



УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ
«Детский сад комбинированного вида № 181»
О.А. Климушина

**Календарный учебный график
(Календарно-тематическое планирование)
по дополнительной общеразвивающей программе
«ФитДанс»**

Структура занятия в младшей и средней группах (15-20 мин)

Структура занятия	Длительность	Количество упражнений	Преимущественная направленность упражнений
Вводная: Разминка Игроритмика	4 мин.	4-6 упр. 1-2 упр.	На осанку, Типы ходьбы, Движения рук, хлопки в такт.
Основная: Танцевальные шаги; Азбука движения; Танец Весёлый тренинг	19 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	1-2 упр. 1-3 упр. 1-2 упр.	Для мышц шеи, Для мышц плечевого пояса, Для мышц туловища, Для ног, Танцевальные связки и рисунки, Для развития гибкости, Для развития ритма, такта.
Заключительная: Пальчиковая гимнастика; Дыхательные упражнения	2 мин. 1 мин. 1 мин.	2-3 упр. 2 упр.	Массаж рук; На дыхание; Расслабление.

Структура занятия в старшей и подготовительной группах (25-30 мин.)

Структура занятия	Длительность	Количество упражнений	Преимущественная направленность упражнений
Вводная: Разминка Игроритмика	4 мин.	4-6 упр. 1-2 упр.	На осанку, Типы ходьбы, Движения рук, хлопки в такт.
Основная: Танцевальные шаги; Азбука движения; Танец Весёлый тренинг	19 мин. 4 мин. 5 мин. 5 мин. 5 мин.	1-2 упр. 1-3 упр. 1-2 упр.	Для мышц шеи, Для мышц плечевого пояса, Для мышц туловища, Для ног, Танцевальные связки и рисунки, Для развития гибкости, Для развития ритма, такта.
Заключительная: Пальчиковая гимнастика; Дыхательные упражнения	2 мин. 1 мин. 1 мин.	2-3 упр. 2 упр.	Массаж рук; На дыхание; Расслабление.

Структура занятия в старшей и подготовительной группах (25-30 мин.)

Структура занятия	Длительность	Количество упражнений	Преимущественная направленность упражнений
Вводная: 1.Разминка 2.Игроритмика	4 мин.	6-8 упр. 1-2 упр.	На осанку, Типы ходьбы, Движения рук, хлопки в такт.

Основная: 1.Танцевальные шаги; 2.Азбука движения; 3.Танец 4.Весёлый тренинг	24 мин.		Для мышц шеи, Для мышц плечевого пояса, Для мышц туловища, Для ног, Танцевальные связки и рисунки, Для развития гибкости, Для развития ритма, такта.
	6 мин.	2-4 упр.	
	6 мин.	2-3 упр.	
	7 мин.		
Заключительная: Пальчиковая гимнастика; Дыхательные упражнения	5 мин.	2-3 упр.	
	2 мин.		Массаж рук; На дыхание; Расслабление.
	1 мин.	2-3 упр.	
1 мин.	2 упр.		

Календарный учебный график
(младшая группа)

Месяц	№ раздела	Название разделов и тем	Факт	Всего	Теория	Практика	
Октябрь	1	Мониторинг		1	0.5	0.5	
	2	Упражнения на развитие ритма и общефизическая подготовка		1	0.5	0.5	
	3	Детская йога и танец - игра		2	0.5	1.5	
	4	Суфлёр					
	4.1	Позиции и характерные движения рук, ног		1	0.5	0.5	
	4.2	Базовые движения		4	0.5	3.5	
Ноябрь	4.3	Базовые шаги		2	1	2	
	4.4	Основные связки		6	0	6	
	4.5	Проработка ритма		1	0.5	0.5	
Декабрь	4.6	Работа над образом		1	0.5	0.5	
	4.7	Постановка этюда "Точка, запятая"		5	0.5	4.5	
	4.8	Открытый урок для родителей		1	0,5	0,5	
Январь	5	Актёрское мастерство		1	0.5	0.5	
	6	Детская йога и танец - игра		1	0.5	0.5	

	7	Спортивный танец				
	7.1	Основные движения		4	0.5	3.5
Февраль	7.1	Основные движения		2	0	2
	7.2	Основные шаги		2	0.5	1.5
	7.3	Работа с пространством, перемещения		1	0	1
	7.4	Постановка танца «Винтик»		4	1	4
	7.4	Постановка танца «Винтик»		1	0	1
Март	7.5	Прыжковая часть		1	0	1
	8	Детская йога и танец - игра		2	1	1
	9	Образ				
	9.1	Базовые движения		5	1	4
	9.1	Базовые движения		4	1	3
Апрель	9.2	Базовые шаги		3	0.5	2.5
	9.3	Работа над образом		1	0.5	0.5
	9.4	Основные связки		2	0	2
Май	9.5	Работа с пространством, перестроение		1	0.5	0.5
	9.6	Обобщающее повторение		1	0	1
	9.7	Постановка танца "Выступают малыши"		2	0.5	1.5
	9.8	Открытое занятие для родителей		1	0	1
			Итого		64	14

**Календарный учебный график
(средняя группа)**

Месяц	№ раздела	Название разделов и тем	Факт	Всего	Теория	Практика
Октябрь	1	Мониторинг		1	0.5	0.5
	2	Упражнения на развитие ритма и общефизическая подготовка		1	0.5	0.5
	3	Детская йога и танец - игра		2	0.5	1.5
	4	Хип - хоп				

	4.1	Позиции и характерные движения рук, ног		1	0.5	0.5
	4.2	Базовые движения		4	0.5	3.5
Ноябрь	4.3	Базовые ходы		2	1	2
	4.4	Основные связки		4	0	4
	4.5	Работа с пространством, рисунки танца		2	0.5	1.5
	4.6	Проработка ритма		1	0.5	0.5
Декабрь	4.7	Работа над образом		1	0.5	0.5
	4.8	Постановка этюда "Танец зайчат"		5	0.5	4.5
	4.9	Открытый урок для родителей		1	0	1
Январь	5	Актёрское мастерство		1	0.5	0.5
	6	Детская йога и танец - игра		1	0.5	0.5
	7	Лирический танец				
	7.1	Основные движения		4	0.5	3.5
Февраль	7.1	Основные движения		2	0	2
	7.2	Основные ходы		2	0.5	1.5
	7.3	Рисунки танца		2	0	2
	7.4	Постановка танца «Огоньки для мамы»		3	1	2
	7.4	Постановка танца «Огоньки для мамы»		1	0	1
Март	7.5	Работа с предметом		1	0	1
	8	Детская йога и танец - игра		2	1	1
	9	Детский танец				
	9.1	Базовые движения		5	1	4
	9.1	Базовые движения		4	1	3
Апрель	9.2	Базовые ходы		2	0.5	1.5
	9.3	Творческое занятие		1	0.5	0.5
	9.4	Работа над образом		1	0.5	0.5
	9.5	Основные связки		2	0	2
Май	9.6	Основные рисунки		1	0.5	0.5
	9.7	Обобщающее повторение		1	0	1

	9.8	Постановка танца "Солнечные зайчики"		2	0.5	1.5
	9.9	Открытое занятие для родителей Мониторинг		1	0	1
		Итого		64	14	50

алендарный учебный график
(старшая группа)

Месяц	№ раздела	Название разделов и тем	Факт	Всего	Теория	Практика
Октябрь	1	Мониторинг		1	0.5	0.5
	2	Упражнения на развитие ритма и общефизическая подготовка		1	0.5	0.5
	3	Детская йога и танец - игра		2	0.5	1.5
	4	Рок - н - ролл				
	4.1	Позиции и характерные движения рук, ног		2	0.5	1.5
	4.2	Базовые движения		3	0.5	2.5
Ноябрь	4.3	Базовые ходы		5	1	4
	4.4	Основные связи		2	0	2
	4.5	Работа с пространством		1	0.5	0.5
	4.6	Проработка дрижений		1	0.5	0.5
Декабрь	4.7	Работа над образом		1	0.5	0.5
	4.8	Постановка этюда "Карнавал"		5	0.5	4.5
	4.9	Открытый урок для родителей		1	0	1
Январь	5	Актёрское мастерство		1	0.5	0.5
	6	Детская йога и танец - игра		1	0.5	0.5
	7	Морской танец- пирамида				
	7.1	Основные движения		4	0.5	3.5
Февраль	7.1	Основные движения		2	0	2
	7.2	Основные ходы		2	0.5	1.5
	7.3	Рисунки танца		2	0	2
	7.4	Постановка танца «Весёлый ветер»		3	1	2
Март	7.4	Постановка танца «Весёлый ветер»		1	0	1
	7.5	Базовые рисунки		1	0	1

	8	Детская йога и танец -игра		2	1	1
	9	Эстрада				
	9.1	Базовые движения		5	1	4
Апрель	9.1	Базовые движения		4	1	3
	9.2	Базовые ходы		2	0.5	1.5
	9.3	Творческое занятие		1	0.5	0.5
	9.4	Работа над образом		1	0.5	0.5
Май	9.5	Основные связи		2	0	2
	9.6	Основные рисунки		1	0.5	0.5
	9.7	Обобщающее повторение		1	0	1
	9.8	Постановка танца - кадрили "Детский сад"		2	0.5	1.5
	9.9	Открытое занятие для родителей Мониторинг		1	0	1
		Итого		64	14	50

**Календарный учебный график
(подготовительная к школе группа)**

Месяц	№ раздела	Название разделов и тем	Факт	Всего	Теория	Практика
Октябрь	1	Мониторинг		1	0.5	0.5
	2	Упражнения на развитие ритма и общефизическая подготовка		1	0.5	0.5
	3	Детская йога и танец - игра		2	0.5	1.5
	4	Русский танец				
	4.1	Позиции и характерные движения рук, ног		2	0.5	1.5
	4.2	Базовые движения		3	0.5	2.5
Ноябрь	4.3	Базовые ходы		5	1	4
	4.4	Основные связи		2	0	2
	4.5	Работа с пространством		1	0.5	0.5
	4.6	Проработка		1	0.5	0.5
Декабрь	4.7	Работа над образом		1	0.5	0.5
	4.8	Постановка этюда "Зимняя сказка"		5	0.5	4.5

	4.9	Открытый урок для родителей		1	0	1
Январь	5	Актёрское мастерство		1	0.5	0.5
	6	Детская йога и танец - игра		1	0.5	0.5
	7	Хип хоп				
	7.1	Основные движения		4	0.5	3.5
Февраль	7.1	Основные движения		1	0	1
	7.2	Основные ходы		2	0.5	1.5
	7.3	Работа с предметами		1	0	1
	7.4	Рисунки танца		2	0	2
	7.5	Постановка танца «Барабан»		3	1	2
	7.5	Постановка танца «Барабан»		1	0	1
Март	7.6	Основные рисунки		1	0	1
	8	Детская йога и танец -игра		2	1	1
	9	Сюжетный				
	9.1	Базовые движения		5	1	4
	9.1	Базовые движения		4	1	3
Апрель	9.2	Базовые ходы		2	0.5	1.5
	9.3	Творческое занятие		1	0.5	0.5
	9.4	Работа над образом		1	0.5	0.5
	9.5	Основные связки		2	0	2
Май	9.6	Основные рисунки		1	0.5	0.5
	9.7	Обобщающее повторение		1	0	1
	9.8	Постановка танца "Леди и джентельмены"		2	0.5	1.5
	9.9	Открытое занятие для родителей		1	0	1
	9.9	Мониторинг		1	0	1
		Итого		64	14	50