

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №49» г. Барнаула**

Рассмотрена и принята педагогическим советом Протокол № 1 От 25.08.2023	Принята Советом школы Протокол №4 От 25.08.2023	Утверждено Директор школы О.А. Чепкасова Приказ №262-р от 07.09.2023
--	--	---

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая
программа**

«Спортивные танцы»

**муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения «Средняя общеобразовательная школа №49»**

Направленность физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: 7-10 лет

Срок реализации

2023-2024г.г.

Автор - составитель:

Учитель физической культуры Кузнецова Е.В.

Срок реализации: 2023-2024 год

Барнаул, 2023

Содержание программы

1. Пояснительная записка	3
2. Цель и задачи программы	4
3. Содержание программы	4
4. Планируемые результаты	6
5. Календарный учебный график	7
6. Учебный план	9
7. Ресурсное обеспечение реализации программы	9
8. Формы аттестации	14
9. Рабочая программа “Спортивные танцы”	15
10. Список литературы	18

Пояснительная записка

«Спортивные танцы» - это дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа.

В основу программы положены следующие принципы:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- развитие индивидуальности каждого ребенка в процессе социального самоопределения в системе деятельности;
- единство и целостность партнерских отношений всех субъектов образовательных отношений;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- приобретение знаний об организме человека;
- формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни;
- формирование потребности к занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- формирование культуры общения с окружающими;
- развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание, способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях;
- развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности.

Спортивные танцы - это прекрасное сочетание спорта и искусства. Исполнители спортивных танцев могут показать свои умения и навыки в различных видах соревнований, показать свои способности в различных конкурсах, фестивалях, концертах. Спортивные танцы - очень зрелищный и захватывающий вид выступлений.

Дети, занимающиеся спортивными танцами, имеют возможность:

- укрепить здоровье;
- познакомиться с танцевальной культурой народов разных стран;
- повысить культуру поведения;
- развивать творческие танцевальные, а также акробатические способности;
- совершенствовать своё мастерство, участвуя в соревнованиях, концертах, фестивалях и т.д.
- развивать своё чувство коллективизма и взаимопомощи.

В настоящее время бурно развивается массовая гиподинамия, когда ребёнок волевым образом становится заложником быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.)- всё это приводит к недостатку двигательной активности и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Неправильная организация режима дня и недостаточное внимание к физическому воспитанию школьника могут неблагоприятно отразиться на его здоровье, физическом развитии, развивая различные психологические комплексы. Потому перед школой встаёт очень важная задача: предотвратить возможные отрицательные последствия гиподинамии за счёт правильной организации физического воспитания детей, в котором существенную роль могут сыграть уроки спортивных танцев. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким а это по настоящему возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело» находятся в гармонии, необходимые меры укрепления и сохранения здоровья учащихся. Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья, приходя в школу, ребёнок имеет ограниченный запас двигательных навыков, нарушенную осанку, неустойчивую координацию. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие разболтаны и суетливы.

Предметом обучения спортивным танцам в начальной школе является укрепление здоровья, совершенствование физических качеств, освоение определенных двигательных действий, развитие мышления, творчества и самостоятельности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предусматривает систематическое и последовательное обучение учащихся, для его гармоничного физического развития и полноценного эстетического совершенствование ребёнка. Уроки спортивных танцев дают возможность целенаправленного движения, снимают напряжение многочасового неподвижного сидения за партой. Данный урок содействует физическому развитию детей, вырабатывает у них правильную осанку, уверенную легкую походку, ловкость движений, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе. Тренировка тончайших двигательных навыков, которая проводится в процессе обучения ритмической гимнастики, связано с мобилизацией многих физиологических функций человеческого организма: кровообращения, дыхания, нервно-мышечной деятельности. Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов.

В программу включены упражнения обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Цели программы: создание условий для формирования гармонично развитой личности, обладающей спортивными качествами, творческой индивидуальностью, успешно адаптирующейся в условиях современной жизни, посредством спортивной хореографии и тесного сотрудничества педагогов и родителей.

Основные задачи программы:

- сохранение и укрепление здоровья;
- развитие личностных качеств;
- формирование ценностных установок и ориентаций;
- сформировать музыкально-ритмические навыки;
- обучить умениям и навыкам танцевального мастерства;
- сформировать умения и навыки выступления перед зрителями и судьями;
- сформировать правильную красивую осанку;
- развить координацию движений, гибкость и пластику, чувство ритма, память и внимание, артистизм и эмоциональность, творческие танцевальные способности, силу, выносливость, скорость;
- привить трудолюбие, навыки хорошего тона и культуры поведения;
- воспитать собранность и дисциплину, стремление к саморазвитию, потребность в здоровом образе жизни, чувство коллективизма и взаимопомощи, чувство ответственности.

Основные принципы обучения:

- **Принцип сознательности и активности:** предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца, заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач.
- **Принцип наглядности:** предусматривает использование при обучении комплекса средств и приёмов.
- **Принцип доступности:** требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов.
- **Принцип системности:** предусматривает разучивание элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приёмов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

Содержание программы.

Программа включает в себя:

Вводное занятие. Техника безопасности.

Основные танцевальные правила. Приветствие.

Первый подход к ритмическому исполнению.
Основы музыкальных ритмов..
Комплекс физических упражнений.
Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.
Комплекс акробатических упражнений.
Поза исполнителя. Положение фигуры по отношению к зрителю.
Комплекс танцевальных упражнений.
Элементы классического танца.
Элементы сценического танца.
Основы спортивных танцев.
Комплекс танцевальных упражнений.
Элементы музыкальной грамоты.
Музыкально-ритмические упражнения, акробатика.
Музыкально-ритмические упражнения, гимнастика.
Элементы спортивного танца.
Постановка и изучение танца “Про мышей”.
Музыкально-танцевальные игры.
Основы музыкальных ритмов.
Ритмическая схема.
Простейшие танцевальные элементы.
Упражнения для развития плавности и мягкости движений.
Пластичная гимнастика.
Упражнения на синхронность и координацию движений.
Постановка и изучение танца “Чебурашка”.
Гимнастика. Упражнения на дыхание.
Упражнения для развития правильной осанки.
Упражнения на развитие растяжки.
Упражнения для суставов и на расслабление мышц.
Разучивание простейших танцевальных элементов.
Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.
Выразительные средства музыки и танца.
Правила танцевального этикета. Акробатические комбинации.
Понятие размера. Длительность в музыке и танце.
Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.
Постановка и изучение танца “Буратино”.
Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.
Гимнастическая связка.
Ритмические упражнения.
Акробатическая связка.
Танцевальная связка с элементами акробатики и гимнастики.
Фигуры в танце.
Упражнения на укрепление осанки.
Акцентированная ходьба с одновременным махом и согнутыми руками.
Движения руками в различном темпе.
Дыхательные упражнения.
Правый и левый поворот в парах.

Танцевальная композиция в стиле “Твист”.
Современный танцевальный этюд.
Развивающие элементы спортивного танца.
Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног.
Упражнения у хореографического станка.
Общеразвивающие физические упражнения.
Основы современного танца: позиции рук и ног.
Рисунок танца, перестроения по линиям.
Основы спортивного танца: элементарные комбинации.
Постановка и изучение танца “Маша и Медведь”.
Спортивный танец - комбинация на кросс.
Спортивный танец - диагональ. Упражнения для растяжки на станке.
Формирование танцевального шага.
Повторение и отработка элементов классического танца.
Упражнения для развития гибкости плечевого и тазобедренного суставов.
Упражнения для подготовки к импровизации.
Парная и групповая синхронизация движений.
Простые групповые и парные поддержки.
Комбинации широких шагов и наклонов.
Элементы спортивного танца. Работа стопы и колена.
Исполнение танцевальных этюдов, на основе комбинаций из изученных элементов.
Итоговое занятие.

Планируемые результаты

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих результатов:

Ребенок научится:

- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
 - иметь навык “лёгкого” шага с носка на пятку;
 - чувствовать характер музыки и уметь передать его в движениях;
 - актёрской выразительности;
 - изображать в танцевальном шаге образ в разном эмоциональном состоянии;
 - основным позициям рук, ног и головы;
 - правилам поведения в танцевальном коллективе;
 - взаимодействовать в связках с коллективом;
 - исполнять танцевальные номера без демонстратора;
 - выполнять технические и акробатические элементы танцевальных движений;
 - выполнять комплекс общефизических, акробатических и танцевальных упражнений;
- исполнять такие танцы, как: “Про мышей”, “Чебурашка”, “Буратино”, “Маша и Медведь” и др

Критерии сформированности внутренней позиции обучающегося :

- положительное отношение к спорту;
- чувство необходимости физической нагрузки;
- проявление особого интереса к новому;

- предпочтение классных коллективных занятий индивидуальным занятиям дома;
- положительное отношение к дисциплине, направленной на поддержание общепринятых норм поведения в школе;

Психологические исследования свидетельствуют о том, что в период детства у ребёнка уже складывается самооценка. У школьников формирующаяся самооценка опирается на производимый ими учёт успешности своих действий, оценок окружающих, одобрения родителей. К началу школьного возраста ребёнок уже становится способным сознавать себя и то положение, которое он в данное время занимает в жизни.

Ребёнок, занимающийся спортивными танцами, обладает следующими качествами:

физически развит, владеет основными культурно-гигиеническими навыками: самостоятельно одевается, раздевается, ухаживает за одеждой, обувью; соблюдает элементарные правила здорового образа жизни; знает первичные сведения о своем организме. Владеет средствами общения и способами взаимодействия в коллективе. Использует вербальные средства общения, владеет диалогической речью и конструктивными способами взаимодействия с детьми и взрослыми. Соблюдает правила поведения на улице (дорожные правила), в общественных местах (транспорте, магазине, поликлинике, театре и др.).

Умеет сочувствовать и откликаться на эмоции близких людей и друзей. Сопереживает персонажам сказок, историй, рассказов. Эмоционально реагирует на произведения изобразительного искусства, музыкальные и художественные произведения, мир природы.

Любознательный, активный. Интересуется новыми, неизвестными для него в окружающем мире явлениями. Умеет задавать вопросы взрослым и сверстникам. Способен самостоятельно действовать в повседневной жизни, в различных видах детской деятельности. В случаях затруднений обращается за помощью к взрослому. Принимает живое, заинтересованное участие в образовательном процессе.

Владеет предпосылками учебной деятельности — умениями работать по правилу и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции; контролирует свою деятельность по результату; адекватно понимает оценку взрослого и сверстника.

Календарный учебный график

Календарный учебный график – это составная часть образовательной программы (Закон № 273-ФЗ, гл. 1, ст. 2, п. 9).

Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы	Начало года	Окончание года
Спортивные танцы	01.10.2023	30.04.2024

Количество учебных недель 28. Начало учебного года по платным образовательным услугам 01.10.2023, окончание учебного года 30.04.2024г.

Продолжительность каникул

Каникулы	Продолжительность
Осенние	30.10.2023 - 05.11.2023
Зимние	30.12.2023 - 08.01.2024

Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками, переносами выходных дней

- 4 ноября 2023г. - выходной день в честь День народного единства,
- 23 февраля 2024 г. - выходной в честь Дня защитника Отечества,

- 8 марта 2024 г. - выходной Международный женский день,
- 1 мая 2024 г. - выходной Праздник Весны и Труда,
- 9 мая 2024 г. - выходной День Победы в Великой Отечественной Войне.

3. Режим работы МБОУ «СОШ №49»

Платные образовательные услуги оказываются во второй половине дня в соответствии с расписанием занятий.

Столовая работает с 8.30 до 15.00.

Режим работы школьной библиотеки: ежедневно — с 8.00 до 16.30 часов, методический день - четверг.

Расписание занятий по ДООП «Спортивные танцы»

Понедельник

14.20– 14.30 - приём детей

14.30-15.10- проведение

занятий 15.10-15.30 - уход детей

домой

Вторник

13.40-13.50 - приём детей

13.50-14.30- проведение

занятий 14.30-14.50 - уход детей

домой

Пятница

13.40-13.50 - приём детей

13.50-14.30- проведение

занятий 14.30-14.50 - уход детей

домой

Учебный план

План дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы составлен на основе следующих нормативных документов:

- Закон РФ № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 (в действующей редакции)

Для реализации учебного плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей в школе используются следующие *виды деятельности*:

- игровая деятельность;
- познавательная деятельность;
- проблемно-ценностное общение;
- коллективная проектная деятельность;
- художественное творчество;

- трудовая деятельность.
- Недельный объём нагрузки определён в размере 3 занятий в неделю для группы.

№	Наименование ПОУ	Количество часов		
		в неделю	в месяц	в год
1	Спортивные танцы	3	12	84

Ресурсное обеспечение программы

Кадровые условия реализации программы

Реализацию дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивные танцы» осуществляет учитель физической культуры.. Педагогические сотрудники МБОУ «СОШ№49» имеют высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины.

Специфика кадров МБОУ «СОШ№49» определяется высоким уровнем профессионализма, большим инновационным потенциалом, ориентацией на успех в профессиональной деятельности, в развитии творческих способностей. Все педагоги своевременно проходят курсы повышения квалификации и владеют современными образовательными технологиями.

Педагоги имеют успешный опыт разработки и внедрения инновационных проектов и программ, умеют осуществлять мониторинг своей педагогической деятельности и рефлексивный анализ её хода и результатов. Кадровое обеспечение образовательной программы строится на основе социального заказа системы педагогического образования и соответствует требованиям к подготовке нового поколения педагогов, способных к инновационной профессиональной деятельности, обладающих высоким уровнем методологической культуры и сформированной готовностью к непрерывному процессу образования.

Кадровое обеспечение реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивные танцы»

Должность	Должностные обязанности	Количество работников в ОУ (требуется/имеется)	Уровень работников ОУ	Квалификация
			Требования к уровню квалификации	Фактический уровень квалификации
Директор	Обеспечивает системную образовательную и административно-хозяйственную работу образовательного учреждения	1/1	высшее профессиональное образование направлениям подготовки «Государственное и муниципальное управление», «Менеджмент», «Управление персоналом» и	Соответствует

--

--

стаж
работы

педагогически
х

--

			<p>должностях и не менее 5 лет либо высшее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области государственного и муниципального управления и ли менеджмента и экономики и стаж работы на педагогических или руководящих должностях не менее 5 лет.</p>	
--	--	--	--	--

<p>Заместитель директора</p> <p>По УВР</p>	<p>координирует работу педагогов, разработку учебно-методической и иной документации.</p> <p>Обеспечивает совершенствование методов организации образовательного процесса.</p> <p>Осуществляет контроль за качеством образовательного процесса.</p>	<p>1/1</p>	<p>высшее профессиональное образование</p> <p>по направлениям подготовки «Государственное и муниципальное управление», «Менеджмент», «Управление персоналом» и стаж работы на педагогических должностях</p> <p>не менее 5 лет либо высшее профессиональное образование</p> <p>и дополнительное профессиональное образование</p> <p>в области государственного и муниципального управления или менеджмента</p> <p>и экономики и стаж работы на педагогических или руководящих должностях не менее 5 лет.</p>	
--	---	------------	---	--

	<p>осуществляет обучение и воспитание обучающихся, способствует формированию общей культуры личности, социализации, осознанного выбора и освоения образовательных программ.</p>	1/1	<p>высшее профессиональное образование и ли среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» или в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы или бо высшее профессиональное образование ил и среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы</p>	Соответствует
--	---	-----	---	---------------

Финансовое обеспечение реализации программы

Финансирование осуществляется заказчиком образовательной услуги ПОУ.

Применяемые технологии и средства обучения и воспитания

- Здоровьесберегающие технологии способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии;
- психолого –педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога на занятии, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих обучающихся;

- смена видов деятельности, психологическая атмосфера учебного занятия;
- учебно – воспитательные технологии, которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно – воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей).

Материально-техническое обеспечение реализации программы

Соблюдены требования:

- санитарно-гигиенических норм образовательного процесса (требования к водоснабжению, канализации, освещению, воздушно-тепловому режиму);
- санитарно-бытовых условий (наличие оборудованных гардеробов, санузлов);
- социально-бытовых условий (наличие оборудованного рабочего места, учительской);
- пожарной и электробезопасности;
- требований охраны труда;
- своевременных сроков и необходимых объемов текущего и капитального ремонта. Имеются кабинет, спортивный зал. Материально-техническое и информационное оснащение образовательного процесса обеспечивают возможность:
 - создания и использования информации (в том числе запись и обработка изображений и звука, выступления с аудио-, видео сопровождением и графическим сопровождением, общение в сети Интернет и др.);
 - получения информации различными способами (поиск информации в сети Интернет, работа в библиотеке и др.);
 - наблюдений (включая наблюдение микрообъектов), определение местонахождения, наглядного представления и анализа данных; использования цифровых планов и карт, спутниковых изображений;
 - создания материальных объектов, в том числе произведений искусства;
 - обработки материалов и информации с использованием технологических инструментов;
 - проектирования и конструирования, в том числе моделей с цифровым управлением и обратной связью;
 - исполнения, сочинения и аранжировки музыкальных произведений с применением традиционных инструментов и цифровых технологий;
 - физического развития, участия в спортивных соревнованиях и играх;
 - планирования учебного процесса, фиксирования его реализации в целом и отдельных этапов (выступлений, дискуссий, экспериментов);
 - проведения массовых мероприятий, собраний, представлений; организации отдыха и питания.

Школа располагает материальной и информационной базой, обеспечивающей организацию всех видов деятельности школьников, соответствующей санитарно- эпидемиологическим и противопожарным правилам и нормам, полным комплектом учебно- методической литературы, соответствующей возрастным особенностям обучающихся.

Таким образом, в школе создана образовательная среда, адекватная развитию ребёнка и комфортные условия для осуществления образовательного процесса.

Материально-техническое обеспечение

Формы аттестации.

Аттестация учащихся проводится в форме зачёта в виде итогового урока (отчётного концерта), в котором учащиеся должны продемонстрировать заранее подготовленные танцевальные творческие номера, которые оцениваются по основным правилам критериям оценки ФТСАРР:

- техника исполнения (ТQ)

- музыкальность движения (ММ)
- хореография и презентация (СР)

Рабочая программа «Спортивные танцы» Пояснительная записка

Рабочая программа «Спортивные танцы» рассчитана на 84 часов в год.

В программу включены упражнения обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Содержание программы направлено на общее развитие ребенка, посредством которого создается прочная основа для успешного физического развития.

Содержание ориентировано на решение **следующих задач**:

- создание условий для формирования многосторонне развитой личности ребенка (физическое, интеллектуальное духовно-нравственное, эстетическое, эмоциональное развитие);
- создания предпосылок положительной мотивации занятий спортом и ведению здорового образа жизни.

Календарно – тематическое планирование

№ ЗАНЯТИЯ	ДАТА	КОЛ-ВО ЧАСОВ	ТЕМА ЗАНЯТИЯ
1		1ч	Вводное занятие.
2		1ч	Основные танцевальные правила. Приветствие.
3		1ч	Первый подход к ритмическому исполнению.
4		1ч	Основы музыкальных ритмов..
5		1ч	Комплекс физических упражнений.
6		1ч	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.
7		1ч	Комплекс акробатических упражнений.
8		1ч	Поза исполнителя. Положение фигуры по отношению к зрителю.
9		1ч	Комплекс танцевальных упражнений.
10		1ч	Элементы классического танца.
11		1ч	Элементы сценического танца.
12		1ч	Основы спортивных танцев.
13		1ч	Комплекс физических упражнений.
14		1ч	Комплекс танцевальных упражнений.
15		1ч	Комплекс акробатических упражнений.

16		1ч	Основы музыкальных ритмов.
17		1ч	Элементы музыкальной грамоты.
18		1ч	Музыкально-ритмические упражнения, акробатика.
19		1ч	Музыкально-ритмические упражнения, гимнастика.
20		1ч	Элементы спортивного танца.
21		1ч	Элементы спортивного танца.
22		1ч	Постановка и изучение танца “Про мышей”.
23		1ч	Постановка и изучение танца “Про мышей”.
24		1ч	Постановка и изучение танца “Про мышей”.
25		1ч	Музыкально-танцевальные игры.
26		1ч	Основы музыкальных ритмов.
27		1ч	Ритмическая схема.
28		1ч	Простейшие танцевальные элементы.
29		1ч	Упражнения для развития плавности и мягкости движений.
30		1ч	Пластичная гимнастика.
31		1ч	Упражнения на синхронность и координацию движений.
32		1ч	Постановка и изучение танца “Чебурашка”.
33		1ч	Постановка и изучение танца “Чебурашка”.
34		1ч	Постановка и изучение танца “Чебурашка”.
35		1ч	Гимнастика. Упражнения на дыхание.
36		1ч	Упражнения для развития правильной осанки.
37		1ч	Упражнения на развитие растяжки.
38		1ч	Упражнения для суставов и на расслабление мышц.
39		1ч	Разучивание простейших танцевальных элементов.
40		1ч	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.
41		1ч	Выразительные средства музыки и танца.
42		1ч	Правила танцевального этикета. Акробатические комбинации.
43		1ч	Понятие размера. Длительность в музыке и танце.
44		1ч	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.
45		1ч	Постановка и изучение танца “Буратино”.
46		1ч	Постановка и изучение танца “Буратино”.
47		1ч	Постановка и изучение танца “Буратино”.
48		1ч	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.
49		1ч	Гимнастическая связка.
50		1ч	Ритмические упражнения.
51		1ч	Акробатическая связка.
52		1ч	Танцевальная связка с элементами акробатики и гимнастики.
53		1ч	Фигуры в танце.

54		1ч	Упражнения на укрепление осанки.
55		1ч	Акцентированная ходьба с одновременным махом и согнутыми руками.
56		1ч	Движения руками в различном темпе.
57		1ч	Дыхательные упражнения.
58		1ч	Правый и левый поворот в парах.
59		1ч	Танцевальная композиция в стиле “Твист”.
60		1ч	Современный танцевальный этюд.
61		1ч	Развивающие элементы спортивного танца.
62		1ч	Элементы современного и спортивного танца, позиции рук и ног.
63		1ч	Упражнения у хореографического станка.
64		1ч	Общеразвивающие физические упражнения.
65		1ч	Основы современного танца: позиции рук и ног.
66		1ч	Рисунок танца, перестроения по линиям.
67		1ч	Основы спортивного танца: элементарные комбинации.
68		1ч	Постановка и изучение танца “Маша и Медведь”.
69		1ч	Постановка и изучение танца “Маша и Медведь”.
70		1ч	Постановка и изучение танца “Маша и Медведь”.
71		1ч	Спортивный танец - комбинация на кросс.
72		1ч	Спортивный танец - диагональ. Упражнения для растяжки на станке.
73		1ч	Формирование танцевального шага.
74		1ч	Повторение и отработка элементов классического танца.
75		1ч	Повторение и отработка элементов современного танца.
76		1ч	Повторение и отработка элементов спортивного танца.
77		1ч	Упражнения для развития гибкости плечевого и тазобедренного суставов.
78		1ч	Упражнения для подготовки к импровизации.
79		1ч	Парная и групповая синхронизация движений.
80		1ч	Простые групповые и парные поддержки.
81		1ч	Комбинации широких шагов и наклонов.
82		1ч	Элементы спортивного танца. Работа стопы и колена.
83		1ч	Исполнение танцевальных этюдов, на основе комбинаций из изученных элементов.
84		1ч	Итоговое занятие.

Список литературы

- * Алиев М.В. Воспитание нравственных основ личности в процессе обучения (методика и опыт)./ М.В. Алиев. Омск: ОГПИ-НГПИ, 1989.
- * Арнольд П.Дж. Эстетические аспекты спорта. Сокр. пер. Соменко Л.В.//Спорт, духовные ценности, культура. М.,-1997.-Вып.5.
- * Бернс Д. Первые шаги в мире искусства. -М.: Просвещение 1991.
- * Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: “Академия”, 2002
- * Манолова О.Н. К вопросу об индивидуальных различиях спортсменов-танцоров // Спортивные танцы: Тез. 3 Рос. Науч.-метод. Конф. По пробл. развития спорт. танцев. М.:1999.