

**Учебный план**  
**Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**художественной направленности «Ритмика»**  
**на 2025-2026 учебный год**

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ**

№ п/п	Тема	1 группа/ 2 раза в неделю
<b>1</b>	Введение в программу Правила техники безопасности Танцевальная культура	2
<b>2.</b>	Партерная гимнастика	38
<b>3.</b>	Ритмика	35
<b>4.</b>	Основы современного танца	20
<b>5.</b>	Актерское мастерство	10
<b>6</b>	Сценическая и постановочная деятельность	24
<b>7</b>	Основы балльного танца	15
	Итого	144

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

	Тема	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		Входящая диагностика
1.1	Техника безопасности. Инструктаж по ТБ. Гигиена тела, внешний вид ученика				Показ. Контроль применения навыков.
<b>2.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>38</b>	<b>12</b>	<b>26</b>	Контроль применения навыков.
2.1	Развивающий комплекс упражнений для суставов ног и мышц спины и живота	18	6	12	Показ

2.2	Комплекс упражнений для растяжки	20	6	14	Показ
<b>3.</b>	<b>Ритмика</b>	<b>35</b>	<b>14</b>	<b>21</b>	Контроль применения навыков.
3.1	Азбука музыкальной грамотности	2	1	1	Показ
3.2	Ориентировка в пространстве	13	6	7	Показ
3.3	Танцевальные шаги	20	7	13	Показ. Контроль применения навыков.
<b>4.</b>	<b>Основы современного танца</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	Контроль применения навыков.
4.1	Базовые элементы современного танца	8	1	7	Показ. Контроль применения навыков.
4.2	Техники современного танца	8	2	6	Показ
4.3	Техника «импровизация»	4	1	3	Показ. Контроль применения навыков.
<b>5.</b>	<b>Актерское мастерство</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	Показ. Контроль применения навыков.
5.1	Игры и упражнения на развитие артистизма	10	2	8	Показ
<b>6.</b>	<b>Сценическая деятельность</b>	<b>24</b>	<b>6</b>	<b>18</b>	Показ. Контроль применения навыков.
6.1	Репетиционно-постановочная деятельность	20	4	16	Показ. Контроль применения навыков.
2.2	Открытые занятия	2	1	1	Показ
6.3	Концертная деятельность	2	1	1	Показ
<b>7.</b>	<b>Основы бального танца</b>	<b>15</b>	<b>4</b>	<b>11</b>	Показ. Контроль применения навыков.
7.1	Базовые элементы бального танца	8	2	6	Показ. Контроль применения навыков.
7.2	Вариации танцев	7	2	5	Показ. Контроль применения навыков.
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>44</b>	<b>100</b>	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968120

Владелец Хисамова Татьяна Геннадьевна

Действителен с 08.10.2025 по 08.10.2026