

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО
 «ДШИ им.Б. Байынды»
 Чаа-Хольского кожууна РТ
 М.Б. Ховалыг
 «03» сентября 2021-2022 уч.г.

Календарно-тематический план
 Гимнастика
 Первый год обучения «1 класс»

№	Наименование разделов тем	Дата	Кол. час
Сентябрь			
1	-Естественные, бытовые шаги, -Танцевальные, с вытягиванием пальцев стоп, -шаги на полупальцах	06.09.2021	1
2	-Релеве на полупальцах по 6 похиции -Сокращение и вытягивание стоп в положении би 2 позиций	13.09.2021	1
3	-Лягушка - Бабочка	20.09.2021	1
4	-Складочка -Змейка	27.09.2021	1
Октябрь			
1	-Калачик - Мостик	04.10.2021	1
2	-Свечка - Берёзка	11.10.2021	1
3	-Самалёт -Мостик на коленях	18.10.2021	1
4	Контрольный урок	25.10.2021	1
Ноябрь			
1	-Лёжа на спине battemebts releve lent на двух нога на 90° по 1 позиции	08.11.2021	1
2	Лёжа на спине, grand battement jete по, 6 позиции вперёд и назад	15.11.2021	1
3	-Ласточка	22.11.2021	1
4	Пингвинчики	29.11.2021	1
Декабрь			
1	-Шаги на полупальцах при вытянутых коленях -Поднятие колен к груди с вытянутыми стопами	06.12.2021	1
2	-Разворачивание стоп в сокращённой состоянии из б. п. в 1п. возвращение в бп. сидя на полу	13.12.2021	1

3	Лягушка с наклоном вперёд	20.12.2021	1
4	Контрольный урок	27.12.2021	1
Всего:16			
Январь			
1	Кошечка	10.01.2022	1
2	Дерево	17.01.2022	1
3	Контрольный урок	24.01.2022	1
4	Мост	31.01.2022	1
Февраль			
1	Лодочка	07.02.2022	1
2	Корзиночка	21.02.2022	1
3	Отжимание	28.02.2022	1
Март			
1	Обезьянка	07.03.2022	1
2	Рыбка	14.03.2022	1
3	Контрольный урок	28.03.2022	1
Апрель			
1		04.04.2022	1
2	Прыжок из 6 п. в 1 п. и обратно	11.04.2022	1
3	Прыжок с продвижением в полушпагате с поочередной сменой ноги	18.04.2022	1
4	Прыжок в шпагат	25.04.2022	1
Май			
1	Прыжки с зажатыми ногами	02.05.2022	1
2	Разножка	16.05.2022	1
3	Контрольный урок	23.05.2022	1
Всего:17			