Согласовано
«05» 10 2026 года
зав. отдела ПОУ _____
/Н.В. Баннова/

Чуклина Нина Михайловна

Подписано цифровой подписью: Чуклина Нина Михайловна
Дата: 2026.09.01 17:02:38 +03'00'

Календарно-тематическое планирование
на 2026 - 2027 учебный год по программе **«Фитнес-танцы максимум»**
педагог **Скаленко А.А.** Группа **№ 26020, 1-й год обучения**

№ п/п	Дата		Тема учебного занятия	Количество часов
	планируемая	фактическая		
1	07.10.2026		Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях. Знакомство.	1
2	14.10.2026		Работа над развитием двигательной координации. Основы ритмики.	1
3	21.10.2026		Работа над развитием двигательной координации. Стретчинг: сбалансированная растяжка.	1
4	28.10.2026		Работа над развитием двигательной координации. Суставная гимнастика.	1
5	11.11.2026		Фитнес-направления. Низкоударное кардио: шаги и перемещения.	1
6	18.11.2026		Работа над развитием двигательной координации. Упражнения на изоляцию (голова + корпус + руки).	1
7	25.11.2026		Танцевальная композиция. Базовые шаги (марш, степ-тап), работа с ритмом музыки, первые простые связки.	1
8	02.12.2026		Фитнес-направления. Боди балет: позиции и корпус.	1
9	09.12.2026		Танцевальная композиция. Знакомство с танцевальной постановкой, образа и музыкой	1
10	16.12.2026		Фитнес-направления. Зумба: знакомство с ритмами.	1
11	23.12.2026		Работа над развитием двигательной координации. Упражнения на изоляцию (голова + корпус + руки).	1
12	30.12.2026		Контрольное занятие.	1
13	13.01.2027		Работа над развитием двигательной координации. Дыхание и осанка: связь с движением.	1
14	20.01.2027		Фитнес-направления. Восточные танцы: базовые элементы.	1
15	27.01.2027		Танцевальная композиция. Связки под восточную музыку	1

16	03.02.2027		Танцевальная композиция. Соединение движений и элементов танца.	1
17	10.02.2027		Танцевальная композиция. Работа с аксессуарами: платок, монисты.	1
18	17.02.2027		Фитнес-направления. Боди балет: базовые элементы.	1
19	24.02.2027		Фитнес-направления. Аэробика с акцентом на осанку.	1
20	03.03.2027		Танцевальная композиция. Связки из 3–4 движений под музыку	1
21	10.03.2027		Фитнес-направления. Танцевальные шаги для выносливости.	1
22	17.03.2027		Работа над развитием двигательной координации. Стретчинг: баланс между растяжкой и тонусом.	1
23	24.03.2027		Танцевальная композиция. Мини-этюды, развитие вариативности	1
24	31.03.2027		Фитнес-направления. Зумба-композиция: связки под меренге и сальсу.	1
25	07.04.2027		Танцевальная композиция. Постановочная работа.	1
26	14.04.2027		Фитнес-направления. Восточные танцы: импровизация и синтез.	1
27	21.04.2027		Работа над развитием двигательной координации. Аэробная композиция: постановка номера.	1
28	28.04.2027		Танцевальная композиция. Сборка полноценной связки из нескольких элементов, работа над выразительностью и синхронностью в группе.	1
29	05.05.2027		Танцевальная композиция. Задания на импровизацию в рамках изученных элементов, соединение разных стилей и ритмов.	1
30	12.05.2027		Итоговое занятие. Мини-концерт.	1
			ИТОГО:	**30**