

Объединение: Танец в стиле Зумба

Педагог : Усова И.Е.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК
распределения учебных часов на учебный год
ГРУППЫ № 5, 1 года обучения (танец в стиле Зумба)

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ	Количество часов	ПЕРИОДЫ ТРЕНИРОВКИ								
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Теоретические занятия:										
1. Вводное занятие. -Правила поведения и техники безопасности на занятии -Ознакомление с различными танцевальными стилями - Характеристики техники выполнения упражнений.	1		1							
	в процессе занятия									
Практические занятия:										
2. Элементы современного танцевального направления «Зумба»	20		3	3	3	2	2	2	2	3
3. Постановочная работа	21		2	3	2	3	3	3	3	2
4. Фитнес-подготовка	10		1	1	2	1	1	1	1	2
5. Стретчинг	10		1	2	1	1	1	2	1	1
6. Промежуточная аттестация	2				1				1	
7. Итоговое занятие	1									1
Итого часов:	64									
Всего часов:	65		8	9	9	7	7	8	8	9

Методист _____ (подпись)

Календарный учебный график на месяц на 2023-2024 учебный год

Объединение: Танец в стиле Зумба

Группа № 5, 1 года обучения

Время проведения занятий: среда – 15.40-16.25, пятница – 15.40-16.25 2 раза по 1 часу.

Место проведения – Ленинградская на б. 34, корпус 3.

Форма занятия - групповая

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.	Октябрь	4	Беседа Дидактические игры	1	Вводное занятие	Опрос
2.	Октябрь	6	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
3.	Октябрь	11	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
4.	Октябрь	13	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение
5.	Октябрь	18	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение
6.	Октябрь	20	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
7.	Октябрь	25	Практическое занятие	1	Элементы классического танца Партерная гимнастика и элементы акробатики	Наблюдение опрос
8.	Октябрь	27	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение
9.	Ноябрь	1	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
10.	Ноябрь	3	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
11.	Ноябрь	8	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
12.	Ноябрь	10	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
13.	Ноябрь	15	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
14.	Ноябрь	17	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
15.	Ноябрь	22	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос

16.	Ноябрь	24	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
17.	Ноябрь	29	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
18.	Декабрь	1	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
19.	Декабрь	6	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
20.	Декабрь	8	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
21.	Декабрь	13	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
22.	Декабрь	15	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
23.	Декабрь	20	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
24.	Декабрь	22	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
25.	Декабрь	27	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
26.	Декабрь	29	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
27.	Январь	10	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
28.	Январь	12	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
29.	Январь	17	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
30.	Январь	19	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
31.	Январь	24	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
32.	Январь	26	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
33.	Январь	31	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
34.	Февраль	2	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Тестирование
35.	Февраль	7	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба	Наблюдение

					Стретчинг	Опрос
36.	Февраль	9	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
37.	Февраль	14	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
38.	Февраль	16	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
39.	Февраль	21	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
40.	Февраль	28	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
41.	Март	1	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
42.	Март	6	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
43.	Март	13	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
44.	Март	15	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
45.	Март	20	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
46.	Март	22	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
47.	Март	27	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
48.	Март	29	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
49.	Апрель	3	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
50.	Апрель	5	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
51.	Апрель	10	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
52.	Апрель	12	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
53.	Апрель	17	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
54.	Апрель	19	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос

55.	Апрель	24	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
56.	Апрель	26	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
57.	Май	3	Практическое занятие	1	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и отработка движений и комбинаций к танцевальному номеру.	Наблюдение Опрос
58.	Май	8	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Фитнес подготовка	Наблюдение Опрос
59.	Май	10	Практическое занятие	1	Элементы современного танцевального направления Зумба Стретчинг	Наблюдение Опрос
60.	Май	15	Практическое занятие	1	Итоговая аттестация	Наблюдение Опрос
61.	Май	17	Практическое занятие	1	Репетиционная деятельность и сводные репетиции Техника безопасности при проведении репетиций. Правила поведения на сценической площадке. Отработка концертного номера, раскрытие идейного содержания драматургического произведения и воплощение сценического образа в соответствии с репертуарным планом.	Тестирование Опрос
62.	Май	22	Практическое занятие	1	Репетиционная деятельность и сводные репетиции Техника безопасности при проведении репетиций. Правила поведения на сценической площадке. Отработка концертного номера, раскрытие идейного содержания драматургического произведения и воплощение сценического образа в соответствии с репертуарным планом.	Наблюдение Опрос
63.	Май	24	Практическое занятие	1	Репетиционная деятельность и сводные репетиции Техника безопасности при проведении репетиций. Правила поведения на сценической площадке. Отработка концертного номера, раскрытие идейного содержания драматургического произведения и воплощение сценического образа в соответствии с репертуарным планом.	Наблюдение Опрос
64.	Май	29	Практическое занятие	1	Концертная деятельность Правила поведения на сцене. Развитие чувства уверенности на сцене при выступлениях перед зрителем. Усовершенствование эмоциональности подачи танцевального материала, энергетики танца. Участие в концертах и мероприятиях различного уровня: учреждения, города, области	Наблюдение Опрос

65.	Май	31	Практическое занятие	1	Итоговое занятие	Наблюдение Опрос
------------	------------	-----------	----------------------	---	------------------	---------------------