

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ  
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ №1»

Принята на заседании  
педагогического совета

Протокол № 01  
от « 26 » 08

2021 г.



«Утверждаю»

Директор МАУДО «ГДТДиМ №1»  
Т.А. Певгова

Принято № 169  
от « 26 » 08

2021 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ  
«ОЛИМП»**

**направленность:** физкультурно-спортивная

**возраст обучающихся:** 8-11 лет

**группа №4**

**год обучения:** 2 год (216 часов)

Сойко Максим Вячеславович,  
педагог дополнительного образования  
отдела художественного воспитания

НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2021

### Планируемые результаты

Раздел, тема программы или задачи	результат			механизм отслеживания
	высокий уровень	средний уровень	низкий уровень	
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	знает правила поведения и техники безопасности на занятиях и ведёт себя в рамках этих правил; знание правил поведения на занятиях брейк данса, Т.Б. на занятиях и при выполнении сложных элементов	знает правила по Т.Б. и правила поведения, но всегда следует им	плохо знает правила поведения; Т.Б. наблюдаются нарушения в поведении; требуется напоминание педагога	викторина наблюдение беседа
Ритмика (разминка).	знает технику выполнения разминки умеет выполнять основные упражнения разминки на различные группы мышц, знает очередность выполнения	допускает незначительные ошибки, может выполнять комплекс при подсказке педагога	допускает значительные ошибки при исполнении упражнений разминки, не соблюдает очередность, ошибки при ответе	наблюдение, сдача программных элементов
Повторение детских танцев.	может выполнять движения танцев самостоятельно без помощи педагога; знает очередность исполнения движений в танце	знает и исполняет элементы неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами, требуется незначительная помощь педагога. тело и организм ребенка развиты физически незначительно	знает и исполняет элементы неуверенно, требуется значительная помощь педагога; тело и организм ребенка физически не развиты	наблюдение, повторение за педагогом, выступление на зачете и соревнованиях
Подготовительные движения к т.Медленные вальс.	выполняет самостоятельно все связки танца; двигается в ритме музыки, эмоционально и	может выполнить связки танца с поддержкой педагога, допускает	не может освоить выполнение движений танца двигается вне ритма музыки,	наблюдение, повторение за педагогом, выступление на концерте

	уверенно	ошибки.	неэмоционально, допускает существенные ошибки	
«Медленный вальс»	уверенно и четко выполняет базовые упражнения в ритме музыки, синхронно; выработка двигательных навыков. совершенствовани е двигательной функции	знает и исполняет элементы неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами; требуется незначительная помощь педагога; тело и организм ребенка развиты физически незначительно	знает и исполняет элементы неуверенно, требуется значительная помощь педагога; тело и организм ребенка физически не развиты	наблюдение, творческий показ, выступления.
Подготовитель ные движения к т. Ча-Ча-Ча	выполняет самостоятельно все связки танца; двигается в ритме музыки, эмоционально и уверенно	может выполнить связки танца с поддержкой педагога, допускает ошибки.	не может освоить выполнение движений танца двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки	наблюдение, повторение за педагогом, выступление на концерте
«Ча-Ча-Ча»	уверенно и четко выполняет базовые движения в ритме музыки, синхронно; выработка двигательных навыков, совершенствовани е двигательной функции	знает и исполняет движения танца неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами, требуется незначительная помощь педагога; тело и организм ребенка развиты физически незначительно.	знает и исполняет движения танца неуверенно, требуется значительная помощь педагога; тело и организм ребенка физически не развиты	наблюдение, контрольное занятие, выступления.
Подготовитель ные движения к т. Самба	выполняет самостоятельно все связки танца;	может выполнить связки танца с	не может освоить выполнение	наблюдение, повторение за педагогом,

	двигается в ритме музыки, эмоционально и уверенно	поддержкой педагога, допускает ошибки.	движений танца двигается вне ритма музыки, неэмоционально, допускает существенные ошибки	выступление на концерте
«Самба»	уверенно и четко выполняет базовые движения в ритме музыки, синхронно; выработка двигательных навыков; совершенствование двигательной функции	знает и исполняет движения танца неуверенно, но повторяет за педагогом и другими ребятами; требуется незначительная помощь педагога; тело и организм ребенка развиты физически незначительно	знает и исполняет движения танца неуверенно, требуется значительная помощь педагога; тело и организм ребенка физически не развиты	наблюдение, зачет, выступления.
Контрольные срезы	вводный контроль исполнение танцевальных элементов не музыкальное в разрез с ритмом музыкального сопровождения, не может точно пройти по траектории - круг, диагональ, линия, колонна, квадрат	промежуточный контроль заданные танцевальные элементы выполняет музыкально, ритмично, но все музыкальные акценты не выполнены лексически и путается в построении рисунков в пространстве	итоговый контроль все задания выполняет четко и движения соответствуют ритмическому рисунку, нет ни опережения, ни замедления комбинации в разрез музыкального материала, безошибочно проставляет рисунки в пространстве	наблюдение, повторение за педагогом, выступление на зачете и соревнованиях
<i>метапредметные результаты</i>				
<i>низкий уровень</i>	<i>средний уровень</i>		<i>высокий уровень</i>	
умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; владение основами самоконтроля, самооценки,	умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для		умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе:	

<p>принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; умеет ставить самостоятельно цели своего обучения и знает пути достижения поставленных целей, умеет излагать свою точку зрения, аргументировать свое мнение</p>	<p>классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы; самостоятельно принимает решения относительно проблем творческого характера; при разрешении конфликтов готов к учету интересов сторон и сотрудничеству</p>	<p>находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.</p>
<p><i>личностные результаты</i></p>		
<p><i>стартовый уровень</i></p>	<p><i>базовый уровень</i></p>	<p><i>продвинутый уровень</i></p>
<p>формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений</p>	<p>формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира; формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания</p>	<p>освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей; развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам</p>

## Содержание программы

**Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.** Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности.

*Теория:* правила техники безопасности. Правила поведения на занятиях, правила поведения во Дворце, в общественных местах.

*Практика:* определение ближайших эвакуационных выходов.

Знает правила ТБ, самостоятельно находит пути эвакуации, рассказывает о правилах поведения, помогает товарищам при ответе.

*Форма и методы проведения занятия:* учебное занятие, демонстрация устный опрос, викторина.

## Раздел 2. Ритмика (разминка)

### **Тема 2.1. Наклоны и вращения головы**

*Теория:* правила выполнения упражнений для головы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* упражнения поворот «вправо», «влево», «вперед», «назад», вращение по кругу.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 2.2. Круговые движения руками**

*Теория:* правила выполнения упражнений на вращение кистей, руки от локтей от плечевого сустава, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* упражнения поворот «вправо», «влево», «вперед», «назад», вращение по кругу.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 2.3. Наклоны корпуса**

*Теория:* правила выполнения упражнения на скручивания корпуса, наклоны вправо, влево, вперед, назад, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* упражнения поворот «вправо», «влево», «вперед», «назад», вращение по кругу.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 2.4. Вращение бёдер**

*Теория:* правила выполнения упражнений на вращение бедра, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* упражнения поворот «вправо», «влево», «вперёд», «назад», вращение по кругу.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 2.5. Круговые движения коленного сустава**

*Теория:* правила выполнения упражнений на вращение колен, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* упражнения поворот «вправо», «влево», вращение по кругу в положении руки на коленях.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка

### **Тема 2.6. Упражнение на развитие подвижности стопы**

*Теория:* правила выполнения упражнений на сгибание и разгибания стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* поочерёдное сгибание и разгибание стопы вперед, вправо, влево, подъем на полу пальцы.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка

### **Тема 2.7. Прыжки**

*Теория:* правила выполнения прыжка на месте, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* прыжки по 6 позиции, прыжки с выносом ноги в сторону, вперед, назад

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка

### **Тема 2.8. Марш на месте**

*Теория:* правила выполнения ходьбы на месте, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* шаг с высоким поднятием колена на месте под музыку

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка

### **Тема 2.9. Упражнение «планка»**

*Теория:* правила выполнения планки в положении лежа на локтях, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* в положении лежа на локтях держать корпус в горизонтальном положении.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 2.10. Наклоны наверх, вниз.**

*Теория:* правила выполнения наклонов наверх, вниз, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* в положении ноги на ширине плеч, выполнять наклон вниз до касания пола руками, резкий подъем наверх с вытягиванием рук наверх.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 2.11. Отжимания от пола**

*Теория:* правила выполнения отжимания от пола, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* в положении лежа выполнять отжим в горизонтальном положении от пола.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 2.12. Упражнение на пресс**

*Теория:* правила выполнения упражнения на пресс, вниз, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* в положении лежа на спине выполнять подъём корпуса с вытянутыми руками вперёд на 90 градусов.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 2.13. Растяжка**

*Теория:* правила выполнения на растяжку в шпагате, вниз, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* в положении стоя выполнять снижения в одну и в другую ногу поочередно, растягивая паховые мышцы.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

## **Раздел 3. Подготовительные движения к танцу «Медленный вальс»**

### **Тема 3.1. Снижение и подъём в стопе**

*Теория:* правила выполнения подъёма и снижения в стопе, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять подъём на подушечки стопы и снижение в колени на 3 счета в 6 позиции.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 3.2. Снижение и подъём в стопе под музыку в паре**

*Теория:* правила выполнения подъёма и снижения в стопе, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять подъём на подушечки стопы и снижение в колени на 3 счета в 6 позиции. Постановка и взаимодействие в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 3.3. Шаг в сторону через пружину.**

*Теория:* правила выполнения пружины на 3 счета с последующим шагом в сторону, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять пружину в коленях на 3 счета с последующим шагом в сторону на счёт 2.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 3.4. Шаг в сторону через пружину под музыку в паре.**

*Теория:* правила выполнения пружины на 3 счета с последующим шагом в сторону, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, постановка в пару.

*Практика:* выполнять пружину в коленях на 3 счета с последующим шагом в сторону на счёт 2. Постановка и взаимодействие в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### **Тема 3.5. Шаг вперёд, назад через пружину.**

*Теория:* правила выполнения пружины на 3 счета с последующим шагом вперёд, назад, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять пружину в коленях на 3 счета с последующим шагом вперёд и назад на счёт 1.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.



### ***Тема 3.6. Шаг вперёд, назад через пружину под музыку в паре.***

*Теория:* правила выполнения пружины на 3 счёта с последующим шагом вперёд, назад, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса. Постановка в паре.

*Практика:* выполнять пружину в коленях на 3 счёта с последующим шагом вперёд и назад на счёт 1. Постановка и взаимодействие в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 3.7. Спуск с выносом стопы на каблук вперёд.***

*Теория:* правила выполнения спуска с выносом стопы на каблук, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять пружину с последующим выносом стопы на каблук правой, а затем левой ногой вперёд.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 3.8. Спуск с выносом стопы на каблук вперёд под музыку.***

*Теория:* правила выполнения спуска с выносом стопы на каблук, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять пружину с последующим выносом стопы на каблук правой, а затем левой ногой вперёд под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 3.9. Спуск с выносом стопы «подушечкой» стопы назад.***

*Теория:* правила выполнения спуска с выносом стопы на подушечку назад, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять пружину с последующим выносом стопы подушечкой правой, а затем левой ногой назад.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 3.10. Спуск с выносом стопы «подушечкой» стопы назад под музыку.***

*Теория:* правила выполнения спуска с выносом стопы на подушечку назад, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять пружину с последующим выносом стопы подушечкой правой, а затем левой ногой назад под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 3.11. Спуск с выносом стопы вперёд, назад в паре.***

*Теория:* правила выполнения спуска с выносом стопы вперёд, назад, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять пружину с последующим выносом стопы вперёд, назад в паре. Постановка и взаимодействие.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 3.12. Спуск с выносом стопы вперёд, назад в паре под музыку.***

*Теория:* правила выполнения спуска с выносом стопы вперёд, назад, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять пружину с последующим выносом стопы вперёд, назад в паре. Постановка и взаимодействие. Выполнение под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 3.13. Постановка основной позиции в паре.***

*Теория:* правила выполнения основной позиции в паре в руках, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* постановка и взаимодействие в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

## **Раздел 4. Медленный вальс.**

### ***Тема 4.1. Правая «Перемена»***

*Теория:* правила выполнения движения правая «перемена», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять движение правая «перемена» со сменой в ногах на 3 счета.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 4.2. Правая «Перемена» под музыку в паре.***

*Теория:* правила выполнения движения правая «перемена», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, постановка в паре.

*Практика:* выполнять движение правая «перемена» со сменой в ногах на 3 счета с правой ноги. Взаимодействие в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 4.3. Левая «Перемена»***

*Теория:* правила выполнения движения левая «перемена», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять движение левая «перемена» со сменой в ногах на 3 счета с левой ноги.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 4.4. Левая «Перемена» под музыку в паре.***

*Теория:* правила выполнения движения левая «перемена», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, постановка в паре.

*Практика:* выполнять движение левая «перемена» со сменой в ногах на 3 счета с правой ноги. Взаимодействие в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 4.5. «Правый поворот»***

*Теория:* правила выполнения движения правый поворот, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять движение правый поворот со сменой в ногах на 3 счета.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 4.6. «Правый поворот» под музыку в паре.***

*Теория:* правила выполнения движения «правый поворот», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, постановка в паре.

*Практика:* выполнять движение «правый поворот» со сменой в ногах на 3 счета с правой ноги. Взаимодействие в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 4.7. «Левый поворот»***

*Теория:* правила выполнения движения «левый поворот», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса.

*Практика:* выполнять движение «левый поворот» со сменой в ногах на 3 счета с левой ноги.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 4.8. «Левый поворот» под музыку в паре.***

*Теория:* Правила выполнения движения «левый поворот», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, постановка в паре.

*Практика:* выполнять движение «левый поворот» со сменой в ногах на 3 счета с правой ноги. Взаимодействие в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 4.9. Соединение перемены и поворота по кругу.***

*Теория:* правила выполнения перемены и поворота, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение перемена и поворот по кругу.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 4.10. Соединение перемены и поворота по кругу в паре под музыку.***

*Теория:* правила выполнения перемены и поворота в паре, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение перемена и поворот по кругу в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка. Прослушивание музыки.

#### ***Тема 4.10. Движение «спин-поворот». Женская партия.***

*Теория:* правила выполнения движения «спин-поворот», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «спин-поворот» по линии танца.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 4.12. Движение «спин-поворот». Мужская партия.***

*Теория:* правила выполнения движения «спин-поворот», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «спин-поворот» по линии танца.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 4.13. Движение «спин-поворот» в паре.***

*Теория:* правила выполнения движения «спин-поворот» в паре, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения., постановка в пару.

*Практика:* выполнять движение «спин-поворот» по линии танца в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

## **Раздел 5. Подготовительные движения к танцу Ча-Ча-Ча.**

### ***Тема 5.1. Смена ног.***

*Теория:* правила выполнения движения смены ног на месте, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение смены ног с поочерёдным сгибанием и разгибанием коле в позиции ноги вместе.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 5.2. Смена ног в паре под музыку.***

*Теория:* правила выполнения движения смены ног на месте, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, постановка в пару.

*Практика:* выполнять движение смены ног с поочерёдным сгибанием и разгибанием коле в позиции ноги вместе. Взаимодействие в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка. Прослушивание музыки.

### ***Тема 5.3. «Шоссе»***

*Теория:* правила выполнения движения «Шоссе», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «Шоссе» через подставку вправо и влево.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 5.4. «Шоссе» в паре под музыку.***

*Теория:* правила выполнения движения «Шоссе», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, постановка в пару.

*Практика:* выполнять движение «Шоссе» через подставку вправо и влево в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 5.5. «Основное движение»***

*Теория:* правила выполнения «Основного движения», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять «Основное движение» через подставку вправо и влево с шагом вперёд и назад на счёт 2.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 5.6. «Основное движение» в паре под музыку***

*Теория:* правила выполнения «Основного движения», счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения., постановка в паре.

*Практика:* выполнять «Основное движение» через подставку вправо и влево с шагом вперёд и назад на счёт 2 в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация,

практическая тренировка., прослушивание музыки.

#### ***Тема 5.7. Шаги по кругу вперёд.***

*Теория:* правила выполнения шагов вперёд, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять шаги вперёд носком по полу с растяжением «треугольника» в коленях.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 5.8. Шаги по кругу вперёд под музыку***

*Теория:* правила выполнения шагов вперёд, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять шаги вперёд носком по полу с растяжением «треугольника» в коленях под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 5.9. Шаги по кругу спиной назад.***

*Теория:* правила выполнения шагов спиной назад, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять шаги назад носком по полу с растяжением «треугольника» в коленях.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 5.10. Шаги по кругу спиной назад под музыку.***

*Теория:* правила выполнения шагов спиной назад, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять шаги спиной назад носком по полу с растяжением «треугольника» в коленях под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 5.11. Движение «Чек»***

*Теория:* правила выполнения движения «чек», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять вынос ноги с носка вперёд и закрытие шага.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 5.12. Движение «Чек» в паре под музыку.***

*Теория:* правила выполнения шагов спиной назад, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения. Взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять вынос ноги с носка вперёд и закрытие шага в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 5.13. Движение рук.***

*Теория:* правила выполнения выноса руки в сторону, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять вынос руки в сторону через локоть поочерёдно правой и левой

рукой.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

## **Раздел 6. Ча-Ча-Ча.**

### ***Тема 6.1. Основной шаг***

*Теория:* правила выполнения основного шага танца Ча-ча-ча на месте, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение основной шаг через «лок степ» вперёд-назад.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 6.2. Основной шаг в паре под музыку.***

*Теория:* правила выполнения основного шага танца Ча-ча-ча на месте в паре, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение основной шаг через «локстеп» вперёд-назад в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 6.3. «Нью-йорк»***

*Теория:* правила выполнения движения «Нью-йорк», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «Нью-йорк» в сторону с выносом руки.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 6.4. «Нью-йорк» в паре под музыку.***

*Теория:* правила выполнения движения «Нью-йорк» в паре, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение «Нью-йорк» в сторону с выносом руки, в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 6.5. «Обоюдный поворот»***

*Теория:* правила выполнения движения «Обоюдный поворот», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «Обоюдный поворот» вправо, влево через шоссе.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 6.6. «Обоюдный поворот» в паре***

*Теория:* правила выполнения движения «Обоюдный поворот» в паре, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, Взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение «Обоюдный поворот» вправо, влево через шоссе в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация,

практическая тренировка.

#### ***Тема 6.7. «Обоюдный поворот» в паре под музыку***

*Теория:* правила выполнения движения «Обоюдный поворот» в паре под музыку, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, Взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение «Обоюдный поворот» вправо, влево через шоссе в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 6.8. «Хип твист». Женская партия.***

*Теория:* правила выполнения движения «Хип твист», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «хип твист» со сменой ног.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 6.9. «Хип твист». Мужская партия.***

*Теория:* Правила выполнения движения «хип твист», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «хип твист» со сменой ног.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 6.10. «Хип твист» в паре***

*Теория:* правила выполнения движения «хип твист», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение «хип твист» со сменой ног в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 6.11. «Хип твист» в паре под музыку***

*Теория:* правила выполнения движения «хип твист», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение «хип твист» со сменой ног в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 6.12. «Хип твист». Артистизм.***

*Теория:* правила выполнения движения «хип твист», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение «хип твист» со сменой ног в паре под музыку, выражая эмоции.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### **Раздел 7. Подготовительные движения к танцу Самба.**

### ***Тема 7.1. Пружина в коленях***

*Теория:* правила выполнения пружины в коленях, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять пружину в коленях с использованием счета «раз и два» в 6 позиции.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 7.2. Пружина в коленях по музыке***

*Теория:* Правила выполнения пружины в коленях, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять пружину в коленях с использованием счета «раз и два» в 6 позиции под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 7.3. Пружина в коленях по музыке в паре.***

*Теория:* правила выполнения пружины в коленях, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, Взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять пружину в коленях с использованием счета «раз и два» в 6 позиции под музыку в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 7.4. «Маятник» вперёд, назад.***

*Теория:* правила выполнения «маятника» через пружину вперёд, назад, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «маятник» вперёд, назад с использованием счета «раз и два»

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 7.5. «Маятник» вперёд, назад под музыку***

*Теория:* правила выполнения «маятника» через пружину вперёд, назад, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «маятник» вперёд, назад с использованием счета «раз и два» под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 7.6. «Маятник» вперёд, назад под музыку в паре.***

*Теория:* Правила выполнения «маятника» через пружину вперёд, назад в паре, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение «маятник» вперёд, назад с использованием счета «раз и два» под музыку в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 7.7. «Маятник» вправо, влево.***



*Теория:* правила выполнения «маятника» через пружину вправо, влево, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «маятник» вправо, влево с использованием счета «раз и два»

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 7.8. «Маятник» вправо, влево под музыку***

*Теория:* правила выполнения «маятника» через пружину вправо, влево, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение «маятник» вправо, влево с использованием счета «раз и два» под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 7.9. «Маятник» вправо, влево под музыку в паре.***

*Теория:* правила выполнения «маятника» через пружину вправо, влево в паре, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение «маятник» вправо, влево с использованием счета «раз и два» под музыку в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 7.10. пружина в положении стопы «крест-накрест»***

*Теория:* правила выполнения пружины в положении стопы «крест-накрест», положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение пружины в положении стопы «крест-накрест» с использованием счета «раз и два»

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

#### ***Тема 7.11. пружина в положении стопы «крест-накрест» под музыку.***

*Теория:* правила выполнения пружины в положении стопы «крест-накрест» под музыку, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять движение пружины в положении стопы «крест-накрест» с использованием счета «раз и два» под музыку. Руки в сторону.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

#### ***Тема 7.12. пружина в положении стопы «крест-накрест» под музыку в паре***

*Теория:* правила выполнения пружины в положении стопы «крест-накрест» под музыку, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, Взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять движение пружины в положении стопы «крест-накрест» с использованием счета «раз и два» под музыку в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 7.13. Соединение всех подготовительных элементов.***

*Теория:* правила выполнения соединения всех подготовительных элементов, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, Взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять соединение всех подготовительных элементов с использованием счета «раз и два» под музыку в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

## **Раздел 9. Самба**

### ***Тема 9.1. Самба - ход на месте***

*Теория:* правила выполнения движения самба-ход на месте, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять пружину с выносом ноги назад, и поочерёдная смена с использованием счета «раз и два» в 6 позиции.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 9.2. Самба -ход на месте под музыку***

*Теория:* правила выполнения движения самба-ход на месте, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять пружину с выносом ноги назад, и поочерёдная смена с использованием счета «раз и два» в 6 позиции под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 9.3. Самба -ход на месте в паре.***

*Теория:* правила выполнения движения самба-ход на месте, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять пружину с выносом ноги назад, и поочерёдная смена с использованием счета «раз и два» в 6 позиции в паре под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 9.4. Самба - виск на месте***

*Теория:* правила выполнения движения самба-виск на месте, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять пружину с выносом ноги в сторону, и сбор стопы назад накрест с использованием счета «раз и два».

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 9.5. Самба -виск на месте под музыку***

*Теория:* правила выполнения движения самба-виск на месте, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять пружину с выносом ноги в сторону, и сбор стопы назад накрест с использованием счета «раз и два» под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 9.6. Самба - виск на месте под музыку в паре.***

*Теория:* правила выполнения движения самба-виск на месте, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, Взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять пружину с выносом ноги в сторону, и сбор стопы назад накрест с использованием счета «раз и два» под музыку в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 9.7. Вольта***

*Теория:* правила выполнения движения вольта вправо, влево, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять пружину в положение стоп накрест и с последующим шагом в сторону в эту же позицию с использованием счета «раз и два».

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 9.8. Вольта под музыку***

*Теория:* правила выполнения движения вольта вправо, влево, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять пружину в положение стоп накрест и с последующим шагом в сторону в эту же позицию с использованием счета «раз и два» под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 9. 9. Вольта под музыку в паре.***

*Теория:* правила выполнения движения вольта вправо, влево, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять пружину в положение стоп накрест и с последующим шагом в сторону в эту же позицию с использованием счета «раз и два» под музыку в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 9.10. Соединение всех элементов.***

*Теория:* правила выполнения движения самба-ход, самба-виск, вольта, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять соединение 3х элементов с использованием счета «раз и два».

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка.

### ***Тема 9.11. Соединение всех элементов под музыку.***

*Теория:* правила выполнения движения самба-ход, самба-виск, вольта, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения.

*Практика:* выполнять соединение 3х элементов с использованием счета «раз и два» под музыку.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 9. 12. Соединение всех элементов под музыку в паре на месте.***

*Теория:* правила выполнения движения самба-ход, самба-виск, вольта, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять соединение 3х элементов с использованием счета «раз и два» под музыку в паре.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

### ***Тема 9.13. Соединение всех элементов под музыку в паре по кругу.***

*Теория:* правила выполнения движения самба-ход, самба-виск, вольта, положение стопы, счёт, положение рук, корпуса, выравнивание корпуса, изучение направления движения, взаимодействие в паре.

*Практика:* выполнять соединение 3х элементов с использованием счета «раз и два» под музыку в паре по кругу.

*Форма и методы проведения занятия:* практическое занятие, демонстрация, практическая тренировка, прослушивание музыки.

## **Раздел 9. Мероприятие воспитательно-познавательного характера.**

## **Раздел 10. Контрольные занятия**

### ***Вводный контроль***

*Теория:* знание основных движений ритмики (разминки), медленного вальса.

*Практика:* исполнение движений правая «Перемена, левая «Перемена», правый поворот и левый поворот медленного вальса.

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

### ***Промежуточный контроль***

*Теория:* знание основных движений танца «Ча-ча-ча»

*Практика:* исполнение движений танца «Ча-ча-ча»: «Чек», «Чек» в паре под музыку, обоюдный поворот» в паре и хип твист.

*Формы и методы проведения занятий:* контрольное занятие, практическая работа.

### ***Итоговый контроль***

*Теория:* знание основных движений танцев «Медленный вальс», Ча-ча-ча», «Самба».

*Практика:* исполнение Самба - ход на месте Самба –виск, вольта. Исполнение танцев «Медленный вальс», Ча-ча-ча», «Самба». Точно координирует, исполняет в такт музыки.

*Формы и методы проведения занятий:* творческий показ, практическая работа.

### Календарный учебный график

№ п/п	месяц	число	время проведения занятия	форма занятия	количество часов	тема занятия	место проведен ия	форма контроля
				занятие	2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	т/зал	беседа тестирование
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Танец «Веселая зарядка». Повторение танца в паре под музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Веселая зарядка». Повторение танца в паре под музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Веселая зарядка». Повторение танца в паре под музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Локомотив». Повторение танца в паре под музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Вару Вару». Повторение танца в паре под музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Вару Вару». Повторение танца в паре под музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Вару Вару». Повторение танца в паре под музыку	т/зал	творческий показ
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Концертная постановка танца «Рилио». «Дорожка» комбинация прыжков с	т/зал	зачет

						продвижением.		
				конкурс	2	Концертная постановка танца «Рилио». Обводка смена мест партнера и партнерши	т/зал	зачет
				занятие	2	Концертная постановка танца «Рилио». Обводка смена мест партнера и партнерши	т/зал	творческий показ
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Повтор танцев бальной хореографии. Правая перемена в паре в учебном положении	т/зал	контрольное занятие
				занятие	2	Повтор танцев бальной хореографии. Правая перемена в паре в учебном положении	т/зал	контрольное занятие
				занятие	2	Повтор танцев бальной хореографии. Правая перемена. Техника исполнения	т/зал	контрольное занятие
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Медленный вальс. Правая и левая перемена на середине зала	т/зал	творческий показ
				занятие	2	Медленный вальс. Правая и левая перемена на середине зала	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правая и левая перемена по одному и в паре по длинной стороне	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правая и левая перемена по одному и в паре по длинной стороне	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правая и левая перемена по одному и в паре по длинной стороне	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правая и левая перемена по одному и в паре по длинной стороне	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правый поворот по одному и в паре	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правый поворот по одному	т/зал	творческий показ

						и в паре		
				занятие	2	Медленный вальс. Правый поворот по одному и в паре	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правый поворот по одному и в паре	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правый поворот по одному и в паре под музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Медленный вальс. Правый поворот по одному и в паре под музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Венский вальс. Работа над музыкой. Постановка корпуса и рук.	т/зал	зачет
				занятие	2	Венский вальс. Работа над музыкой. Постановка корпуса и рук.	т/зал	зачет
				занятие	2	Венский вальс. Работа над музыкой. Постановка корпуса и рук.	т/зал	творческий показ
				занятие	2	Венский вальс. Подготовительные шага ВВ. Шаги вперед и назад	т/зал	зачет
				занятие	2	Венский вальс. Подготовительные шага ВВ. Шаги вперед и назад	т/зал	зачет
				занятие	2	Венский вальс. Подготовительные шага ВВ. Шаги вперед и назад	т/зал	зачет
				занятие	2	Венский вальс. Подготовительные шага ВВ. Шаги вперед и назад	т/зал	зачет
				занятие	2	Венский вальс. Протоптывание шагов под счет и музыку по одному и в парах	т/зал	зачет
				занятие	2	Венский вальс. Протоптывание шагов под счет и музыку по одному и в парах	т/зал	творческий показ

				занятие	2	Венский вальс. Протоптывание шагов под счет и музыку по одному и в парах	т/зал	занятие
				занятие	2	Венский вальс. Протоптывание шагов под счет и музыку по одному и в парах	т/зал	аттестация
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Работа над музыкой.	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Работа над музыкой.	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Работа над музыкой.	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Основной шаг Ча ча ча по одному и в паре. Техника исполнения	т/зал	творческий показ
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Основной шаг Ча ча ча по одному и в паре. Техника исполнения	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Основной шаг Ча ча ча по одному и в паре. Техника исполнения	т/зал	творческий показ
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Основной шаг Ча ча ча по одному и в паре. Техника исполнения	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Основной шаг Ча ча ча по одному и в паре. Техника исполнения	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Раскрытие в «чек»по одному и в парах	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Раскрытие в «чек»по одному и в парах	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Раскрытие в «чек»по одному и в парах	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Раскрытие в «чек»по одному и в парах	т/зал	зачет
				занятие	2	Танец «Ча-ча-ча». Раскрытие в «чек»по одному и в парах	т/зал	зачет



						одному и в парах		
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Ритмика (разминка)	т/зал	сдача нормативов
				занятие	2	Изучение танца «Самба». Работа над музыкой.	т/зал	зачет
				занятие	2	Изучение танца «Самба». Работа над музыкой.	т/зал	зачет
				занятие	2	Изучение танца «Самба». Подготовительные движения (пружина, маятник)	т/зал	зачет
				занятие	2	Изучение танца «Самба». Подготовительные движения (пружина, маятник)	т/зал	зачет
				занятие	2	Изучение танца «Самба». Подготовительные движения (пружина, маятник)	т/зал	зачет
				занятие	2	Самба. Самба-виск под счет и музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Самба. Самба-виск под счет и музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Самба. Самба-виск под счет и музыку	т/зал	зачет
				занятие	2	Итоговое занятие	т/зал	аттестация
				итого	216			