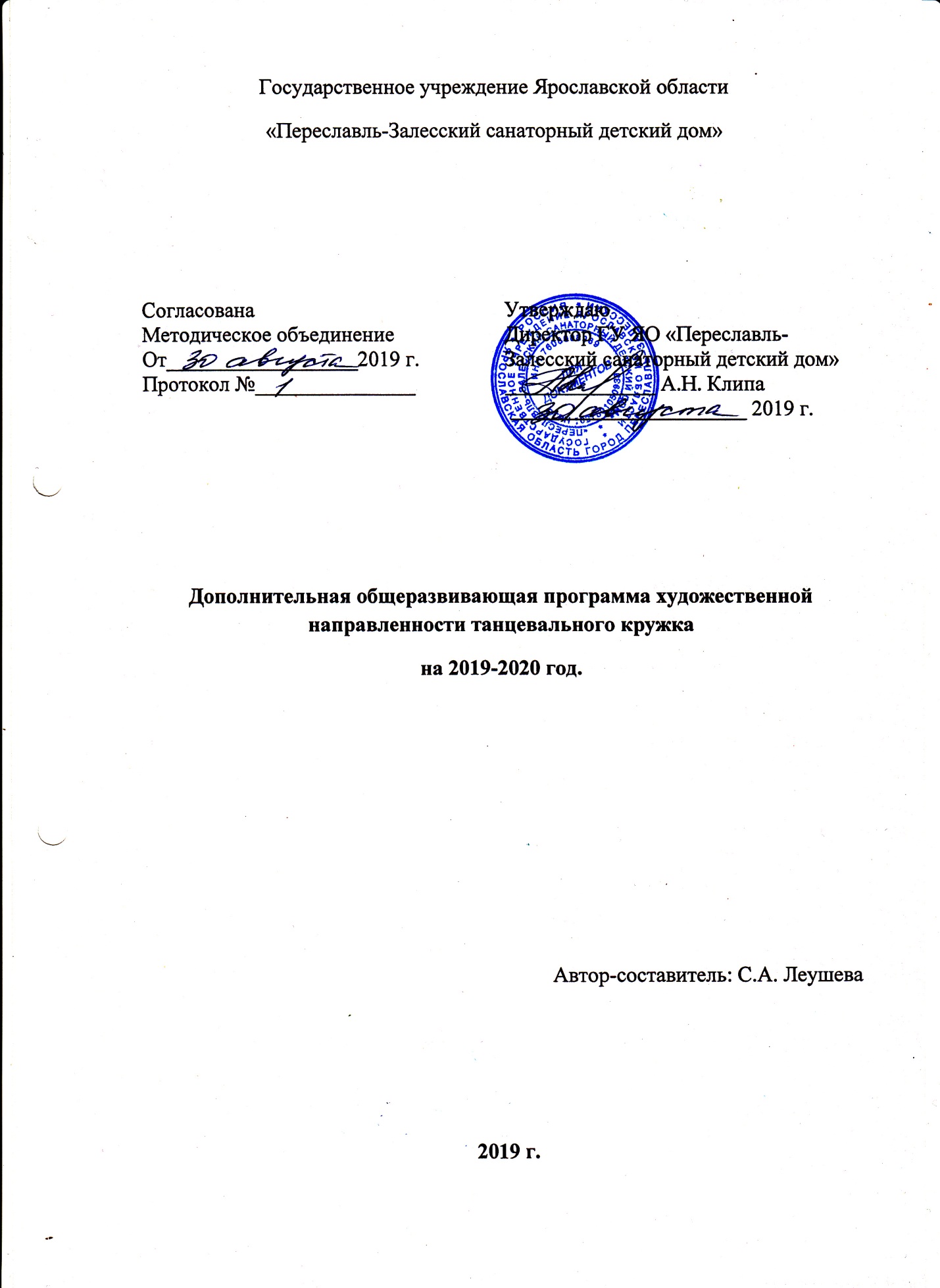
****

**Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности танцевального кружка**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности танцевального кружка «Радуга» разработана на основе: - Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», - Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р), - Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

При разработке дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности танцевального кружка были использованы «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов с учётом особых образовательных потребностей», разработанные ГБОУ ВПО города Москвы «Московский городской психолого-педагогический университет», утверждённые распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 г. №729-р и письмо комитета общего и профессионального образования Ленинградской области от 1 апреля 2015 года № 19- 2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности».

**Цель** дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности танцевального кружка : создание благоприятных условий для удовлетворения индивидуальных образовательных потребностей и интересов обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), формирования творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства.

Задачи дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности танцевального кружка :

*Обучающие:* - познакомить с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки; - выработать правильную постановку корпуса (осанку); - учить ориентироваться в пространстве (зал, сцена); - формировать элементарные навыки танцевального этикета и сценической культуры.

*Развивающие:* - развивать координацию движений, чувство ритма, музыкальную и двигательную память, воображение и фантазию в танце; - развивать художественный и эстетический вкус средствами музыкального творчества; - развивать коммуникативные способности через танцевальные игры.

*Воспитательные:* - привить любовь к танцевальному искусству; - воспитывать нравственное и эмоционально-ценностное позитивное отношения к своему здоровью; - воспитывать стремление к самореализации, саморазвитию, взаимопониманию, общению, сотрудничеству; - воспитать уверенность в своих возможностях, способность к преодолению трудностей, целеустремлённость и настойчивость в достижении результата; - формировать детский коллектив через совместную деятельность.

**Актуальность** дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности танцевального кружка заключается в реализации прав детей с ограниченными возможностями здоровья на участие в программах дополнительного образования. Принимая во внимание «Методические рекомендации по решению задачи увеличения к 2020 году числа детей в возрасте от 5 до 18 лет, обучающихся по дополнительным образовательным программам, в общей численности детей этого возраста до 70- 75 %», утверждённые Министерством образования и науки 1 июля 2014 года № ВК-102/09 данная программа имеет важное значение в решении одной из важнейших задач государственной образовательной политики на современном этапе.

**Педагогическая целесообразность** дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности танцевального кружка в том, занятия танцами заряжают положительными эмоциями, раскрепощают, развивают пластику, обогащают разнообразием ритмов танцевальный опыт обучающихся. Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. На занятиях танцами можно научить хорошим манерам, вежливому обращению, красивой походке, грации и изяществу. Но танец служит не только красоте. Специфические средства воздействия на обучающихся, свойственные танцам, способствуют воспитанию положительных качеств личности - дружелюбию, дисциплинированности, коллективизму. А благодаря постоянным упражнениям, танец развивает мышцы, придаёт гибкость и эластичность корпусу, способствует снятию стресса в организме.

**Отличительной особенностью** дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности танцевального кружка в том, что она разработана с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в:

- адаптации содержания программного материала для освоения ребенком с ОВЗ направленной на раскрытие жизненными и социальными компетенциями;  
 - «пошаговом» предъявлении материала,

- дозированной помощи взрослого,

- использовании адекватных возможностям и потребностям обучающихся современных технологий, методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающихся, так и компенсации индивидуальных недостатков развития.

Отличительная черта этой программы заключается в ее направленности на многие виды танцев: современные, народные, эстрадные. Программа предусматривает межпредметные связи с музыкой, ритмикой, культурой, сценическим искусством.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности танцевального кружка рассчитана для обучающихся 6-17 лет с задержкой психического развития, не имеющих медицинских противопоказаний и специальной подготовки в данной предметной области, но обладающие необходимыми способностями и проявившие личное желание.

Сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности танцевального кружка - 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю подгруппами (младший, средний, старший возраст). Количество часов 72.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

(старший возраст)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание занятия** | **Кол-ко часов** | **Сроки выполнения** |
| 1 | Введение. Организационная работа. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. | 4 часа | Сентябрь |
| 2 | Классический тренаж. Разминка. Разучивание танца «Аэробика». Растяжка. | 8 часов | октябрь |
| 3 | Разминка. Классический тренаж. Разучивания движений танца «We found»., «Гимнастика». Растяжка. | 10 часов | ноябрь |
| 4 | Разминка. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Лимонад». Растяжка. | 8 часов | декабрь |
| 5 | Повторение выученных танцев, разучивание танца «Зима», «Граница» | 8 часов | январь |
| 6 | Классический тренаж. Растяжка. Отработка танца «Зима» , «Граница» | 8 часов | февраль |
| 7 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание танца. Упражнения на растяжку. | 8 часов | март |
| 8 | Разминка. Прослушивание музыкальных композиций. Игры с детьми. Разучивание танца «Россия-мы дети твои!» Подготовка к 9 мая. Растяжка. | 10 часов | апрель |
| 9 | Разминка. Классический тренаж. Повторение выученных танцев. | 8 часов | май |
| ИТОГО | | 72 час. |  |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

(средний возраст)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание занятия** | **Кол-ко часов** | **Сроки выполнения** |
| 1 | Введение. Организационная работа. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. | 4 часа | Сентябрь |
| 2 | Классический тренаж. Разминка. Разучивание танца «Хула хуп». Растяжка. | 8 часов | октябрь |
| 3 | Разминка. Классический тренаж. Разучивания движений танца «Чика-Рика»., «Гимнастика». Растяжка. | 10 часов | ноябрь |
| 4 | Разминка. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Танцующий салат». Растяжка. | 8 часов | декабрь |
| 5 | Повторение выученных танцев, разучивание танца «Зимушка», «Граница» | 8 часов | январь |
| 6 | Классический тренаж. Растяжка. Отработка танца «Зимушка» , «Граница» | 8 часов | февраль |
| 7 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание танца. Упражнения на растяжку. | 8 часов | март |
| 8 | Разминка. Прослушивание музыкальных композиций. Игры с детьми. Разучивание танца «Россия-мы дети твои!» Подготовка к 9 мая. Растяжка. | 10 часов | апрель |
| 9 | Разминка. Классический тренаж. Повторение выученных танцев. | 8 часов | май |
| ИТОГО | | 72 час. |  |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

(младший возраст)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание занятия** | **Кол-ко часов** | **Сроки выполнения** |
| 1 | Введение. Организационная работа. Ознакомление с репертуаром. Разучивание разминки. | 4 часа | Сентябрь |
| 2 | Классический тренаж. Разминка. Разучивание танца «Буратино». Растяжка. | 8 часов | октябрь |
| 3 | Разминка. Классический тренаж. Разучивания движений танца «Человек хороший». Растяжка. | 10 часов | ноябрь |
| 4 | Разминка. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Друг». Растяжка. | 8 часов | декабрь |
| 5 | Повторение выученных танцев, разучивание танца «Мы повесим шарики» | 8 часов | январь |
| 6 | Классический тренаж. Растяжка. Отработка танца «Снеговик» | 8 часов | февраль |
| 7 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание танца. Упражнения на растяжку. | 8 часов | март |
| 8 | Разминка. Прослушивание музыкальных композиций. Игры с детьми. Разучивание танца «Васильковая страна». Растяжка. | 10 часов | апрель |
| 9 | Разминка. Классический тренаж. Повторение выученных танцев. | 8 часов | май |
| ИТОГО | | 72 час. |  |

**ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы художественной направленности танцевального кружка обеспечивают её реализацию в полном объеме, качество подготовки обучающихся, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения и воспитания возрастным, психофизическим особенностям, склонностям, способностям, интересам и потребностям обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Создание специальных условий, способствующих освоению программы**:

• обеспечение психолого-педагогических условий (учёт индивидуальных особенностей ребёнка; коррекционная направленность обучения; соблюдение комфортного психоэмоционального режима; использование современных педагогических технологий, в том числе информационных, компьютерных для оптимизации образовательной деятельности, повышения его эффективности, доступности);  
 • обеспечение здоровьесберегающих условий (оздоровительный и охранительный режим, укрепление физического и психического здоровья, профилактика физических, умственных и психологических перегрузок обучающихся, соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм). Обязательным требованием к организации образовательного процесса по дополнительным общеобразовательным программам является обучение без домашних заданий и бального оценивания знаний детей.

. Занятия проводятся в помещении образовательной организации, соответствующем действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий.

**Формы проведения занятий**:

• беседа

• наблюдение

• практическое занятие

• музыкальные занятия

• репетиция

• праздник

**Формы организации деятельности обучающихся**:

- фронтальная (фронтальная работа предусматривает подачу программного материала всей группе учеников).

- индивидуальная (индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу обучающихся с учётом их возможностей и способностей)

- групповая (в ходе групповой работы обучающимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности).

**Методы обучения**, в основе которых лежит способ организации занятия:

Словесные: беседа, объяснение, анализ структуры музыкального произведения.

Наглядные: просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц и танцовщиков, качественный показ педагогом комбинации или отдельных движений, показ элементов танцевальных упражнений.

Практические тренировочные упражнения: разучивание изучаемых танцев, закрепление материала.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

В ходе обучения по дополнительной общеразвивающей программе художественной направленности танцевального кружка обучающиеся приобретут совокупность знаний, умений, навыков, личностных качеств и компетенций.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Будет знать: | Будет уметь: | Сможет решать следующие жизненно-практические задачи: |
| -различные танцевальные позиции и упражнения;  -азбуку танцевальных элементов; | -исполнять несложные танцевальные движения.  -танцевать индивидуально и в коллективе;  -уметь воспринимать и передавать в движении образ; -понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение танца на выступлениях;  -передавать несложный музыкальный ритмический рисунок;  -выполнять несложные упражнения с зеркального показа. | - станут более сильными и гибкими, избавятся от скованности и зажатости;  -приобретут навыки самовыражения через движение;  - будут учиться преодолевать трудности;  -научатся разумно организовывать своё свободное время. |

**Личностные результаты**:

• повышение творческой активности ребенка, проявление инициативы и любознательности;

• формирование ценностных ориентаций;

• формирование мотивов к конструктивному взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками и педагогами;

• развитие жизненных, социальных компетенций, таких как: ответственность (способность принимать ответственность за свои действия и их последействия); мировоззрение (следование социально значимым ценностям); социальный интерес (способность интересоваться другими и принимать участие в их жизни; готовность к сотрудничеству и помощи даже при неблагоприятных и затруднительных обстоятельствах; склонность человека давать другим больше, чем требовать); умение «презентовать» себя и свои проекты);

• развитие духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание, эмоционального отношения к искусству;

• воспитание эстетического вкуса и духовных качеств: настойчивость, выдержка, трудолюбие, целеустремленность;

• удовлетворенность ребенком своей деятельностью в объединении дополнительного образования.

**Календарно-тематическое планирование**

(старший возраст)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Содержание занятий** | **Кол-во часов** | **Период** |
| 1-2 | Инструктаж по технике безопасности. Разучивание разминки. | 2 часа | 16.09  20.09 |
| 3-4 | Танцевальная Разминка. Упражнения для ног, рук. Упражнения на растяжку. | 2 часа | 23.09  27.09 |
| 5-6 | Танцевальная разминка. Упражнения для спины, пресса. Растяжка. | 2 часа | 30.09  04.10 |
| 7-8 | Аэробная разминка. Тренаж по парам. Растяжка | 2 часа | 07.10  11.10 |
| 9-10 | Разминка. Упражнения для осанки. Разучивание танца «Аэробика» | 2 часа | 14.10  18.10 |
| 11-12 | Классический тренаж. Разучивание отдельных движений танца. Упражнения на растяжку | 2 часа | 21.10  25.10 |
| 13-14 | Разминка. Разучивание танца «We found». | 2 часа | 28.10  01.11 |
| 15-16 | Танцевальная разминка. Разучивание спортивного танца «We found». Растяжка. | 2 часа | 04.11  08.11 |
| 17-18 | Повторение изученных танцевальных движений. Разучивание танца «Гимнастика». Растяжка. | 2 часа | 11.11  15.11 |
| 19-20 | Разминка. Разучивание танца «Гимнастика». | 2 часа | 18.11  22.11 |
| 21-22 | Разминка. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Лимонад». Растяжка. | 2 часа | 25.11  29.11 |
| 23-24 | Разминка. Отработка движений танца «Лимонад». Растяжка. | 2 часа | 02.12  06.12 |
| 25-26 | Повторение разученных танцев. Отработка движений танца «Лимонад». | 2 часа | 09.12  13.12 |
| 27-28 | Разминка. Повторения танцев. Упражнения на растяжку | 2 часа | 16.12  20.12 |
| 29-30 | Разминка. Упражнения для осанки. Растяжка | 2 часа | 23.12  27.12 |
| 31-32 | Разминка. Разучивание танца «Зима» | 2 часа | 30.12  03.01 |
| 33-34 | Ритмика. Повторение и отработка выученных танцев. Разучивание танца «Граница». Растяжка. | 2 часа | 06.01  10.01 |
| 35-36 | Разминка. Отработка танца «Зима». Повторение «Граница» | 2 часа | 13.01  17.01 |
| 37-38 | Закрепление изученных танцевальных движений. Разучивание танца «Граница». Упражнения на растяжку. | 2 часа | 20.01  24.01 |
| 39-40 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание «Валенки». | 2 часа | 27.01  31.01 |
| 41-42 | Отработка всех танцев. Синхронность движений. Подготовка ко Дню защитника Отечества и 8 марта | 2 часа | 03.02  07.02 |
| 43-44 | Повторение спортивных танцев. Упражнения для осанки. Растяжка | 2 часа | 10.02  14.02 |
| 45-46 | Разминка. Отработка движений к танцу «Валенки». Упражнения на растяжку. | 2 часа | 17.02  21.02 |
| 47-48 | Разминка. Круговая тренировка. Разучивание танца. | 2 часа | 24.02  28.02 |
| 49-50 | Разминка. Повторение танцев. Растяжка | 2 часа | 02.03  06.03 |
| 51-52 | Повторение спортивных танцев. Отработка четкости и ритмичности движений. Упражнения для осанки | 2 часа | 09.03  13.03 |
| 53-54 | Разминка. Подготовка к 9 мая. Разучивание танца «Прогуляем школу». Игры | 2 часа | 16.03  20.03 |
| 55-56 | Круговая тренировка. Подготовка к 9 мая. Разучивание танца «Россия- мы дети твои». Растяжка. | 2 часа | 23.03  27.03 |
| 57-58 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание музыкальной композиции к 9 мая. Растяжка. | 2 часа | 30.03  03.04 |
| 59-60 | Повторение разученных танцев. Упражнения для спины, пресса. Танец «Россия – мы дети твои!». Растяжка. | 2 часа | 06.04  10.04 |
| 61-62 | Репетиция к 9 мая. Упражнения для рук. Растяжка. | 2 часа | 13.04  17.04 |
| 63-64 | Разминка. Повторение движений «Россия – мы дети твои!» | 2 часа | 20.04  24.04 |
| 65-66 | Репетиция к 9 мая. Упражнения для рук. Растяжка. | 2 часа | 27.04  01.05 |
| 67-68 | Повторение спортивных танцев. Классический тренаж. Растяжка. | 2 часа | 04.05  08.05 |
| 69-70 | Разминка «Аэробика». Повторение танцевальных движений. | 2 часа | 11.05  15.05 |
| 71-72 | Заключительное занятие. Повторение разученных танцев | 2 часа | 18.05  22.05 |

**Календарно-тематическое планирование**

(средний возраст)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Содержание занятий** | **Кол-во часов** | **Период** |
| 1-2 | Инструктаж по технике безопасности. Разучивание разминки. | 2 часа | 16.09  20.09 |
| 3-4 | Танцевальная Разминка. Упражнения для ног, рук. Упражнения на растяжку. | 2 часа | 23.09  27.09 |
| 5-6 | Танцевальная разминка. Упражнения для спины, пресса. Растяжка. | 2 часа | 30.09  04.10 |
| 7-8 | Аэробная разминка. Тренаж по парам. Растяжка | 2 часа | 07.10  11.10 |
| 9-10 | Разминка. Упражнения для осанки. Разучивание танца «Хула хуп» | 2 часа | 14.10  18.10 |
| 11-12 | Классический тренаж. Разучивание отдельных движений танца. Упражнения на растяжку | 2 часа | 21.10  25.10 |
| 13-14 | Разминка. Разучивание движений танца «Хула хуп». | 2 часа | 28.10  01.11 |
| 15-16 | Танцевальная разминка. Разучивание спортивного танца «Хула хуп». Растяжка. | 2 часа | 04.11  08.11 |
| 17-18 | Повторение изученных танцевальных движений. Разучивание танца «Чика Рика». Растяжка. | 2 часа | 11.11  15.11 |
| 19-20 | Разминка. Разучивание танца «Чика Рика». | 2 часа | 18.11  22.11 |
| 21-22 | Разминка. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Танцующий салат». Растяжка. | 2 часа | 25.11  29.11 |
| 23-24 | Разминка. Отработка движений танца «Танцующий салат». Растяжка. | 2 часа | 02.12  06.12 |
| 25-26 | Повторение разученных танцев. Отработка движений танца «Танцующий салат». | 2 часа | 09.12  13.12 |
| 27-28 | Разминка. Повторения танцев. Упражнения на растяжку | 2 часа | 16.12  20.12 |
| 29-30 | Разминка. Упражнения для осанки. Растяжка | 2 часа | 23.12  27.12 |
| 31-32 | Разминка. Разучивание танца «Зимушка» | 2 часа | 30.12  03.01 |
| 33-34 | Ритмика. Повторение и отработка выученных танцев. Разучивание танца «Граница». Растяжка. | 2 часа | 06.01  10.01 |
| 35-36 | Разминка. Отработка танца «Зимушка». Повторение «Граница» | 2 часа | 13.01  17.01 |
| 37-38 | Закрепление изученных танцевальных движений. Разучивание танца «Граница». Упражнения на растяжку. | 2 часа | 20.01  24.01 |
| 39-40 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание «Макарена». | 2 часа | 27.01  31.01 |
| 41-42 | Отработка всех танцев. Синхронность движений. Подготовка ко Дню защитника Отечества и 8 марта | 2 часа | 03.02  07.02 |
| 43-44 | Повторение спортивных танцев. Упражнения для осанки. Растяжка | 2 часа | 10.02  14.02 |
| 45-46 | Разминка. Отработка движений к танцу «Макарена». Упражнения на растяжку. | 2 часа | 17.02  21.02 |
| 47-48 | Разминка. Круговая тренировка. Разучивание танца. | 2 часа | 24.02  28.02 |
| 49-50 | Разминка. Повторение танцев. Растяжка | 2 часа | 02.03  06.03 |
| 51-52 | Повторение спортивных танцев. Отработка четкости и ритмичности движений. Упражнения для осанки | 2 часа | 09.03  13.03 |
| 53-54 | Разминка. Подготовка к 9 мая. Разучивание танца «Синий платочек». Игры | 2 часа | 16.03  20.03 |
| 55-56 | Круговая тренировка. Подготовка к 9 мая. Разучивание танца «Россия- мы дети твои». Растяжка. | 2 часа | 23.03  27.03 |
| 57-58 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание музыкальной композиции к 9 мая. Растяжка. | 2 часа | 30.03  03.04 |
| 59-60 | Повторение разученных танцев. Упражнения для спины, пресса. Танец «Россия – мы дети твои!». Растяжка. | 2 часа | 06.04  10.04 |
| 61-62 | Репетиция к 9 мая. Упражнения для рук. Растяжка. | 2 часа | 13.04  17.04 |
| 63-64 | Разминка. Повторение движений «Россия – мы дети твои!» | 2 часа | 20.04  24.04 |
| 65-66 | Репетиция к 9 мая. Упражнения для рук. Растяжка. | 2 часа | 27.04  01.05 |
| 67-68 | Повторение спортивных танцев. Классический тренаж. Растяжка. | 2 часа | 04.05  08.05 |
| 69-70 | Разминка «Аэробика». Повторение танцевальных движений. | 2 часа | 11.05  15.05 |
| 71-72 | Заключительное занятие. Повторение разученных танцев | 2 часа | 18.05  22.05 |

**Календарно-тематическое планирование**

(младший возраст)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Содержание занятий** | **Кол-во часов** | **Период** |
| 1-2 | Инструктаж по технике безопасности. Разучивание разминки. | 2 часа | 16.09  20.09 |
| 3-4 | Танцевальная Разминка. Упражнения для ног, рук. Упражнения на растяжку. | 2 часа | 23.09  27.09 |
| 5-6 | Танцевальная разминка. Упражнения для спины, пресса. Растяжка. | 2 часа | 30.09  04.10 |
| 7-8 | Аэробная разминка. Тренаж по парам. Растяжка | 2 часа | 07.10  11.10 |
| 9-10 | Разминка. Упражнения для осанки. Разучивание танца «Человек хороший» | 2 часа | 14.10  18.10 |
| 11-12 | Классический тренаж. Разучивание отдельных движений танца. Упражнения на растяжку | 2 часа | 21.10  25.10 |
| 13-14 | Разминка. Разучивание движений танца «Человек хороший». | 2 часа | 28.10  01.11 |
| 15-16 | Танцевальная разминка. Разучивание спортивного танца «Человек хороший». Растяжка. | 2 часа | 04.11  08.11 |
| 17-18 | Повторение изученных танцевальных движений. Разучивание танца «Друг». Растяжка. | 2 часа | 11.11  15.11 |
| 19-20 | Разминка. Разучивание танца «Друг». | 2 часа | 18.11  22.11 |
| 21-22 | Разминка. Подготовка к новогодним мероприятиям. Разучивание танца «Фиксики». Растяжка. | 2 часа | 25.11  29.11 |
| 23-24 | Разминка. Отработка движений танца «Друг». Растяжка. | 2 часа | 02.12  06.12 |
| 25-26 | Повторение разученных танцев. Отработка движений танца «Фиксики». | 2 часа | 09.12  13.12 |
| 27-28 | Разминка. Повторения танцев. Упражнения на растяжку | 2 часа | 16.12  20.12 |
| 29-30 | Разминка. Упражнения для осанки. Растяжка | 2 часа | 23.12  27.12 |
| 31-32 | Разминка. Разучивание танца «Мы повесим шарики» | 2 часа | 30.12  03.01 |
| 33-34 | Ритмика. Повторение и отработка выученных танцев. Разучивание танца «Снеговик». Растяжка. | 2 часа | 06.01  10.01 |
| 35-36 | Разминка. Отработка танца «Мы повесим шарики». Повторение «Снеговик» | 2 часа | 13.01  17.01 |
| 37-38 | Закрепление изученных танцевальных движений. Разучивание танца «Паровоз Букашка». Упражнения на растяжку. | 2 часа | 20.01  24.01 |
| 39-40 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание «Паровоз Букашка». | 2 часа | 27.01  31.01 |
| 41-42 | Отработка всех танцев. Синхронность движений. Подготовка ко Дню защитника Отечества и 8 марта. Танец «Стирка» | 2 часа | 03.02  07.02 |
| 43-44 | Повторение спортивных танцев. Упражнения для осанки. Растяжка | 2 часа | 10.02  14.02 |
| 45-46 | Разминка. Отработка движений к танцу «Стирка». Упражнения на растяжку. | 2 часа | 17.02  21.02 |
| 47-48 | Разминка. Круговая тренировка. Разучивание танца. | 2 часа | 24.02  28.02 |
| 49-50 | Разминка. Повторение танцев. Растяжка | 2 часа | 02.03  06.03 |
| 51-52 | Повторение спортивных танцев. Отработка четкости и ритмичности движений. Упражнения для осанки | 2 часа | 09.03  13.03 |
| 53-54 | Разминка. Подготовка к 9 мая. Разучивание танца «Синий платочек». Игры | 2 часа | 16.03  20.03 |
| 55-56 | Круговая тренировка. Подготовка к 9 мая. Разучивание танца «Россия- мы дети твои». Растяжка. | 2 часа | 23.03  27.03 |
| 57-58 | Разминка. Классический тренаж. Разучивание музыкальной композиции к 9 мая. Растяжка. | 2 часа | 30.03  03.04 |
| 59-60 | Повторение разученных танцев. Упражнения для спины, пресса. Танец «Васильковая страна». Растяжка. | 2 часа | 06.04  10.04 |
| 61-62 | Репетиция к 9 мая. Упражнения для рук. Растяжка. | 2 часа | 13.04  17.04 |
| 63-64 | Разминка. Повторение движений «Россия – мы дети твои!» | 2 часа | 20.04  24.04 |
| 65-66 | Репетиция к 9 мая. Упражнения для рук. Растяжка. | 2 часа | 27.04  01.05 |
| 67-68 | Повторение спортивных танцев. Классический тренаж. Растяжка. | 2 часа | 04.05  08.05 |
| 69-70 | Разминка. Повторение танцевальных движений «Васильковая страна» | 2 часа | 11.05  15.05 |
| 71-72 | Заключительное занятие. Повторение разученных танцев | 2 часа | 18.05  22.05 |

**Список используемой литературы**.

1. З.Я. Роот. Танцы в начальной школе-М: Айрис Пресс,2006.

2. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981.

3. О.В.Иванова Народные танцы Москва 2006год.

4. П.Мартен. Спортивная гимнастика Москва 2004год.

5. В.П.Коркин Акробатика. «Физкультура и спорт» 1989год.

6. О.Л. Киенко. Увлекательные танцевальные разминки. Харьков, 2013.

6. О. Савчук. Школа танцев для детей. Ленинград, 2010.

7. АнтуанеттСибли. Балет уроки шаг за шагом. Москва - Астрель, 2004.

8. О.Л. Киенко. Растяжка в хореографии. Харьков