьма ограниченно могут использовать зрение.

Глубина и характер поражений зрительного анализатора сказываются на развитии всей сенсорной системы, определяют ведущий путь познания окружающего мира, точность и полноту восприятия образов внешнего мира.

Нарушениями зрения у этих детей вызваны вторичные функциональные отклонения (сужение поля зрения, сужение остроты зрения и т.д.), которые отрицательно сказываются на развитии ряда психических процессов: ощущения, восприятии, представлении и т.д.

Из-за того, что ребенок осознает свой дефект как ненормальность, у него возникает ряд особенностей, которые препятствуют нормальному развитию коллективного общения и взаимодействия этого ребенка с окружающими его людьми. Выпадение из коллектива или затруднение социального развития, в свою очередь, обеспечивает недоразвитие высших психических функций, которые при нормальном процессе развития возникают непосредственно с развитием коллективной деятельности ребенка.

Нарушение социальных контактов приводит к отклонениям в формировании личности слепого и может вызвать появление негативных характерологических особенностей. Таких как, изменения в динамике

потребностей, связанные с затруднением их удовлетворения; сужение круга интересов, обусловленное ограничениями в сфере чувственного отражения; редуцированность способностей к видам деятельности, требующим визуального контроля; отсутствие или резкая ограниченность внешнего проявления внутренних состояний.

У данных слепых и слабовидящих детей снижена двигательная активность, нарушена координация, точность, объема движений, нарушено сочетание движений глаз, головы, тела, рук и др.

Компенсация пробелов в чувственном опыте возможна только при активном включении сохранных органов чувств, существенная роль, в деятельности которых принадлежит вниманию.

Сокращение количества внешних воздействий, обусловленное полным или частичным выпадением зрительных ощущений и восприятия, препятствует развитию внимания, сокращая круг объектов, которые при восприятии вызывают непосредственный интерес. Это отрицательно сказывается на объеме, устойчивости, концентрации и других свойствах внимания.

В тоже время, однообразие слуховых раздражителей быстро утомляет слепого и ведёт к рассеиванию внимания. На основе словесных объяснений, подкрепляемых доступными для слепых чувственными данными, лица с глубокими нарушениями зрения получают представления о многих недоступных для их восприятия предметах и явлениях действительности.

Компенсаторная функция речи выступает во всех видах психической деятельности слепых: в процессе восприятия (слово направляет и уточняет его), при формировании представлений и образов воображения, в ходе усвоения понятий и т.д. Огромное значение имеет речь для формирования личности слепого в целом. Благодаря речи слепые контактируют с окружающими людьми, ориентируются в обществе.

Компенсация и коррекция в ходе занятий хореографией для слепых и слабовидящих детей осуществляются посредством целой системы форм, способов и методов педагогического и психологического воздействия. При своевременной коррекционной работе слепые и слабовидящие приобретают необходимый запас представлений, обеспечивающий нормальную ориентацию в окружающей среде.

С учетом выше изложенного собрана полная информация о детях, динамике их развития. Изучен уровень обучаемости детей, проанализированы личностные особенности. Все эти сведения направлены на создание условий необходимых для лучшего усвоения программного хореографического материала.

Программа строится с учетом:

- зрительного заболевания;
- особенностей психического развития;
- типологических индивидуальных различий;
- уровня обучаемости.

Программа обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей-инвалидов по зрению, детей с ограниченными возможностями здоровья школьного возраста, используются все возможные коррекционно-развивающие приемы обучения.

Цель — сохранить и укрепить здоровье детей, провести коррекцию вторичных недостатков в развитии детей с ограниченными возможностями здоровья по зрению. Обеспечить системный подход в создании условий для развития слепых и слабовидящих детей. Обеспечить разностороннее развитие детей - с учетом возрастных, индивидуальных возможностей по основным направлениям - физическому и художественно-эстетическому. Формирование первоначальных навыков ритмических и танцевальных движений, развитие музыкальных и творческих способностей детей, детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, воспитание самостоятельной, уверенной в своих силах личности посредством ритмики и танца, укрепление здоровья, социализация детей, улучшение межличностного общения.

При изучении курса хореографии решаются следующие :

Общеобразовательные:

- обучить основным танцевальным направлениям данной программы (классический танец, джаз-модерн танец, народный танец);
- сформировать двигательные умения и навыки.

Коррекционно-развивающие:

- развить координацию движения, мышечную, слуховую и зрительную память;
- развить чувства темпа и ритма, эмоциональность и позитивное самоощущение;
- скорректировать и компенсировать вторичные отклонения в развитии;
- развить умение передавать через движение, танец характер музыки, ее эмоционально-образное содержание, используя мимику.

Воспитательные:

- воспитать ценностное отношение к Человеку, Здоровью и здоровому образу жизни, Спорту и Хореографии, Родине, Познанию, Красоте;
- способствовать социальной адаптации и интеграции в общество
- воспитать культуру личности обучающегося средствами хореографического искусства.

.

Формы организации деятельности:

Основной формой организации занятий является обучение детей в группе. В группах обучаются дети с разными психофизическими особенностями.

Группы формируются по возрастам:

- младшие группы – дети 7-9 лет;
- средние группы – дети 9-11 лет;
- старшие группы – подростки 11-18 лет.

Традиционно повторяющиеся элементы занятия:

1. Вход в зал
2. Построение вдоль станка
3. Поклон педагогу
4. Марш и бег по кругу (разогрев)
5. Упражнения у станка
6. Упражнения на середине
7. Разучивание или отработка элементов танцевальных номеров
8. Построение у станка
9. Поклон педагогу
10. Выход из зала

Содержание учебного плана

Технический процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

- начальный этап - обучению упражнению (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Структура занятий зависит от целей конкретного занятия и его места в учебном курсе:

1. Обучающие занятия: детально разбирается движение. Раскладка и разучивание упражнений в медленном темпе. Объяснение приема его исполнения. На занятии может быть введено не более 3-4 комбинаций.

2. Закрепляющие занятия: повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

3. Итоговые занятия: обучающиеся практически самостоятельно, без подсказки, выполняют все заученные ими движения и танцевальные комбинации, демонстрируют знания и владение основной терминологией . Зачетные мероприятия.

Изучение танцевальных номеров. Умение импровизировать. Показательные выступления и концерты. Открытые уроки для родителей.

Календарно-тематический план для учащихся 1-2 классов

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
2.	Ритмические исполнения. Хлопки, притопы	1 час.	урок-репетиция (групповая)
3.	Наклоны	1 час.	урок-репетиция (групповая)
4.	Музыкальный размер. Правая и левая сторона	1 час.	урок-репетиция (групповая)
5.	Поклон. Позиции ног	1 час.	урок-репетиция (групповая)
6.	Позиции рук, подготовительное положение	1 час.	урок-репетиция (групповая)
7.	Музыкальные игры. Упражнения на дыхание.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
8.	Plie во всех позициях ног.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
9.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, змейка, воротца	1 час.	урок-репетиция (групповая)
10.	Хлопки в ладоши	1 час.	урок-репетиция (групповая)
11.	Танцевальный шаг, переменный шаг	1 час.	урок-репетиция (групповая)
12.	Элементы партерной гимнастики	1 час.	урок-репетиция (групповая)
13.	Припадание на месте.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
14.	Современные эстрадные движения.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
15.	Танцевальная музыка. (марш полька, вальс)	1 час.	урок-репетиция (групповая)
16.	Современные эстрадные движения.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
17.	Ритмическая гимнастика.	1 час.	урок-репетиция (групповая)

18.	Современный детский танец.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
19.	Припадание на месте, вперед, назад.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
20.	Растяжка.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
21.	Шахматный порядок. Движения плечами, руками.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
22.	Понятие пантомима, мимика, жесты.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
23.	Упражнения для развития правильной осанки.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
24.	Demi-plié u grand-plié	1 час.	урок-репетиция (групповая)
25.	Battement tendu	1 час.	урок-репетиция (групповая)
26.	Battement tendu jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
27.	Battement tendu jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
28.	Grand battements jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
29.	Grand battements jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
30.	Grand battements jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
31.	Grand battements jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
32.	Rond de jambe par terre	1 час.	урок-репетиция (групповая)
33.	Battements fondus в сторону, вперед, назад носок в пол	1 час.	урок-репетиция (групповая)
34.	Battements fondus в сторону, вперед, назад носок в пол	1 час.	урок-репетиция (групповая)
35.	Ковырялочка с притопом	1 час.	урок-репетиция (групповая)
36.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
37.	Ритмическая гимнастика	1 час.	урок-репетиция (групповая)
38.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика	1 час.	урок-репетиция (групповая)

39.	Синхронность и координация движений,используя танцевальные упражнения	1 час.	урок-репетиция (групповая)
40.	Вращение – бег на месте	1 час.	урок-репетиция (групповая)
41.	Игры на развитие актерского мастерства	1 час.	урок-репетиция (групповая)
42.	Элементы современных танцев.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
43.	Выучить все положения сюр ле кудепье.	1 час.	урок-репетиция (групповая)
44.	Растяжка	1 час.	урок-репетиция (групповая)
45.	«Гармошка», «Елочка»	1 час.	урок-репетиция (групповая)
46.	Выучить движение «Веревочка».	1 час.	урок-репетиция (групповая)
47.	Выучить полуприседания и глубокие приседания.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
48.	Выучить комбинации с подъемом на полупальцы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
49.	Современные эстрадные движения.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
50.	Научить правильно прыгать прыжки с прямыми ногами.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
51.	Разучить различные комбинации с ритмическим рисунком	1 час.	урок-репетиция(групповая)
52.	Выучить простые присядки.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
53.	Выучить припадания по 5-ой позиции в сторону и вокруг себя.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
54.	Выучить боковое припадание с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
55.	Элементы Классического танца	1 час.	урок-репетиция(групповая)

56.	Быстрой русский бег с продвижением в перёд и назад	1 час.	урок-репетиция(групповая)
57.	Движение плеч и корпуса: подъем плеч в разном темпе и характере.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
58.	Движение головы: поворот направо – налево, в разном характере, вверх вниз с различной амплитудой, наклон вправо – влево с различной амплитудой	1 час.	урок-репетиция(групповая)
59.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Различие правой, левой ноги, руки, плеч.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
60.	Круг, сужение и расширение круга.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
61.	Танцевальные этюды и танцы построенные на танцевальном шаге в разном характере и ритме.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
62.	Научить прохлопывать, выстукивать ритм.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
63.	Прыжки, бег, подскоки, галопы (выполняем на месте, с продвижением и с перестроением рисунка)	1 час.	урок-репетиция(групповая)
64.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
65.	Перестроение и с колонны в шеренгу и обратно.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
66.	Построение в колонну по одному, по два, в пары.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
67.	Положение рук в танцах.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
68.	Зачетное занятие	1 час.	
		68 часов	

Календарно-тематический план для учащихся 3 классов

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения занятия
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1 час.	Урок-репетиция(групповая)
2.	Поклон классического танца. Позиции ног (первая, вторая, третья)	1 час.	урок-репетиция(групповая)
3.	Характер музыки (веселый, грустный); темп (медленный, быстрый)	1 час	урок-репетиция(групповая)
4.	Растяжка: достать руками до пальчиков ног; шпагат, «лягушка»	1 час	урок-репетиция(групповая)
5.	Жанров музыки (марш, песня, танец)	1 час.	урок-репетиция(групповая)
6.	Позиции рук (подготовительная, первая, вторая, третья)	1 час.	урок-репетиция(групповая)
7.	Упражнения на развитие гибкости « корзиночка», «лодочка», «мостик»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
8.	Вращение на месте, по точкам	1 час	урок-репетиция(групповая)
9.	Разучивание движений хореографического номера «Новогодний танец»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
10.	Движения на развитие координации. Бег и подскоки	1 час.	урок-репетиция(групповая)
11.	Разминка, растяжка	1 час.	урок-репетиция(групповая)

12.	Движения по линии танца	1 час.	урок-репетиция(групповая)
13.	Разучивание движений хореографического номера	1 час.	урок-репетиция(групповая)
14.	Разучивание движений хореографического номера «Новогодний танец»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
15.	Отработка движений хореографического номера « Новогодний танец»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
16.	Упражнение на развитие гибкости	1 час.	урок-репетиция(групповая)
17.	Импровизация	1 час.	урок-репетиция(групповая)
18.	Разучивание движений хореографического номера «23 февраля»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
19.	Упражнение на расслабление мышц тела	1 час.	урок-репетиция(групповая)
20.	Разучивание движений хореографического номера «23 февраля»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
21.	Разучивание движений хореографического номера «23 февраля»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
22.	Отработка движений хореографического номера «23 февраля»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
23.	Показ танца «23 февраля»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
24.	Общеразвивающие упражнения для мышц	1 час.	урок-репетиция(групповая)
25.	Наклоны: стоя вперёд, в сторону, назад (на одной ноге или на двух), на коленях вперёд, в сторону, назад	1 час.	урок-репетиция(групповая)
26.	Упражнения на развитие эмоциональности, закрепощенности	1 час.	урок-репетиция(групповая)
27.	Повороты на месте по точкам зала	1 час.	урок-репетиция(групповая)

28.	Подвижные игры	1 час.	урок-репетиция(групповая)
29.	Упражнения для гибкости позвоночника	1 час.	урок-репетиция(групповая)
30.	Прыжки по всем позициям	1 час.	урок-репетиция(групповая)
31.	Позиции ног 1,2,3,4,5,6	1 час.	урок-репетиция(групповая)
32.	Разучивание движений хореографического номера «Лето»	1 час	урок-репетиция(групповая)
33.	Разминка, растяжка на полу Разучивание движений хореографического номера «Лето»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
34.	Зачетное занятие	1 час.	
		34 часа	

Календарно-тематический план для учащихся 4д классов

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения занятия
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
2.	Понятие о такте и затакте. Затактовые построения.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
3.	Пунктирный ритм.	1 час	урок-репетиция(групповая)
4.	Скольжение стопой по полу с <i>Bettements tendus</i> «носок – каблук» с полуприседанием по всем направлениям	1 час	урок-репетиция(групповая)
5.	Маленькие броски (<i>Bettements</i>	1 час.	урок-

	tendusjetes) по всем направлениям 1, 3, 5 поз.		репетиция(групповая)
6.	Присядка «мячик», лицом к станку	1 час.	урок-репетиция(групповая)
7.	Маленькие броски с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги	1 час.	урок-репетиция(групповая)
8.	Bettements developpes на 90° вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и полуприседании	1 час	урок-репетиция(групповая)
9.	Подготовка к «веревочке», скольжение ноги по опорной (2/4, 4/4) в открытом положении на всей стопе	1 час.	урок-репетиция(групповая)
10.	Подготовка к «веревочке», в Открытом положении с Проскальзыванием по полу на опорноноге, на всей стопе и на полупальцах	1 час.	урок-репетиция(групповая)
11.	Маленькие броски с полуприседанием на опорные ноги	1 час.	урок-репетиция(групповая)
12.	Переменный шаг (вперед, назад)	1 час.	урок-репетиция(групповая)
13.	Бытовой шаг с притопом	1 час.	урок-репетиция(групповая)
14.	Шаркающий шаг	1 час.	урок-репетиция(групповая)
15.	Поочередное раскрытие и закрывание рук	1 час.	урок-репетиция(групповая)
16.	Моталочка А) задеванием пола каблуком В) с акцентом на всю стопу С) с задеванием	1 час.	урок-репетиция(групповая)

	пола полупальцев		
17.	Движения с приседанием, кружение с продвижением; о. Элементы русской пляски: с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
18.	«Ключ» - с двойной дробью	1 час.	урок-репетиция(групповая)
19.	Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед	1 час.	урок-репетиция(групповая)
20.	Дробь в «три ножки»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
21.	Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад	1 час.	урок-репетиция(групповая)
22.	Хлопки и хлопучки (для мальчиков) Удары голенище сапога и зада с продвижением вперед, назад, в	1 час.	урок-репетиция(групповая)
23.	Фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу , по голенищу сапога спереди крест – накрест	1 час.	урок-репетиция(групповая)
24.	Повторение вращения, повороты	1 час.	урок-репетиция(групповая)
25.	Вальс (разучить вальсовую дорожку вперед, назад, балансе, «па» вальса с вращением по одному)	1 час.	урок-репетиция(групповая)
26.	Вращения, повороты	1 час.	урок-репетиция(групповая)
27.	Прыжки	1 час.	урок-репетиция (групповая)
28.	Растяжка	1 час.	урок-репетиция (групповая)

29.	Партерная гимнастика	1 час.	урок-репетиция (групповая)
30.	Понятие дистанция, изменение направления движений	1 час.	урок-репетиция (групповая)
31.	Разминка, гимнастика	1 час.	урок-репетиция (групповая)
32.	Отработка построений: линия, шахматы, диагональ, круг	1 час.	урок-репетиция (групповая)
33.	Demi-plie u grand-plie	1 час.	урок-репетиция (групповая)
34.	Battement tendu	1 час.	урок-репетиция (групповая)
35.	Battement tendu jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
36.	Battement tendu jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
37.	Battement soutenu	1 час.	урок-репетиция (групповая)
38.	Battement soutenu	1 час.	урок-репетиция (групповая)
39.	Rond de jambe par terre	1 час.	урок-репетиция (групповая)
40.	Rond de jambe par terre	1 час.	урок-репетиция (групповая)
41.	Rond de jambe en l'air	1 час.	урок-репетиция (групповая)
42.	Rond de jambe en l'air	1 час.	урок- репетиция(групповая)
43.	Flic-flac	1 час.	урок- репетиция(групповая)
44.	Flic-flac	1 час.	урок- репетиция(групповая)

45.	Échappé	1 час.	урок-репетиция(групповая)
46.	Échappé	1 час.	урок-репетиция(групповая)
47.	Акробатика «Мост»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
48.	«Веребочка» с пристукиванием	1 час.	урок-репетиция(групповая)
49.	«Моталочка»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
50.	«Моталочка»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
51.	Дробные в «три листика»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
52.	Вращение на полупальцах с продвижением по диагонали	1 час.	урок-репетиция(групповая)
53.	Вращение по диагонали на подскоках	1 час	урок-репетиция(групповая)
54.	«Веребочка» с переступанием	1 час.	урок-репетиция(групповая)
55.	Отработка танцевальных движений	1 час.	урок-репетиция(групповая)
56.	Ритмическая гимнастика	1 час.	урок-репетиция(групповая)
57.	Правильность исполнения движений, комбинаций	1 час.	урок-репетиция(групповая)
58.	Отработка танцевальных движений	1 час.	урок-репетиция(групповая)
59.	Маленькие броски с полуприседанием на опорные ноги	1 час.	урок-репетиция(групповая)
60.	Переводы рук из первой позиции в третью	1 час.	урок-репетиция(групповая)

61.	Комбинация на различное сочетание переводов рук из положения в положение	1 час.	урок-репетиция(групповая)
62.	Постановка танцевальных движений	1 час.	урок-репетиция(групповая)
63.	Пластичные движения рук. Упражнения на пластику тела на середине зала	1 час.	урок-репетиция(групповая)
64.	Пластика движения поворотов головы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
65.	Пластика движения поворотов головы	1 час.	урок-репетиция(групповая)
66.	Упражнения на расслабление, стоя на середине зала.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
67.	Вращательные упражнения рук в локтевом суставе	1 час.	урок-репетиция(групповая)
68.	Скрепление рук в замок за спиной. Наклон вперёд со скрепленными руками за спиной	1 час.	урок-репетиция(групповая)
69.	Тающее приседание в Demi plie. Приседание в Demi plie с выносом ноги в сторону	1 час.	урок-репетиция(групповая)
70.	Круговые движения стопой. Сгибание и разгибание стопы. Сокращение и вытягивание стопы	1 час.	урок-репетиция(групповая)
71.	Сгибание ног в колене поочередно. Сгибание ног в коленях и подтягивание ног к груди	1 час.	урок-репетиция(групповая)
72.	Согнутые ноги положить на пол вправо влево, руки стоят на полу спина прямая	1 час.	урок-репетиция(групповая)
73.	Махи прямыми ногами, правой левой	1 час.	урок-репетиция(групповая)
74.	Поднимание прямых ног на 90 градусов, держание прямого угла. Наклоны к прямым ногам	1 час.	урок-репетиция(групповая)
75.	Поднимание туловища, навёрх, держась руками за пол, ноги прямые	1 час.	урок-репетиция(групповая)

76.	«Велосипед», сидя руки, опираются на пол. «Лягушка»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
77.	Группировка обхват коленей руками. Стоя на коленях махи ногами назад	1 час.	урок-репетиция(групповая)
78.	Работа кистью руки, работа рук в локтевом суставе. Сгибание и разгибание рук в локте	1 час.	урок-репетиция(групповая)
79.	Массовые танцы	1 час.	урок-репетиция(групповая)
80.	Массовые танцы	1 час.	урок-репетиция(групповая)
81.	Танцевальные композиции	1 час.	урок-репетиция(групповая)
82.	Танцевальные композиции	1 час.	урок-репетиция(групповая)
83.	Музыкально – танцевальные игры	1 час.	урок-репетиция(групповая)
84.	Упражнение на растяжку	1 час.	урок-репетиция(групповая)
85.	Движения ритмическое эхо	1 час.	урок-репетиция(групповая)
86.	Комплекс упражнений для пресса	1 час.	урок-репетиция(групповая)
87.	Упражнения для эластичности ног голени	1 час.	урок-репетиция(групповая)
88.	Упражнение для тазобедренного сустава	1 час.	урок-репетиция(групповая)
89.	Разминочный комплекс для выносливости	1 час.	урок-репетиция(групповая)
90.	Упражнение на ориентацию в пространстве	1 час.	урок-репетиция(групповая)
91.	Движение «маталочка», «веревочка»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
92.	Дробь трилистник	1 час.	урок-репетиция(групповая)

93.	Движение подбивка	1 час.	урок-репетиция(групповая)
94.	Упражнение на растяжку	1 час.	урок-репетиция(групповая)
95.	Ритмико-гимнастические упражнения	1 час.	урок-репетиция(групповая)
96.	Общеразвивающие упражнения	1 час.	урок-репетиция(групповая)
97.	Импровизация в парах	1 час.	урок-репетиция(групповая)
98.	Подвижные игры	1 час.	урок-репетиция(групповая)
99.	Движение маталочка, ковырялочка в повторе	1 час.	урок-репетиция(групповая)
100.	Упражнения для гибкости позвоночника	1 час.	урок-репетиция(групповая)
101.	Разминка	1 час.	урок-репетиция(групповая)
102.	Зачетное занятие	1 час.	
		102часа	

Календарно-тематический план для учащихся 4-5-6классов

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов)	Форма проведения занятия
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
2.	Изучение поклона. Изучение марша и различных маршировок по кругу.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
3.	Упражнения для спины.	1 час	урок-репетиция(групповая)
4.	Основы классического танца. Позиции рук.	1 час	урок-репетиция(групповая)
5.	Основы классического танца. Позиции ног.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
6.	Изучение подскоков и галопов. По кругу и через центр.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
7.	Основы народно-сценического танца. Позиции рук.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
8.	Повторение и закрепление ранее изученного.	1 час	урок-репетиция(групповая)
9.	Повторение танцев к новомуднему празднику.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
10.	Упражнения для гибкости.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
11.	Основы детского танца. «Прятки»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
12.	Основы классического танца. Комбинации demi plie.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
13.	Партерный экзерсис. Упражнения на растяжку.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
14.	Основы народно-сценического танца. Ходы по кругу.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
15.	Изучение движений танца. Отработка элементов под счет.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
16.	Фигурная маршировка.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
17.	Основы народно-сценического танца. Изучение позиций рук русского танца.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
18.	Партерный экзерсис. Упражнения на растяжку.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
19.	Основы бального танца для новогоднего бала. Полонез	1 час.	урок-репетиция(групповая)
20.	Основы классического танца. Комбинации на середине.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
21.	Фигурная маршировка: сведение и разведение круга.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
22.	Ритмические движения.	1 час.	урок-репетиция(групповая)

	Движения на развитие координации.		
23.	Ритмические движения. Движения на развитие координации.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
24.	Повороты направо и налево по квадрату (четыре стороны зала).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
25.	Партерный экзерсис. Упражнения на гибкость и выворотность.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
26.	Классический экзерсис. Выработка осанки.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
27.	Повторение и закрепление ранее изученного.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
28.	Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
29.	Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
30.	Умение чувствовать темп музыки Повторение танцев к новомуднему празднику.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
31.	Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
32.	Повторение и закрепление ранее изученного.	1 час	урок-репетиция(групповая)
33.	Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
34.	Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
35.	Ритмические движения. Движения на развитие координации.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
36.	Ритмические движения. Движения на развитие координации.	1 час.	урок-репетиция(групповая)

37.	Повороты направо и налево по квадрату (четыре стороны зала).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
38.	Сильная и слабая доли, размер музыкальный. Построение в шеренгу, в колонну, в круг.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
39.	Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
40.	Подготовительная работа над народным станком. Элементы кавказского танца.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
41.	Основы классического танца. Упражнения на развитие устойчивости.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
42.	Партерный экзерсис. Упражнения на гибкость и выворотность.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
43.	Повторение и закрепление ранее изученного.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
44.	Основы современного танца. Прыжковые комбинации, различные виды прыжков.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
45.	Партерный экзерсис. Упражнения на гибкость и выворотность.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
46.	Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
47.	Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
48.	Основы современного танца. Движения в паре.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
49.	Основы современного танца. Движения в паре.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
50.	Классический экзерсис. Упражнения на развитие устойчивости. Грамотное исполнение движений в танце.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
51.	Повторение и закрепление ранее изученного.	1 час.	урок-репетиция(групповая)

52.	Классический экзерсис. Упражнения на развитие устойчивости. Грамотное исполнение движений в танце.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
53.	Коллективно-порядковые упражнения. Построение в шеренгу, в колонну, в круг. Использование фигур в танцах.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
54.	Подготовительная работа над народным станком. Элементы кавказского танца.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
55.	Сильная и слабая доли, размер музыкальный. Построение в шеренгу, в колонну, в круг.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
56.	Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
57.	Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
58.	Основы современного танца. Движения в паре.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
59.	Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
60.	Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
61.	Основы современного танца. Прыжковые комбинации, различные виды прыжков.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
62.	Классический экзерсис. Упражнения на развитие устойчивости. Грамотное исполнение движений в танце.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
63.	Отработка сольных партий для номеров к концерту. Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
64.	Ритмические движения. Движения на развитие	1 час.	урок-репетиция(групповая)

	координации.		
65.	Основы классического танца. Упражнения на развитие устойчивости.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
66.	Основы современного танца. Прыжковые комбинации, различные виды прыжков.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
67.	Ритмические движения. Движения на развитие координации.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
68.	Зачетное занятие	1 час.	
		68 часов	

Календарно-тематический план для учащихся 7-8 классов

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов)	Форма проведения занятия
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
2.	Изучение поклона. Изучение марша и различных маршировок по кругу.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
3.	Упражнения для спины.	1 час	урок-репетиция(групповая)
4.	Основы классического танца. Позиции рук.	1 час	урок-репетиция(групповая)
5.	Основы классического танца. Позиции ног.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
6.	Изучение подскоков и галопов. По кругу и через центр.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
7.	Основы народно-сценического танца. Позиции рук.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
8.	Повторение и закрепление ранее изученного.	1 час	урок-репетиция(групповая)
9.	Партерный экзерсис. Упражнения на растяжку.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
10.	Упражнения для гибкости.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
11.	Основы детского танца. «Прятки»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
12.	Основы классического танца. Комбинации <i>demi plie</i> .	1 час.	урок-репетиция(групповая)
13.	Фигурная маршировка.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
14.	Основы народно-сценического танца. Ходы по кругу.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
15.	Изучение движений танца. Отработка элементов под счет.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
16.	Повторение танцев к новомуднему празднику.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
17.	Фигурная маршировка: сведение и разведение круга.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
18.	Партерный экзерсис. Упражнения на растяжку.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
19.	Основы бального танца для новогоднего бала. Полонез	1 час.	урок-репетиция(групповая)
20.	Основы классического танца. Комбинации на середине.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
21.	Основы народно-сценического танца. Изучение позиций рук русского танца.	1 час.	урок-репетиция(групповая)

22.	Ритмические движения. Движения на развитие координации.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
23.	Ритмические движения. Движения на развитие координации.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
24.	Классический экзерсис. Выработка осанки. Поэтапное освоение классического экзерсиса.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
25.	Умение чувствовать темп музыки Повторение танцев к новомуднему празднику.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
26.	Классический экзерсис. Выработка осанки.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
27.	Повторение и закрепление ранее изученного.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
28.	Повороты направо и налево по квадрату (четыре стороны зала).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
29.	Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
30.	Партнерный экзерсис. Упражнения на гибкость и выворотность.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
31.	Умение чувствовать темп музыки. Движения в характере, в темпе музыки (форте, пиано, аллегро, адажио).	1 час.	урок-репетиция(групповая)
32.	Повторение и закрепление ранее изученного.	1 час	урок-репетиция(групповая)
33.	Подготовительная работа над народным станком. Позиции рук русского танца. Базовые элементы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
34.	Battement tendu	1 час.	урок-репетиция (групповая)
35.	Battement tendu jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)

36.	Battement tendu jets	1 час.	урок-репетиция (групповая)
37.	Battement soutenu	1 час.	урок-репетиция (групповая)
38.	Battement soutenu	1 час.	урок-репетиция (групповая)
39.	Rond de jambe par terre	1 час.	урок-репетиция (групповая)
40.	Rond de jambe par terre	1 час.	урок-репетиция (групповая)
41.	Rond de jambe en l'air	1 час.	урок-репетиция (групповая)
42.	Rond de jambe en l'air	1 час.	урок-репетиция(групповая)
43.	Flic-flac	1 час.	урок-репетиция(групповая)
44.	Flic-flac	1 час.	урок-репетиция(групповая)
45.	Échappé	1 час.	урок-репетиция(групповая)
46.	Échappé	1 час.	урок-репетиция(групповая)
47.	Акробатика «Мост»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
48.	«Веребочка» с пристукиванием	1 час.	урок-репетиция(групповая)
49.	«Моталочка»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
50.	«Моталочка»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
51.	Дробные в «три листика»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
52.	Вращение на полупальцах с продвижением по диагонали	1 час.	урок-репетиция(групповая)
53.	Вращение по диагонали на подскоках	1 час	урок-репетиция(групповая)
54.	«Веребочка» с переступанием	1 час.	урок-репетиция(групповая)
55.	Отработка танцевальных движений	1 час.	урок-репетиция(групповая)
56.	Ритмическая гимнастика	1 час.	урок-репетиция(групповая)
57.	Правильность исполнения движений, комбинаций	1 час.	урок-репетиция(групповая)
58.	Отработка танцевальных движений	1 час.	урок-репетиция(групповая)
59.	Маленькие броски с полуприседанием на опорные ноги	1 час.	урок-репетиция(групповая)

60.	Переводы рук из первой позиции в третью	1 час.	урок-репетиция(групповая)
61.	Комбинация на различное сочетание переводов рук из положения в положение	1 час.	урок-репетиция(групповая)
62.	Постановка танцевальных движений	1 час.	урок-репетиция(групповая)
63.	Пластичные движения рук. Упражнения на пластику тела на середине зала	1 час.	урок-репетиция(групповая)
64.	Пластика движения поворотов головы.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
65.	Пластика движения поворотов головы	1 час.	урок-репетиция(групповая)
66.	Упражнения на расслабление, стоя на середине зала.	1 час.	урок-репетиция(групповая)
67.	Вращательные упражнения рук в локтевом суставе	1 час.	урок-репетиция(групповая)
68.	Скрепление рук в замок за спиной. Наклон вперёд со скрепленными руками за спиной	1 час.	урок-репетиция(групповая)
69.	Тающее приседание в Demi plie. Приседание в Demi plie с выносом ноги в сторону	1 час.	урок-репетиция(групповая)
70.	Круговые движения стопой. Сгибание и разгибание стопы. Сокращение и вытягивание стопы	1 час.	урок-репетиция(групповая)
71.	Сгибание ног в колене поочередно. Сгибание ног в коленях и подтягивание ног к груди	1 час.	урок-репетиция(групповая)
72.	Согнутые ноги положить на пол вправо влево, руки стоят на полу спина прямая	1 час.	урок-репетиция(групповая)
73.	Махи прямыми ногами, правой левой	1 час.	урок-репетиция(групповая)
74.	Поднимание прямых ног на 90 градусов, держание прямого угла. Наклоны к прямым ногам	1 час.	урок-репетиция(групповая)
75.	Поднимание туловища, вверх, держась руками за пол, ноги прямые	1 час.	урок-репетиция(групповая)
76.	«Велосипед», сидя руки, опираются на пол. «Лягушка»	1 час.	урок-репетиция(групповая)

77.	Группировка обхват коленей руками. Стоя на коленях махи ногами назад	1 час.	урок-репетиция(групповая)
78.	Работа кистью руки, работа рук в локтевом суставе. Сгибание и разгибание рук в локте	1 час.	урок-репетиция(групповая)
79.	Массовые танцы	1 час.	урок-репетиция(групповая)
80.	Массовые танцы	1 час.	урок-репетиция(групповая)
81.	Танцевальные композиции	1 час.	урок-репетиция(групповая)
82.	Танцевальные композиции	1 час.	урок-репетиция(групповая)
83.	Музыкально – танцевальные игры	1 час.	урок-репетиция(групповая)
84.	Упражнение на растяжку	1 час.	урок-репетиция(групповая)
85.	Движения ритмическое эхо	1 час.	урок-репетиция(групповая)
86.	Комплекс упражнений для пресса	1 час.	урок-репетиция(групповая)
87.	Упражнения для эластичности ног голени	1 час.	урок-репетиция(групповая)
88.	Упражнение для тазобедренного сустава	1 час.	урок-репетиция(групповая)
89.	Разминочный комплекс для выносливости	1 час.	урок-репетиция(групповая)
90.	Упражнение на ориентацию в пространстве	1 час.	урок-репетиция(групповая)
91.	Движение «маталочка», «веревочка»	1 час.	урок-репетиция(групповая)
92.	Дробь трилистник	1 час.	урок-репетиция(групповая)
93.	Движение подбивка	1 час.	урок-репетиция(групповая)
94.	Упражнение на растяжку	1 час.	урок-репетиция(групповая)
95.	Ритмико-гимнастические упражнения	1 час.	урок-репетиция(групповая)
96.	Общеразвивающие упражнения	1 час.	урок-репетиция(групповая)
97.	Импровизация в парах	1 час.	урок-репетиция(групповая)
98.	Подвижные игры	1 час.	урок-репетиция(групповая)
99.	Движение маталочка, ковырялочка в повторе	1 час.	урок-репетиция(групповая)

100.	Упражнения для гибкости позвоночника	1 час.	урок-репетиция(групповая)
101.	Разминка	1 час.	урок-репетиция(групповая)
102.	Зачетное занятие	1 час.	
		102 часа	

Материально-технические ресурсы:

Для успешной реализации программы необходимо иметь

- актовый зал или хореографический класс
- помещение для переодевания
- при наличии: станки, зеркала
- технические средства обучения (по выбору - DVD проигрыватель, магнитофон, видеоаппаратура, диски)
- специальная форма для занятий;
- при наличии: костюмы для исполнения концертных номеров.

Используемая литература:

Нормативно-правовая:

- Послание Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации 2008 года
- Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 17.11.2008 № 1662-р;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция);

Литература для педагога:

1. Акатов Л.И. Социальная реабилитация детей с ОВЗ., -М., Владос, 2010
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: изд. «Искусства», 1983
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. Санкт-Петербург, 1996.
4. Богданов Г. Самобытность русского танца. М., 2002.
5. Богданов Г. Хореографическое образование. М., 2001.
6. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. – М., 1999.
7. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С-Пб., 2003.
8. Возрастная и педагогическая психология /Под ред. Петровского. – М.: Педагогика.
9. Губанова Н.Ф. Игровая деятельность в детском саду -М., Мозаика-Синтез, 2009
10. Заикин Н. Областные особенности русского народного танца. М., 2002.