

Комитет образования города Курска
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества»

Принята
На заседании педагогического совета
Протокол № 5
от «31» мая 2023 г.



Утверждаю
Директор МБУ ДО «ЦДТ»
Солодухина Е.А.
Пр. № 221 от «31» мая 2023 г.
МП

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Спортивные бальные танцы. Комплексная.
Индивидуальная»
(продвинутый уровень)
комплексная**

Возраст детей: 10-17 лет
Срок реализации: 5 лет

Авторы-составители:
Михин Павел Вадимович,
Стребиж Андрей Николаевич
педагоги дополнительного образования

г. Курск, 2023 г.

Оглавление

1.Комплекс основных характеристик программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3 Планируемые результаты	8
1.4. Содержание программы	11
1.4.1.Содержание модуля «Спортивные бальные танцы. Европейская программа»	11
1.4.2. Содержание модуля «Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа»	22
1.4.3. Содержание модуля «Спортивные бальные танцы. Хореография»	34
2. Комплекс организационно-педагогических условий	42
2.1. Календарный учебный график	42
2.2. Оценочные материалы	42
2.3. Формы аттестации	43
2.4. Методические материалы	43
2.5. Условия реализации программы	46
2.6.Рабочая программа воспитания	47
2.7. Список литературы	47
Приложение 1 Календарно-учебный график	43
Приложение 2 Календарный план воспитательной работы	44
Приложение 3 Календарно-тематическое планирование	45
Приложение 4 Оценочные материалы	56

1.Комплекс основных характеристик программы

1.1.Пояснительная записка

Нормативно-правовая база:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 07.10.2022) «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Минтруда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 № 66403)
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678 р)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573)
- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)
- Закон Курской области от 09.12.2013 № 121-ЗКО (ред. от 23.12.2022) «Об образовании в Курской области» (принят Курской областной Думой 04.12.2013)
- Приказ Комитета образования и науки Курской области от 12.02.2021 №1-114 (ред. от 03.03.2022) «Об организации и проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ»
- Приказ Комитета образования и науки Курской области от 30.08.2021 №1-970 (ред. от 01.04.2022) «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей в Курской области»
- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»
- Устав и иные локальные нормативные акты Учреждения, регламентирующие организацию образовательного процесса.

Направленность программы - художественная.

Актуальность программы заключается в методах и формах воспитания нравственного и физического здоровья подрастающего поколения, в формировании здоровья ребенка как процесса организации рационального двигательного режима в игровой, эстетически достойной воспитательной форме. «Кому не хватает времени на движения, тому не хватает его для жизни!».

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы заключается в индивидуализации образования, которая представлена в виде сочетания применения полученных обучающимся знаний и навыков с возможностью развития его специальных хореографических способностей. На этапе подготовки воспитанники приобретают специальные качества, навыки, знания и умения. Развиваются и совершенствуются

двигательная память, мышление, воля, способности к саморегуляции, самоконтролю, самоанализу и самооценке.

Бальные танцы сочетают разнообразие движений, высокую динамику, сложное построение позиций и фигур, четкое взаимодействие партнеров в паре, поэтому спортивно - техническая подготовка, общая физическая подготовка (ОФП) и специальная физическая подготовка (СФП) является одной из основ программы обучения танцоров всех возрастных групп.

Программа состоит из 3 модулей:

- «Спортивные бальные танцы. Европейская программа» - направлена на изучение одного из основных направлений танцевального спорта. Ознакомление с фигурами, танцами, историей европейских танцев. Нацелена на развитие физических качеств, специальных двигательных умений психических функций, необходимых для успешной деятельности в бальных танцах. Необходимо создать условия для овладения техникой, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах. Программа должна способствовать воспитанию оптимистической оценки неудач, выдержки, самообладания, доброжелательных отношений в паре.;

- «Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа» - направлена на изучение латиноамериканского блока танцев. Их особенность, характерные черты. Изучение всех танцев латиноамериканской программы, фигур и истории программы. Нацелена расширять всестороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств: ловкости, прыгучести, гибкости. Данное направление способствует начальному формированию композиционного мышления.;

- «Спортивные бальные танцы. Хореография» - является вспомогательным блоком в изучении спортивных бальных танцах. Основной целью программы является развитие музыкальных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры. Овладение базовыми, первичными умениями и навыками в области классического танца, ритмики и хореографии. Познакомить учащихся с начальной музыкально - двигательной подготовкой, музыкальной грамотой, играми и импровизациями под музыку. Познакомить с основами танцевального этикета.

Уровень программы – продвинутый.

Адресат программы Программа разработана для обучающихся 10 -17 лет, успешно освоивших программу «Спортивные бальные танцы. Комплексная. Групповая», проявивших свои творческие способности и активно участвующих в соревнованиях различного уровня.

Возрастные особенности учащихся

Средний школьный возраст – 10-14 лет

Восприятие подростка более целенаправленно, планомерно и организовано, чем восприятие младшего школьника. Иногда оно отличается тонкостью и глубиной, а иногда, как заметили психологи, поражает своей поверхностностью. Характерная черта внимания учеников среднего школьного возраста — его специфическая избирательность: интересные занятия или интересные дела очень увлекают подростков, и они могут долго сосредоточиваться на любимом деле. Занятия бальными танцами способствуют тому, что у подростков нет ни желания, ни времени, ни возможности отвлекаться на посторонние дела.

Старший школьный возраст характеризуется совершенно новой для детей социальной ситуацией. Все познавательные процессы сформированы еще в подростковом возрасте. В старшем школьном возрасте и в дальнейшем они будут только укрепляться и совершенствоваться. Главное для старшего школьника теперь другое — выход во взрослый мир, овладение профессией, а значит, нахождение своего места в мире. Они отдают предпочтение тем видам деятельности, которые им нужны для будущей профессии.

Старший школьный возраст - 15 - 18 лет.

Старший школьный возраст характеризуется совершенно новой для детей социальной ситуацией. Все познавательные процессы сформированы еще в подростковом возрасте. В старшем школьном возрасте и в дальнейшем они будут только укрепляться и совершенствоваться. Главное для старшего школьника теперь другое — выход во взрослый мир, овладение профессией, а значит, нахождение своего места в мире. Это определяет круг учебных интересов. У многих меняется отношение к школьным предметам. Они отдают предпочтение тем, которые им нужны для будущей профессии. Иногда это бывает и в ущерб остальным предметам, иногда школьник совмещает необходимое и полезное.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 5 лет обучения.

216 часов в год, из них:

«Спортивные бальные танцы. Европейская программа» - 72 часа;

«Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа» - 72 часа;

«Спортивные бальные танцы. Хореография» - 72 часа.

Итого 1080 часов

Режим занятий – 3 раза в неделю по 2 часа.

Формы организации образовательного процесса – обучение в малых группах (2 человека), очная, дистанционная.

Особенности организации образовательного процесса

Обучение осуществляется в малых группах (в парах). Формирование танцевальных пар учащихся производится согласно единым возрастным критериям.

Зачисление в детское объединение по данной программе осуществляется согласно личной результативности и рекомендациям комиссии, утверждающей списки творчески одаренных детей

Основные требования, предъявляемые к учащимся: регулярное посещение занятий, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу. Основания для отчисления: систематические пропуски занятий без уважительных причин, отсутствие заинтересованности, по состоянию здоровья.

1.2. Цели и задачи программы

Цель: Углубить и расширить уровень танцевального мастерства, посредством индивидуальной работы с танцевальной парой.

1 год обучения

Цель: развитие физических качеств, специальных двигательных умений психических функций, необходимых для успешной деятельности в бальных танцах.

Задачи:

Образовательные:

1. Формировать разностороннюю общую физическую подготовку и способствовать начальному развитию специальных физических качеств.
2. Способствовать освоению подготовительных подводящих, простейших базовых фигур и движений.
3. Создать условия для овладения техникой, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах.
4. Познакомить учащихся с начальной музыкально - двигательной подготовкой, музыкальной грамотой, играми и импровизациями под музыку.
5. Познакомить с основами танцевального этикета.

Развивающие:

1. Способствовать развитию физических качеств, укреплению здоровья и гармоничному развитию форм и функций организма детей.

2. Формировать правильную осанку и танцевальный стиль выполнения фигур танца.
3. Развивать умения ощущать разные параметры движений, ритмическую координацию.

Воспитательные:

1. Привить интерес и потребность к регулярным занятиям спортивными балльными танцами, воспитать дисциплинированность, аккуратность и старательность.
2. Воспитывать настойчивость и чувство прекрасного.
3. Сформировать спортивное трудолюбие.
4. Способствовать воспитанию оптимистической оценки неудач, выдержки, самообладания, доброжелательных отношений в паре.

2 год обучения

Цель: освоение танцевальных элементов высокой группы сложности, а также базовых фигур танцев.

Задачи:

Образовательные:

1. Познакомить учащихся с базовыми элементами высокой группы трудности и различными фигурами танцев.
2. Расширять всестороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств: ловкости, прыгучести, гибкости.
3. Производить ритмическую подготовку.
4. Формировать понимание структуры танца.
5. Обеспечивать построение композиций танцев из фигур.
6. Способствовать формированию композиционного мышления.
7. Познакомить учащихся с базовыми хореографическими элементами и способствовать их освоению в соединениях.

Развивающие:

1. Укрепить здоровье и способствовать гармоничному развитию форм и функций организма воспитанников.
2. Способствовать формированию правильной осанки и танцевального стиля при выполнении танцевальных фигур.
3. Углубить специальную физическую подготовку, так как данная возрастная группа представляет собой благоприятный период для развития ловкости, гибкости, быстроты.
4. Совершенствовать специальную двигательную подготовку (владение паркетом).
5. Развивать умения понимать музыку, разбираться в средствах музыкальной выразительности (характер, метроритм, темп, «тихо - громко», «слитно - отрывисто», форма и фразировка) и согласовывать свои движения с музыкой.

Воспитательные:

1. Воспитывать морально - волевые и нравственно - этические качества.
3. Воспитывать творческую активность, прививать необходимые навыки.

3 год обучения

Цель: изучение фигур класса мастерства «Е», специальная техническая подготовка и формирование индивидуального стиля выполнения фигур и танцев.

Задачи:

Образовательные:

1. Совершенствовать специальную техническую подготовленность.
2. Совершенствовать базовую техническую подготовленность, повышать надежность (стабильность) выполнения базовых танцевальных элементов и фигур.
3. Формировать понимание структуры танца.
4. Способствовать формированию первичного композиционного мышления.

Развивающие:

1. Укреплять здоровье и развивать физические качества организма.
2. Развивать музыкально-двигательную подготовленность.
3. Развивать восприятие движений через характер, форму, амплитуду, направление, усилие, продолжительность, скорость.
4. Развивать мышечно-двигательные, вестибулярные, осязательные, зрительные, слуховые ощущения через овладение техникой физических упражнений.

Воспитательные:

1. Формировать психологическую готовность к соревнованиям, сосредоточенность, мобилизацию всех психологических и физических сил, использовать аутотренинг.
2. Воспитывать чувства дружбы и товарищества, достоинства и чести, долга и ответственности, дисциплинированности, требовательности к себе, культуры поведения.
3. Воспитывать коммуникативные свойства личности.

4 год обучения

Цель: изучение фигур класса мастерства «D», формирование навыков выполнения соревновательных действий, позволяющих эффектно демонстрировать индивидуальный стиль исполнения оригинальных и сложных фигур и композиций в единстве с музыкой.

Задачи:

Образовательные:

1. Совершенствовать техническую подготовленность, повышать качество исполнения всех танцевальных форм в усложняющихся соединениях и композициях.
2. Углублять теоретическую и практическую подготовку.
3. Формировать тренировочный и индивидуальный стиль исполнения.

Развивающие:

1. Развивать творческие способности.
2. Совершенствовать музыкально-двигательную подготовленность.
3. Развивать сложные и перспективные элементы и соединения.

Воспитательные:

1. Воспитывать эмоционально положительное отношение к танцевальному искусству.
2. Воспитывать нравственные качества личности.
3. Воспитывать стремление к самосовершенствованию.

5 год обучения

Цель: изучение фигур класса мастерства «C», овладение навыками исполнения сложных фигур, раскрывающих индивидуальный стиль танцовщика в формате соревнований.

Задачи:

Образовательные:

1. Способствовать повышению качества исполнения усложненных танцевальных форм в различных соединениях и композициях.
2. Формировать углубленную теоретическую и практическую базу.
3. Поддерживать формирование собственного и индивидуального стиля исполнения.

Развивающие:

1. Способствовать развитию творческой идентичности учащихся.
2. Способствовать развитию понимания особенного характера движений, характерных для каждого танца.
3. Развивать более сложные и перспективные элементы и соединения.

Воспитательные:

1. Воспитывать силу воли и выдержку.
2. Воспитывать адекватное отношение как к положительным, так и к негативным результатам.
3. Воспитывать уважительное отношение к соперникам.

1.3. Планируемые результаты

1 год обучения

Предметные результаты:

должен знать:

- историю бальных танцев (начальные знания);
- названия танцев и их принадлежность к танцевальной программе;
- требования к правильной осанке; основные позиции рук и стоп;
- название фигур и их ритмический рисунок;
- правила поведения в танцевальном коллективе, правила поведения на танцевальном паркете, правила поведения во время аттестации и открытого урока.

должен уметь:

- прохлопывать и протопывать различные танцевальные ритмы, используемые в танцах для первого года обучения;
- исполнять танцевальную хореографию для первого года обучения под счет и под музыку;
- выполнять комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений;
- показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями на аттестациях и открытых уроках.

Личностные результаты:

- удовлетворение эстетических потребностей;
- любознательность, познавательная активность;
- формирование ответственного отношения к учению;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- позитивное отношение к своему здоровью.

Метапредметные результаты:

- самостоятельно выполнять работу;
- умение слушать и слышать педагога;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками;
- первичное ориентирование в выборе источников информации;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.

2 года обучения

Предметные результаты:

должен знать:

- требования к постановке турнирной позиции по одному и в паре;
- технику постановки в пару, положение партнерши и партнера относительно друг друга в паре;
- название танцев и фигур второго года обучения, их ритмический рисунок;
- основные позиции в паре, их название и технику постановки;
- основные танцевальные направления;
- правила танцевального костюма, правила поведения на соревнованиях, структуру проведения турнира, аттестации и открытого урока

должен уметь:

- исполнять фигуры второго года обучения под счет и под музыку;
- танцевать и различать танцы и фигуры первого и второго года обучения;
- выполнять расширенный комплекс общефизических и танцевальных упражнений;
- показывать свое исполнительское мастерство перед судьями на аттестациях, соревнованиях и перед зрителями на концертах.

Личностные результаты:

- формирование эстетических потребностей и чувств;
- основы художественного вкуса;
- организованность, дисциплинированность;
- формирование ответственного отношения к учению;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты:

- определение и формулирование цели деятельности на занятии с помощью педагога;
- самостоятельно выполнять работу;
- умение слушать и слышать педагога;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками;
- первичное ориентирование в выборе источников информации;
- основы рефлексии на занятии;
- умение осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи.

3 года обучения**Предметные результаты:*****должен знать:***

- название фигур и ритмический рисунок фигур класса мастерства «Е»;
- технику исполнения базовых и основных фигур класса мастерства «Е»;
- правила исполнения программы Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла (далее ФТСАРР) для танцоров - спортсменов на соревнованиях;
- правила спортивного костюма ФТСАРР для танцоров класса мастерства «Е»;
- правила проведения соревнований ФТСАРР для спортсменов.

должен уметь:

- исполнять программу танцев класса мастерства «Е», согласно правилам ФТСАРР;
- выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для танцоров-спортсменов;
- уметь показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на соревнованиях ФТСАРР.

Личностные результаты:

- осознание этнической принадлежности посредством изучения танцевальной культуры;
- тактичность, доброжелательность в оценке чужой деятельности;
- адекватное реагирование на оценку работы педагогом и сверстниками;
- адекватная самооценка собственных учебных достижений;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- развитие эстетического сознания через освоение творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- знание основ планирования, организации и контроля собственной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- умение осмысливать полученную информацию, осуществлять поиск информации в различных источниках;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

4 года обучения

Предметные результаты:

должен знать:

- название фигур и ритмический рисунок фигур класса мастерства «D»;
- технику исполнения основных фигур класса мастерства «D»;
- правила исполнения программы ФТСАРР для танцоров - спортсменов на соревнованиях;
- правила спортивного костюма ФТСАРР для танцоров класса мастерства «D»;
- правила проведения соревнований ФТСАРР для спортсменов.

должен уметь:

- исполнять программу танцев класса мастерства «D», согласно правилам ФТСАРР;
- выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для танцоров-спортсменов 4 года обучения;
- умеет показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на соревнованиях ФТСАРР.

Личностные результаты:

- осознание этнической принадлежности посредством изучения танцевальной культуры;
- ориентирование на оценку результатов собственной деятельности;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.

Метапредметные результаты:

- уважение к мнению собеседника, допускать существование различных точек зрения;
- умение излагать собственную позицию и аргументировать ее;
- согласование своих интересов и взглядов с мнением других учащихся в совместной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

5 года обучения

Предметные результаты:

должен знать:

- название фигур и ритмический рисунок фигур класса мастерства «C»;
- технику исполнения основных фигур класса мастерства «C»;
- правила исполнения программы ФТСАРР для танцоров - спортсменов на соревнованиях;
- правила спортивного костюма ФТСАРР для танцоров класса мастерства «C»;
- правила проведения соревнований ФТСАРР для спортсменов.

должен уметь:

- исполнять программу танцев класса мастерства «C», согласно правилам ФТСАРР;
- выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для танцоров-спортсменов;

- умеет показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на соревнованиях ФТСАРР.

Личностные результаты:

- устойчивый интерес к танцевальному спорту;
- потребность в творческом самовыражении и самореализации;
- потребность в самостоятельной творческой деятельности;
- понимание причин успеха (неуспеха) учебной деятельности;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной и творческой деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- развитие эстетического сознания через освоение творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- самостоятельное целеполагание и планирование деятельности;
- проявление активности для решения познавательных задач;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осмысливать полученную информацию, осуществлять поиск информации в различных источниках;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

1.4. Содержание программы

1.4.1. Модуль «Спортивные балльные танцы. Европейская программа»

Учебный план

1 год обучения

Табл.1

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	1	1	-	Собеседование.
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений.	16	-	16	Зачет.
3.	Основы музыкальных ритмов.	13	2	11	зачет, тестирование.
4.	Общая и спортивная этика.	5	5	-	Зачет.
5.	Изучение базовых фигур Европейской программы танцев.	10	3	7	зачет, тестирование.
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках.	15	5	10	зачет, тестирование.

7.	Техника исполнения базовых фигур Европейской программы танцев.	11	4	7	зачет, тестирование.
8.	Итоговое занятие.	1	-	1	открытый урок.
	Итого:	72	20	52	

Содержание учебного плана 1 год обучения

1. Вводное занятие. (1 час)

Теория. Знакомство с обучающимися, анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Комплекс физических и танцевальных упражнений. (16 часов)

Практика. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

1. Статическая и динамическая планка; 2. Приседания; 3. Выпады вперед, назад; 4. Отжимания; 5. Сплит приседания.

3. Основы музыкальных ритмов. (13 часов)

Теория. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Музыкальный размер: Медленный вальс - 3/4, Квикстеп - 4/4.

Основные музыкальные ритмы:

- Медленный вальс - счет 1,2,3;

- Полька - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно;

- Квикстеп 1) Быстро, Быстро, Медленно.

4. Общая и спортивная этика. (5 часов)

Теория.

- история спортивных бальных танцев, название танцев и краткая их характеристика;

- правила и нормы поведения в обществе, в коллективе, в паре;

- правила поведения на танцевальном паркете;

- правила поведения во время аттестаций;

- правила спортивного костюма для начинающих танцоров;

- бальный этикет.

5. Изучение базовых фигур Европейской программы танцев.

(10 часов)

Теория. Изучение названия фигур всех танцев европейской программы.

Практика. Изучение основных движений каждого танца европейской программы под счет и под музыку.

1. Медленный вальс (маленький квадрат, большой квадрат, перемена вперед, перемена назад).

2. Полька (основной шаг, ковырялочка, шаг с подпрыжкой, вращения).

3. Квикстеп (четвертной поворот, шоссе, типл шоссе).

6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках.

(15 часов)

Теория. Изучение основных понятий и техника постановки корпуса. Понятие и техника постановки учебной позиции в руках. Понятие и техника постановки конкурсной позиции в руках.

Практика. Выстраивание и подготовка корпуса к началу действия.

Подготовка к правильной постановке корпуса в спортивных бальных танцах (вытянутая спина и шея, собранный живот, втянутые колени, собранные стопы, понимания «веса над носками»).

7. Техника исполнения базовых фигур Европейской программы танцев. (11 часов)

Теория. Изучение техники исполнения базовых фигур. Изучение структуры базовых фигур. Изучение степени поворота.

Практика. Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур для первого года обучения. Детализация техники исполнения фигур первого года обучения.

1. Медленный вальс (маленький квадрат, большой квадрат, перемена вперед, перемена назад).

2. Полька (основной шаг, ковырялочка, шаг с подпрыжкой, вращения).

3. Квикстеп (четвертной поворот, шоссе, типл шоссе).

Многочасовое повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.

8. Итоговое занятие (1 час)

Подготовка и участие в аттестации.

Учебный план 2 год обучения

Табл.2

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	9	-	9	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	9	3	6	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение базовых фигур Европейской программы танцев	15	4	11	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование
7.	Техника исполнения базовых фигур Европейской программы танцев	17	4	13	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

Содержание учебного плана 2 год обучения

1. Вводное занятие. (1 час)

Теория. Анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

1. Комплекс физических и танцевальных упражнений (9 часов)

Практика. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

1. Удержание ног на весу; 2. Скручивания; 3. Подъем ног; 4. Велосипед;
5. Маятник; 6. Пловец; 7. Берпи.

3. Основы музыкальных ритмов. (9 часов)

Теория. Изучение музыкального размера европейских танцев. Танцы европейской программы: медленный вальс, квикстеп.

Практика. Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Медленный вальс – счет -1, 2, 3; счет - 1; и; 2; 3;

Квикстеп: 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно;

3) Медленно, медленно, быстро, быстро.

Для изучения используем музыкально-ритмические упражнения.

4. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория.

- общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр);

- танцевальные позиции в паре (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променатная позиция, закрытая обратная променатная позиция, открытая променатная позиция, открытая обратная променатная позиция, позиция противодвижения корпуса), позиции корпуса, рук, ног, головы;

- степень поворота ($1/8, 1/4, 1/2, 4/4$);

Фигуры и стандартные вариации в европейских танцах распределены по степени сложности.

5. Изучение базовых фигур Европейской программы

(15 часов)

Теория. Изучение основных движений из перечня базовых фигур европейской программы.

Практика. Медленный вальс (правый поворот, лок степ вперед, лок степ назад, шоссе вперед, шоссе назад, внешняя перемена, внутренняя перемена)

Квикстеп (правый поворот, левый поворот, лок степ вперед, лок степ назад).

6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках

(16 часов)

Теория. Изучение техники постановки корпуса и позиции в руках. Изучение двух вариантов конкурсной позиции.

Практика. Выстраивание и подготовка корпуса к началу действия.

- понятие и техника постановки конкурсного тела (вытянутая спина и шея, собранный живот, втянутые колени, собранные стопы)

- понятие и техника постановки учебной позиции в руках.

- понятие и техника постановки конкурсной позиции в руках на примере двух вариантов.

7. Техника исполнения базовых фигур Европейской программы танцев

(17 часов)

Теория. Изучение техники исполнения базовых фигур.

Практика. Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур второго года обучения. Многократное повторение и выработка определенных навыков в технике исполнения фигур.

Медленный вальс (правый поворот, лок степ вперед, лок степ назад, шоссе вперед, шоссе назад, внешняя перемена, внутренняя перемена)

Квикстеп (правый поворот, левый поворот, лок степ вперед, лок степ назад).

8. Итоговое занятие (1 час)

Выступление перед родителями, педагогами и воспитанниками.

Учебный план 3 год обучения

Табл.3

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	4	-	4	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение фигур Европейской программы танцев класса мастерства «Е»	20	4	16	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование
7.	Техника исполнения фигур Европейской программы танцев класса мастерства «Е»	22	4	18	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

Содержание учебного плана 3 год обучения

1. Вводное занятие. (1 час)

Теория. Анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Комплекс физических и танцевальных упражнений. (4 часа)

Практика. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

1. Удержание ног на весу, 2. Скручивания, 3. Подъем ног, 4. Велосипед, 5. Маятник, 6. Пловец, 7. Берпи, 8. Джампинг Джек, 9. Приседания на 8 счетов, 10. Тележка.

3. Основы музыкальных ритмов. (4 часа)

Теория. Изучение музыкального размера европейских и латиноамериканских танцев. Танцы европейской программы: медленный вальс, танго, венский вальс, квикстеп.

Практика.

Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3;

Танго - Быстро, Быстро, Медленно;

Венский вальс - Счет 1,2,3;

Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. (Музыкальный размер 3/4).

4. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория.

- взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками. Поведение во время аттестаций и соревнований;

- бальный этикет;

- правила проведения соревнований Федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла (далее ФТСАРР);

- правила спортивного костюма для начинающих танцоров-спортсменов класса мастерства «Е»;

- изучение правил проведения соревнований по танцевальному спорту согласно документам ФТСАРР;

- танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променатная позиция, закрытая обратная променатная позиция, открытая променатная позиция, открытая обратная променатная позиция, позиция противодвижения корпуса);

- степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4).

5. Изучение фигур Европейской программы танцев класса мастерства «Е». (20 часов)

Теория. Изучение названия фигур европейской программы танцев класса мастерства «Е», входящих в перечень.

Практика.

Медленный вальс

1. Закрытая перемена с ПН (из правого поворота в левый);

2. Закрытая перемена с ЛН (из левого поворота в правый);

3. Правый поворот;

4. Левый поворот;

5. Виск;

6. Шассе из ПП;

7. Правый спин поворот;

8. Правый поворот с хэзитэйшн (Перемена хэзитэйшн);

9. Перемена хэзитэйшн;

10. Левое кортэ.

Венский вальс

1. Правый поворот.

Квикстеп

1. Четвертной поворот вправо;

2. Четвертной поворот влево (Каблучный пивот);

3. Правый поворот на углу зала (Правый поворот);

4. Правый поворот;

5. Правый пивот поворот;

6. Правый пивот;

7. Правый спин поворот;

8. Правый поворот с хэзитэйшн;

9. Перемена хэзитэйшн;

10. Поступательное шассе (Поступательное шассе ВЛ).

**6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках.
(16 часов)**

Теория. Изучение техники постановки корпуса и позиции в руках. Добавление нового аспекта- шейп для конкурсной позиции.

Практика:

- выстраивание и подготовка корпуса к началу действия;
- понятие и техника постановки конкурсного тела (вытянутая спина и шея, собранный живот, втянутые колени, собранные стопы);
- понятие и техника постановки учебной позиции в руках;
- понятие и техника постановки конкурсной позиции в парах.

7. Техника исполнения фигур Европейской программы танцев класса мастерства «Е». (22 часа)

Теория. Детализация техники исполнения фигур класса мастерства «Е».

Практика. Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур третьего года обучения. Многократное повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.

8. Итоговое занятие. (1 час)

Отчетный концерт.

**Учебный план
4 год обучения**

Табл.4

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	4	-	4	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение фигур Европейской программы танцев класса мастерства «D»	20	4	16	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование
7.	Техника исполнения фигур Европейской программы танцев класса мастерства «D»	22	4	18	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

**Содержание учебного плана
4 год обучения**

1. Вводное занятие. (1 час)

Теория. Анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. (4 часа)

Теория. Дополнительные упражнения для развития пластики корпуса, упражнения на баланс и вращение. Специальные танцевальные упражнения для европейских танцев, упражнения для конкретного танца.

Практика.

1) Подъемы и спуски на 8 счетов; 2) спуски подъемы на высоких полупальцах в третьей позиции в ногах; 3) подъемы и спуски на 3 счета на каждой ноге; 4) укрепление мышц голенистопа; 5) Вращение верхней части тела при неподвижной нижней; 6) вращение нижней части тела при неподвижной верхней.

3. Основы музыкальных ритмов. (4 часа)

Теория. Изучение музыкального размера европейских танцев. Танцы европейской программы: медленный вальс, венский вальс, квикстеп. **Практика.**

Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3;

Танго - Быстро, Быстро, Медленно;

Венский вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4);

Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно.

4. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория.

-правила поведения в коллективе, взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками;

- поведение танцоров-спортсменов во время соревнований;

- правила проведения соревнований ФТСАРР;

- правила спортивного костюма для танцоров класса «D»;

- выработка и создание индивидуального стиля и имиджа каждого танцора и танцевальной пары;

5. Изучение фигур Европейской программы танцев класса мастерства «D». (20 часов)

Теория. Изучение названия фигур европейской программы танцев класса мастерства «D», входящих в перечень.

Практика.

Медленный вальс

- 1) Закрытый телемарк (Тэлемарк);
- 2) Открытый телемарк, (Тэлемарк в ПП);
- 3) Закрытый импетус поворот (Импетус);
- 4) Открытый импетус поворот (Импетус в ПП);
- 5) Кросс хэзитэйшн (Кросс хэзитэйшн из ПП);
- 6) Крыло (Крыло из ПП);
- 7) Закрытое крыло (Крыло).

Танго

1. Ход (Ход танго);
2. Поступательный боковой шаг;
- 3 Поступательное звено;
4. Альтернативные методы выхода в ПП (Тэп-Альтернативный выход в ПП);
5. Закрытый променад;
6. Открытое окончание;
7. Открытый променад;
8. Открытый левый поворот, дама – сбоку (с закрытым или с открытым окончанием);
9. Открытый левый поворот, дама – в линию (с закрытым или с открытым окончанием);
10. Основной левый поворот.

Венский вальс

1. Левый поворот;
2. Перемена вперед с ПН – из правого поворота в левый;
3. Перемена вперед с ЛН – из левого поворота в правый;
4. Перемена назад с ЛН – из правого поворота в левый;
5. Перемена назад с ПН – из левого поворота в правый.

Квикстеп

1. Закрытый импетус поворот (Импетус);
2. Левый пивот;
3. Двойной левый спин;
4. Быстрый открытый левый поворот (Открытый левый поворот);
5. Бегущий правый поворот;
6. Четыре быстрых бегущих;
7. Закрытый тэлемарк (Тэлемарк);
8. Зигзаг, лок степ назад, бегущее окончание.

**6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках.
(16 часов)**

Теория. Усовершенствование техники постановки конкурсной позиции. Добавление нового аспекта конкурсной позиции – наклоны.

Практика.

- техника исполнения наклонов в конкурсной позиции при движении;
- особенности и различие наклонов в разных танцах;
- использование наклонов в разных положениях в паре.

7. Техника исполнения фигур Европейской программы танцев класса мастерства «D». (22 часа)

Теория. Детализация техники исполнения фигур класса мастерства «D»

Практика.

- подробное рассмотрение техники исполнения новых изученных фигур;
- усовершенствование техники исполнения фигур класса мастерства «D» с помощью различных танцевальных упражнений.

8. Итоговое занятие. (1 час)

Отчетный концерт.

**Учебный план
5 год обучения**

Табл.5

№ п/ п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	4	-	4	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение фигур Европейской программы танцев класса мастерства «С»	20	4	16	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование

7.	Техника исполнения фигур Европейской программы танцев класса мастерства «С»	22	4	18	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

Содержание учебного плана 5 год обучения

1. Вводное занятие. (1 час)

Теория. Анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. (4 часа)

Практика. Дополнительные упражнения для развития пластики корпуса. Упражнения на развитие пластики и гибкости тела. Специальные танцевальные упражнения для европейских танцев, упражнения на развития пластики тела.

Основы музыкальных ритмов. (4 часа)

Теория. Изучение музыкального размера европейских танцев. Танцы европейской программы: медленный вальс, танго, венский вальс, квикстеп.

Практика.

Танго - 1) Быстро, Быстро, Медленно. 2) Быстро, Быстро. 3) Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 4) Быстро, Быстро, Быстро, Быстро, Медленно. 5) Медленно, Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно;

Медленный фокстрот – 1) Медленно, Медленно, Медленно; 2) Быстро, Быстро, Быстро, Медленно;

Квикстеп - 1) Быстро, Быстро, Быстро; 2) Медленно, Быстро, Быстро, Быстро.

3. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория.

- психология поведения танцоров во время соревнований;
- поведение спортсменов при получении низкого результата на соревнованиях;
- психология соперничества в спорте;
- правила спортивного костюма для танцоров класса мастерства «С».

4. Изучение фигур Европейской программы танцев класса мастерства «С». (20 часов)

Теория. Изучение названия фигур европейской программы танцев класса мастерства «С», входящих в перечень.

Практика.

Медленный вальс

1. Левый фоллэвэй и слип пивот;
2. Ховер кортэ;
3. Фоллэвэй;
4. Фоллэвэй правый поворот;
5. Бегущий спин поворот;
6. Быстрый правый спин поворот;
7. Проходящий правый поворот из ПП;
8. Открытый правый поворот;
9. Бегущее окончание;
10. Бегущее кросс шассе;
11. Изогнутое перо;

12. Изогнутое перо из ПП;
13. Изогнутое перо в Перо назад;
14. Изогнутый тройной шаг;
15. Бегущее плетение из ПП;
16. Перекрученный бегущий спин поворот;
17. Наружный свивл;
18. Поступательное шассе ВЛ;
19. Баунс фоллэвэй с плетение окончанием;
20. Быстрый открытый левый.

Танго

1. Чейс;
2. Левый фоллэвэй и слип пивот;
3. Закрытый телемарк;
4. Открытый тэлемарк (Тэлемарк в ПП);
5. Наружный спин;
6. Проходящий правый поворот из ПП (Открытый правый поворот из ПП);
7. Левый пивот;
8. Ин – Аут.

Венский вальс

1. Обратная волна;
2. Тамбл поворот.

Медленный фокстрот

1. Перо (Перо шаг);
2. Левый поворот;
3. Левый поворот;
4. Тройной шаг;
5. Правый поворот;
6. Правый поворот;
7. Окончание каблучный пулл;
8. Закрытый импетус поворот (Импетус);
9. Перо-окончание;
10. Перо из ПП;
11. Левая волна;
12. Плетение (Основное плетение);
14. Смена направления;
15. Правое плетение;
16. Закрытый тэлемарк (Тэлемарк).

Квикстеп

1. Смена направления;
2. Дрег хэзитэйшн;
3. Кросс свивл;
4. Фиштэйл;
5. Шесть быстрых бегущих;
6. Ховер кортэ;
7. Типси вправо;
8. Типси влево;
9. Румба кросс;
10. Бегущее кросс шассе;
11. Открытый импетус поворот (Импетус в ПП);
12. Открытый тэлемарк (Тэлемарк в ПП);
13. Наружный спин.

5. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках. (16 часов)

Теория. Усовершенствование конкурсной позиции в паре. Детализация понятия «взаимодействие в паре». Совместное перемещение, понятие о «цельном» перемещении пары.

Практика.

- упражнения на усовершенствование взаимодействия в паре;
- особенности взаимодействия в различных танцах;
- особенности и изменения взаимодействия в паре в различных фигурах европейской программы танцев.

6. Техника исполнения фигур Европейской программы танцев класса мастерства «С». (22 часа)

Теория. Детализация техники исполнения фигур класса мастерства «С»

Практика.

Изучение техники исполнения фигур класса мастерства «С». Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур пятого года обучения. Многократное повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.

8. Итоговое занятие. (1 час)

Практика. Подведение итогов работы за год: просмотр видеоматериалов выступлений.

1.4.2.Модуль «Спортивные балльные танцы. Латиноамериканская программа» Учебный план 1 год обучения

Табл.6

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	4	-	4	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	20	4	16	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование
7.	Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	22	4	18	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

Содержание учебного плана 1 год обучения

1. Вводное занятие (1 час)

Теория. Знакомство с обучающимися, анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Комплекс физических и танцевальных упражнений (4 часа)

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

Практика

1. Статическая и динамическая планка
2. Приседания
3. Выпады вперед, назад
4. Отжимания
5. Сплит приседания

3. Основы музыкальных ритмов. (4 часа)

Теория. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Музыкальный размер: Самба - 2/4, Ча-ча-ча - 4/4, Джайв - 4/4, Полька - 4/4.

Основные музыкальные ритмы:

- Самба - Медленно и Медленно.
- Ча-ча-ча - счет 1,2,3, 4
- Джайв - Быстро, Быстро, Быстро и Быстро.
- Полька - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно

4. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория.

- История спортивных бальных танцев, название танцев и краткая их характеристика.
- Правила и нормы поведения в обществе, в коллективе.
- Правила поведения на танцевальном паркете.
- Поведение во время аттестаций.
- Правила спортивного костюма для начинающих танцоров.

Практика. Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене); Танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция);

5. Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы танцев. (20 часов)

Теория. Изучения названия фигур всех танцев европейской программы.

Практика. Изучение основных движений каждого танца Латиноамериканской программы. Танцевание в музыку.

1. Самба (пружинка на месте, пружинка по кругу, стационарный самба ход, виск)
2. Ча-Ча-Ча (тайм степ, основной ход, лок степ вперед, лок степ назад)
3. Полька (основной шаг, ковырялочка, шаг с подпрыжкой, вращения)

6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках. (16 часов)

Теория. Изучение основных понятий и техника постановки корпуса. Понятие и техника постановки учебной позиции в руках. Понятие и техника постановки конкурсной позиции в руках.

Практика. Выстраивание и подготовка корпуса к началу действия.

Подготовка к правильной постановке корпуса в спортивных бальных танцах (вытянутая спина и шея, собранный живот, втянутые колени, собранные стопы). Умение выстраивать корпус с подготовительной позиции без помощи партнера.

7. Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программы танцев. (22 часа)

Теория. Изучение техники исполнения базовых фигур. Изучение структуры базовых фигур. Изучение степени поворота.

Практика. Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур для первого года обучения. Многократное повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.

8. Итоговое занятие (1 час)

Подготовка и участие к аттестации.

Учебный план 2 год обучения

Табл.7

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	4	-	4	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	20	4	16	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование
7.	Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	22	4	18	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

Содержание учебного плана 2 год обучения

1. Вводное занятие. (1 час)

Теория. Собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Комплекс физических и танцевальных упражнений (4 часа)

Практика. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

1. Удержание ног на весу

2. Скручивания
3. Подъем ног
4. Велосипед
5. Маятник
6. Пловец
7. Берпи
8. Джампинг Джек
9. Приседания на 8 счетов
10. Тележка

3. Принципы музыкальных ритмов. (4 часа)

Теория. Изучение музыкального размера европейских и латиноамериканских танцев. Танцы европейской программы: медленный вальс, квикстеп. Танцы латиноамериканской программы: самба, ча-ча-ча, джайв.

Практика. Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Самба - Медленно и Медленно.

Ча-ча-ча - счет 1, 2, 3, 4.

Джайв - Быстро, Быстро, Быстро и Быстро

Для изучения используем музыкально-ритмические упражнения.

4. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория. Правила поведения в коллективе, в танцевальной паре. Правила поведения во время аттестаций и соревнований Правила спортивного костюма для начинающих танцоров.

Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр); - танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижения корпуса); - степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4)

Фигуры и стандартные вариации в латиноамериканских танцах распределены по степени сложности.

5. Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы (20 часов)

Теория. Изучение основных движений из перечня базовых фигур европейской программы.

Практика.

1. Самба (вольта, треволлинг вольта, крисс кросс, ботафога вперед, ботафога назад, лок степ вперед)
2. Ча-Ча-ча (выход в веер, алимана под рукой, нью йорк, рука в руке)
3. Джайв (шоссе в сторону, фоловей, американский спин поворот, катапульта).

6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках (16 часов)

Теория. Изучение техники постановки корпуса и позиции в руках. Изучение двух вариантов конкурсной стойки.

Практика. Выстраивание и подготовка корпуса к началу действия.

- понятие и техника постановки конкурсного тела (вытянутая спина и шея, собранный живот, втянутые колени, собранные стопы)

- понятие и техника постановки учебной позиции в руках.

- понятие и техника постановки конкурсной позиции в руках на примере двух вариантов.

7. Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программ (22 часа)

Теория. Изучение техники исполнения базовых фигур.

Практика. Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур второго года обучения. Многократное повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.

8. Итоговое занятие (1 час)

Учебный план 3 год обучения

Табл.8

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	4	-	4	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	20	4	16	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование
7.	Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	22	4	18	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

Содержание учебного плана 3 год обучения

Вводное занятие. (1 час)

Теория. Собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2.Комплекс физических и танцевальных упражнений (4 часа)

Практика. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

2. Удержание ног на весу, 2. Скручивания, 3. Подъем ног, 4. Велосипед, 5. Маятник,
6. Пловец, 7. Берпи, 8. Дзампинг Джек, 9. Приседания на 8 счетов, 10. Тележка

3. Принципы музыкальных ритмов. (4 часа)

Теория. Изучение музыкального размера европейских и латиноамериканских танцев. Танцы латиноамериканской программы: самба, ча-ча-ча, джайв.

Практика.

Ча-ча-ча - счет 1, 2, 3, 4и.

Самба - 1) Медленно и Медленно. 2) Медленно и Медленно и Медленно и Медленно.

Джайв - 1) Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4).

4. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория. Взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками. Поведение во время аттестаций и соревнований. Бальный этикет. Правила проведения соревнований ФТСАРР. Правила спортивного костюма для начинающих танцоров для начинающих танцоров-спортсменов.

Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр); - танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижения корпуса); - степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4).

Фигуры и стандартные вариации в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

5. Изучение фигур Латиноамериканской программы танцев класса мастерства Е. (20 часов)

Теория. Изучение перечня фигур, латиноамериканской программы танцев, входящих в класс мастерства Е.

Практика.

Самба

1. Basic Movements:

- Natural
- Reverse
- Progressive
- Side
- Outside

Основные движения:

- с ПН
- с ЛН
- поступательное
- в сторону
- наружное

2. Ритм баунс

3. Самба виски влево или вправо (Виски)

4. Вольта поворот дамы на месте вправо или влево (Виски с поворотом дамы под рукой)
5. Променадный самба ход (Самба ход в ПП)
6. Самба ход в сторону
7. Самба ход на месте
8. Ботафого в продвижении вперед
9. Бота фого в продвижении назад (Бота фого в продвижении назад, заканчивая в ПП)
10. Теневые ботафого (Крисс кросс бота фого)

ЧА-ЧА-ЧА

1. Cha Cha Cha Chasses and Alternatives:

- Chasse to Right and to Left
- Compact Chasse,
- Lock Forward and Backward
- Ronde Chasse,
- Hip Twist Chasse (Twist Chasse),
- Slip Close Chasse (Slip Chasse),
- Split Cuban Break Chasse
- Forward or Backward Runs (**)
- Running Chasse/MerengueChasse

Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения:

- Шассе вправо и влево
- Компактное шассе,
- Лок вперед и назад,
- Ронд шассе,
- Хип твист шассе (Твист шассе),
- Слип клоус шассе (Слип шассе),
- Сплит кьюбэн брэйк шассе
- Бегущие шаги вперед и назад
- Бегущее шассе/Меренга шассе

2. Тайм степ

3. Основное движение в закрытой позиции

4. Основное движение в открытой позиции

5. Веер

6. Хоккейная клюшка

7. Поворот на месте влево или вправо

8. Поворот-переключатель влево или вправо

9. Поворот под рукой влево и вправо

10. Чек из открытой контр ПП и открытой ПП (Нью-Йорк)

Джайв

1. Основное движение (Основное движение в закрытой позиции)

2. Основное движение в открытой позиции

3. Альтернативные основные движения

4. Поступательные шаги вперед или назад

5. Поступательные шаги вперед в правой боковой позиции или в левой боковой позиции

6. Шаги в сторону влево и вправо

7. Кукарача

8. Шаги в сторону и кукарача

9. Шаги в сторону и кукарача

10. Веер

6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках.

(16 часов)

Теория. Изучение техники постановки корпуса и позиции в руках. Добавление нового аспекта- шейп для конкурсной позиции.

Практика:

- выстраивание и подготовка корпуса к началу действия.
- понятие и техника постановки конкурсного тела (вытянутая спина и шея, собранный живот, втянутые колени, собранные стопы)
- понятие и техника постановки учебной позиции в руках.
- понятие и техника постановки конкурсной позиции в руках.

7. Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программе. (22 часа)

Теория. Изучение структуры основного шага и техники исполнения базовых фигур.

Практика. Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур второго года обучения. Многократное повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.

8. Итоговое занятие. (1 час)

Отчетный концерт.

**Учебный план
4 год обучения**

Табл.9

№ п/п	Тема занятий	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	4	-	4	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	20	4	16	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование
7.	Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	22	4	18	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

**Содержание учебного плана
4 год обучения**

1.Вводное занятие. (1 час)

Теория. Собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

Практика. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

2. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. (4 часа)

Практика. Дополнительные упражнения для развития пластики корпуса, упражнения на баланс и вращение. Специальные танцевальные упражнения для европейских танцев, упражнения для латиноамериканских танцев, упражнения для конкретного танца.

3. Принципы музыкальных ритмов. (4 часа)

Теория. Изучение музыкального размера латиноамериканских танцев. Танцы латиноамериканской программы: самба, ча-ча-ча, румба, джайв.

Практика.

Самба - 1) Медленно и Медленно 2) Медленно и Медленно и Медленно и Медленно. 3) Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. 4) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно.

Ча-ча-ча - Счет 1,2,3, 4и счет 1 и 3 и 4 и 1. Румба - Счет 1, 2, 3, 4 (Музыкальный размер 4/4). Джайв - 1) Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - Счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4).

4. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория. Правила поведения в коллективе, взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками. Поведение во время аттестаций и соревнований. Бальный этикет. Правила проведения соревнований ФТСАРР. Правилах спортивного костюма для танцоров класса Е. Выработка имиджа. - степень поворота (1/8, 3/8, 5/8, 1/4, 1/2, 3/4, 4/4). Фигуры и стандартные вариации в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства. Этапы промежуточной и итоговой проверки качества усвоения знаний и навыков; система аттестационных испытаний последовательно по ступеням мастерства, внутренних конкурсов клуба и соревнований ФТСАРР.

5. Изучение фигур Латиноамериканской программы танцев класса мастерства D. (20 часов)

Теория. Изучение перечня фигур, латиноамериканской программы танцев, входящих в класс мастерства D.

Практика.

Самба

1. Корта джака
2. Закрытые роки на ПН и ЛН (Закрытые роки)
3. Открытые роки вправо и влево (Открытые роки)
4. Роки назад на ПН и ЛН (Закрытые роки)
5. Коса
6. Раскручивание
7. Аргентинские кроссы
8. Спиральный поворот дамы на трёх шагах (Двойной спиральный поворот)
9. Самба локи в открытой контр ПП и открытой ПП (Самба локи, дама с левой стороны или с правой стороны)
10. Самба шассе в сторону
11. Дропнт вольта

Ча-ча-ча

1. Раскрытие из левого волчка
2. Локон

3. Спираль
4. Роуп спиннинг
5. Аида
6. Кубинский брэйк в том числе в виде фигур (в редакции [1-1]): – Кубинский брэйк в открытой позиции, – Кубинский брэйк в открытой контр ПП
7. Дробный кубинский брэйк в том числе в виде фигур (в редакции [1-1]): – Дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП; – Дробный кубинский брэйк из открытой контр ПП и открытой ПП
8. Чейс
9. Усложнённое раскрытие вправо

Румба

1. Основное движение (Основное движение в закрытой позиции)
2. Основное движение в открытой позиции
3. Альтернативные основные движения 33 № п/п
4. Поступательные шаги вперед или назад
5. Поступательные шаги вперед в правой боковой позиции или в левой боковой позиции
6. Шаги в сторону влево и вправо
7. Кукарача
8. Шаги в сторону и кукарача
9. Шаги в сторону и кукарача (в редакции [3])
10. Веер

Джайв

1. Альтернативные методы исполнения Шассе Джайва : - Джайв ронд шассе - Бегущее шассе
2. Флик болл чеиндж (Альтернативные методы исполнения шагов 1-2 фигуры Звено)
3. Сайд рок
4. Брэйки в Джайве
5. Перекрученный фоллэвэй троуэвэй 40 № п/п
6. Перекрученная смена мест слева направо
7. Простой спин
8. Рок в простой спин
9. Муч

6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках.(16 часов)

Теория. Изучение техники постановки корпуса и позиции в руках. Добавление нового аспекта- шейп для конкусной позиции.

Практика.

- выстраивание и подготовка корпуса к началу действия.
- понятие и техника постановки конкурсного тела (вытянутая спина и шея, собранный живот, втянутые колени, собранные стопы)
- понятие и техника постановки учебной позиции в руках.
- понятие и техника постановки конкурсной позиции в руках.

7. Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программы (22 часа)

Теория. Изучение структуры основного шага и техники исполнения базовых фигур.

Практика.

- Изучение техники исполнения базовых фигур;
- Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур второго года обучения. Многократное повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.

8. Итоговое занятие. (1 час)

Отчетный концерт.

**Учебный план
5 год обучения**

Табл.10

№ п/ п	Тема занятий	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теори я	Практик а	
1.	Вводное занятие	1	1	-	собеседование
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	4	-	4	зачет
3.	Основы музыкальных ритмов	4	2	2	зачет, тестирование
4.	Общая и спортивная этика	4	4	-	зачет
5.	Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	20	4	16	зачет, тестирование
6.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	16	4	12	зачет, тестирование
7.	Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программы танцев	22	4	18	зачет, тестирование
8.	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого:	72	20	52	

**Содержание учебного плана
5 год обучения**

1. Вводное занятие. (1 час)

Теория. Собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

Практика. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

2. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. (4 часа)

Практика. Дополнительные упражнения для развития пластики корпуса. Упражнения на баланс и вращение. Специальные танцевальные упражнения для европейских и латиноамериканских танцев, упражнения для конкретного танца.

3. Принципы музыкальных ритмов. (4 часа)

Теория. Изучение музыкального размера латиноамериканских танцев. Танцы латиноамериканской программы: самба, ча-ча-ча, румба, джайв.

Практика.

Самба - 1) Медленно и Медленно. 2) Медленно и Медленно и Медленно и Медленно. 3) Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. 4) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 5) Медленно, Быстро, Быстро. 6) Быстро, Быстро, Медленно. Ча-ча-ча - Счет 1,2,3, 4и; счет 2 и 3 и 4 и 1. Румба - счет 1, 2, 3, 4 (Музыкальный размер

4/4). Джайв -1) Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - Счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4).

4. Общая и спортивная этика. (4 часа)

Теория. Правила поведения в коллективе, взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками. Поведение во время аттестаций и соревнований. Бальный этикет. Правила проведения соревнований ФТСАРР. Правилах спортивного костюма для танцоров класса С.

5. Изучение фигур Латиноамериканской программы танцев класса мастерства С. (20 часов)

Теория. Изучение перечня фигур, латиноамериканской программы танцев, входящих в класс мастерства С.

Практика.

Самба

1. Методы смены ног (Смены ног)
2. Методы смены ног
3. Ботафого в теневой позиции
4. Вольта в продвижении в теневой позиции
5. Дроп в вольта в теневой позиции
6. Вольта по кругу в теневой позиции
7. Корта джака в теневой позиции
8. Корта джака с одноименных ног

Ча-ча-ча

1. Ритм «гуапача»
2. Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: – Ранэвэй шассе (Бегущее шассе) – Тайм стэп шассе – Виск шассе
3. Закрытый хип твист со спиральным окончанием (Хип твист со спиральным окончанием)
4. Открытый хип твист со спиральным окончанием (Развитие фигуры Хип твист со спиральным окончанием)
5. Возлюбленная
6. Следуй за мной
7. Следуй за мной
8. Синкопированный открытый хип твист
9. Непрерывный хип твист по кругу
10. Окончание – перекрученный лок
11. Непрерывный перекрученный лок
12. Свивл из перекрученного лока
13. Свивл хип твист
14. Свивлы
15. Шаги и виски

Румба

1. Хабанера-ритм
2. Поступательные шаги вперед в теневой позиции (Кики вокс)
3. Синкопированные кубинские роки
4. Три тройки
5. Три алеманы
6. Непрерывный хип твист
7. Непрерывный хип твист по кругу (Хип твист по кругу)
8. Ранэвэй алемана (Бегущая алемана)
9. Синкопированный открытый хип твист

10. Свивлы
11. Перекрученное основное движение

Джайв

1. Смена мест справа налево с двойным поворотом
2. Шоулдер спин
3. Чаггин
4. Чаггин
5. Катапульта
6. Брэйк Лайерда
7. Шугэ пуш

6. Техника постановки положения корпуса и позиции в руках. (16 часов)

Теория. Изучение техники постановки корпуса и позиции в руках. Добавление нового аспекта- шейп для конкусной позиции.

Практика.

- выстраивание и подготовка корпуса к началу действия.
- понятие и техника постановки конкурсного тела (вытянутая спина и шея, собранный живот, втянутые колени, собранные стопы)
- понятие и техника постановки учебной позиции в руках.
- понятие и техника постановки конкурсной позиции в руках.

7. Техника исполнения базовых фигур Латиноамериканской программы. (22 часа)

Теория. Изучение структуры основного шага и техники исполнения базовых фигур.

Практика.

- Изучение техники исполнения базовых фигур;
- Выполнение специальных танцевальных упражнений для усовершенствования техники исполнения фигур второго года обучения. Многократное повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.

8. Итоговое занятие. (1 час)

Практика. Подведение итогов работы за год: просмотр видеоматериалов выступлений.

1.4.3.Модуль «Спортивные бальные танцы. Хореография»**Учебный план****1 год обучения**

Табл.11

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	-	1	-
2	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	25	5	13	беседа, зачет
3	Партерная гимнастика.	25	5	13	беседа, зачет
4	Танцевальные этюды, игры, танцы.	20	5	12	беседа, зачет
5	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого	72	21	51	

Содержание учебного плана**1 год обучения****Вводное занятие. (1 час)**

Практика: Знакомство с обучающимися, анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений (25 часов.)

Теория: Танцевальная азбука. Знакомство детей с танцевальной азбукой. Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений. Правила исполнения танцевальных движений. Ориентировка в пространстве. Основные понятия: 9 музыка, темп, такт.

Практика:

постановка корпуса;

упражнения для рук, кистей, и пальцев;

упражнения для плеч;

упражнения для головы;

упражнения для корпуса; Выполнение упражнений танцевальной азбуки. Ознакомление детей с элементами танцевальных движений:

ходьба: простой шаг в разном темпе и характере;

бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;

притопы: удар одной ногой в пол, поочередные удары правой и левой ногой;

топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой;

хлопки;

упражнения с атрибутами (мяч, погремушка) Выполнение изученных элементов танцевальных движений.

Ознакомление детей с танцевальными рисунками и ориентацией в пространстве:

упражнения и игры по ориентации в пространстве;

построение в круг;

построение в линию;

построение в две линии.

Выполнение упражнений по ориентации в пространстве.

Движения под музыку, выполнение ритмических упражнений, хлопки и притопы на сильную, слабую долю и с различным ритмическим рисунком.

Тема 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

(25 часов.)

Теория: Понятие «партер» и значение. Партерная гимнастика. Знакомство с элементами партерной гимнастики. Правила выполнения движений. **Практика:** Ознакомление с элементами партерной гимнастики:

упражнения для развития гибкости;

упражнения для стоп;

упражнения для развития растяжки;

упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу.

Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы (20 часов.)

Теория: Методика исполнения основных движений.

Практика:

составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов;

сочинение с детьми танцевальных этюдов;

ознакомление детей с играми;

применение игр на занятиях.

Тема 5. Итоговое занятие (1 час.)

Теория: Вопросы и задания по разделам программы.

Практика: Опрос по пройденному материалу. Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

**Учебный план
2 год обучения**

Табл.12

№ п/ п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контрол я
		Всего	Теория	Прак тика	
1	Вводное занятие	1	-	1	-
2	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.	25	5	13	беседа, зачет
3	Партерная гимнастика.	25	5	13	беседа, зачет
4	Танцевальные этюды, игры, танцы.	20	5	12	беседа, зачет
5	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
6	Итого	72	21	51	

**Содержание учебного плана
2 год обучения**

Вводное занятие (1 час)

Практика: Анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений (25 часов.)

Теория: Правила выполнения упражнений. Последовательность.

Практика:

закрепление и ознакомление с новыми элементами танцевальной азбуки:

упражнения для головы: наклоны головы вперед, назад, в стороны, по полукругу;

упражнения для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания их вниз;

упражнения для рук, кистей, пальцев. Работа над выразительностью подъема рук в стороны или вверх;

упражнения с предметами.

упражнения на развитие полученных навыков игры с мячом.

Постановка корпуса: продолжение работы над подтянутостью спины, постановкой головы.

Выполнение изученных упражнений танцевальной азбуки.

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

равномерный бег с захлестом голени;

легкие, равномерные, высокие прыжки;

перескоки с ноги на ногу;

простой танцевальный шаг, приставной шаг

шаги на полупальцах и пятках;

притопы: удары стопы в пол равномерно и по три;

Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений:

Закрепление танцевальных элементов: полуприседания, повороты на двух ногах, вынос ноги на каблук. Ознакомление детей с танцевальными рисунками. Проведение игр для развития ориентации детей в пространстве.

Выполнение изученных рисунков и упражнений по ориентации в пространстве.

Тема 3. Партерная гимнастика (упражнения на полу)

(25 часов.)

Теория: Правила выполнения упражнений. Последовательность. Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Практика:

знакомство с новыми элементами партерной гимнастики:

образные движения;

танцевальные этюды на полу.

Выполнение изученных упражнений партерной гимнастики на растяжку и гибкость.

Тема 4. Танцевальные этюды, игры, танцы (20 часов)

Теория: Характер движений, манера исполнения. Объяснение правильного исполнения.

Практика: Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.

Слушание музыки, сказок и придумывание музыкальных образов, танцевальных этюдов. ознакомление детей с играми.

Тема 5. Итоговое занятие (1 час)

Теория: Вопросы и задания по разделам программы.

Практика: Подведение итогов за год. Итоговая аттестация

Учебный план

3 год обучения

Табл.13

№ п/ п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контр оля
		Всего	Теория	Прак тика	
1	Вводное занятие.	1	-	1	-
2	Раздел 1. ЭКЗЕРСИС У СТОНКА.	18	5	13	беседа, зачет
3	Раздел 2. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.	18	5	13	беседа, зачет
4	Раздел 3. ALLEGRO.	17	5	12	беседа, зачет
5.	Изучение хореографических связок и композиций.	17	5	12	беседа, зачет
6	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого	72	20	52	

Содержание учебного плана

3 год обучения

1. Вводное занятие (1 час)

Теория: Анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Раздел 1. Экзерсис у станка. (18 часов)

Теория: Детализация понятия «Экзерсис у станка», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Battements tendus:

- а) double (с двойным опусканием пятки во II позицию);
- б) в маленьких и больших позах.

Тема 2. Battements tendus jetes:

- а) balancoir;
- б) piques в сторону, вперед, назад.
- в) в больших и маленьких позах.

Тема 3. Demi - rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans на demi- plie.

Тема 4. Battements fondus:

- а) double на всей стопе и на полупальцах.

Тема 5. Battements frappes et battements doubles frappes на полупальцах.

Тема 6. Pas tombe:

а) с продвижением, работающая нога - в положении sur le cou- de-pied носком в пол, на 45.

Тема 7. Battements relevés lents и battements developpes во всех позах и на полупальцах.

Тема 8. 3-е port de bras с ногой , вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой) без перехода с опорной ноги и в переходе.

Тема 9. Полуповороты на полупальцах en dehors et en dedans на двух ногах

Тема 10. Preparation к pirouette sur le cou- de-pied en dehors et en dedans с V позиции.

Тема 11. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.

3. Раздел 2. Экзерсис на середине зала. (18 часов)

Теория: Детализация понятия «Экзерсис на середине зала», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Battements tendus:

- а) double.

Тема 2. Battements tendus jetes:

- а) piques.

Тема 3. Demi - rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans на demi- plie.

Тема 4. Battements fondus:

- а) на полупальцах en face и в позах.

Тема 5. Battements frappes на полупальцах.

Тема 6. Pas tombe с продвижением, работающая нога - в положении sur le cou- de-pied носком в пол.

Тема 7. 3-е port de bras с ногой , вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой) без перехода с опорной ноги и в переходе.

Тема 8. Pas de bourree носком в пол и на 45.

Тема 9. Pas de bourree simple (с переменной ног) en tournant en en dehors et en dedans.

Тема 10. Preparation к pirouette en dehors et en dedans с IV позиции. Pirouette en dehors et en dedans с IV позиции.

4. Раздел 3. ALLEGRO. (17 часов)

Теория: Детализация понятия «ALLEGRO», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Temps saute по V позиции с продвижением вперед, в сторону, назад.

Тема 2. Grand changement de pieds. Petit changement de pieds.

Тема 3. Grand pas echappe на II и IV позицию на croisee et effacee. Petit pas echappe на II и IV позицию.

Тема 4. Petit pas jetes en face, позднее — с окончанием в маленькие позы.

Тема 5. Sissonne fermee во всех направлениях en face, позднее — в позах.

5. Изучения хореографических связок и композиций (17 часов)

Теория: Понятие и основные принципы построения хореографических связок и композиций. Правила составления хореографического рисунка и композиции.

Практика: Составление хореографической композиции на основе полученных знаний по « Экзерсис у станка», « Экзерсис на середине зала», « Allegro». Комбинирование фигур, изученных элементов и составление индивидуальных хореографических связок.

6. Итоговое занятие (1 час)

Практика: Демонстрация изученного материала, изученных фигур и поз, хореографических композиций, характерных для 3-го года обучения в формате открытого урока. Подготовка индивидуальной хореографической композиции.

Учебный план

4 год обучения

Табл.14

№ п/ п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контро ля
		Всего	Теория	Прак тика	
1	Вводное занятие.	1	-	1	-
2	Раздел 1. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА	18	5	13	беседа, зачет
3	Раздел 2. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА	18	5	13	беседа, зачет
4	Раздел 3. Allegro	17	5	12	беседа, зачет
5	Развитие пластики корпуса и рук	17	5	12	беседа, зачет
6	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
7	Итого	72	20	52	

Содержание учебного плана

4 год обучения

1. Вводное занятие. (1 час)

Теория: Анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Раздел 1. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. (18 часов)

Теория: Детализация понятия «ЭКЗЕРСИС У СТАНКА», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Demi - rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans на иполупальцах и на demi- plie.

Тема 2. Pas tombe:

а) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans, работающая нога — в положении sur le cou-de-pied.

Тема 3. Flic-flac en face.

Тема 4. Rond de jambe en l'ait en dehors et en dedans.

Тема 5. Battements releves et battements developpes en face в позах:

а) на полупальцах.

Тема 6. Grands battements jetes developpes («мягкие» battements) на всей стопе.

Тема 7. Grands battements jetes passes par terre (через I позицию) с окончанием на носок вперед или назад en face и в позе.

3. Раздел 2. Экзерсис на середине зала. (18 часов)

Теория: Детализация понятия «ЭКЗЕРСИС на середине зала», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans no- 1/8, 1/4 круга.

Тема 2. Battements tendus jetes en tournant en dehors et en dedans no 1/8 и 1/4 круга.

Тема 3. Battements fondus:

а) double на всей стопе en face и в позах.

Тема 4. Battements frappes:

а) double на всей стопе en face и в позах.

Тема 5. Battements soutenus на 90° en face и в позах на всей стопе.

Тема 6. Flic-flac en face.

Тема 7. Rond de jambe en Lait en dehors et en dedans.

Тема 8. Battements releves lents:

а) в IV arabesque на всей стопе.

Тема 9. Battements developpes:

а) в IV arabesque на всей стопе.

Тема 10. Pas tombe:

а) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans (работающая нога в положении sur le cou-de-pied);

Тема 11. Temps lie на 90 с переходом на всю стопу.

Тема 12. Grands battements jetes developpes («мягкие» battements)

Тема 13. 6-e port de bras.

Тема 14. Pas de bourree dessus-dessous en face.

Тема 15. Preparation к pirouette en dehors et en dedans с II позиции.

Pirouettes en dehors et en dedans с II позиции с окончанием в V позиции.

4. Раздел 3. ALLEGRO. (17 часов)

Теория: Детализация понятия «ALLEGRO», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Petit et grand changements de pieds с продвижением вперед, в сторону, назад и en tournant по 1/8 и 1/4 оборота.

Тема 2. Pas de chat (с ногами, согнутыми вперед).

Тема 3. Pas emboites вперед и назад sur le cou-de-pied и на 45°, на месте и с продвижением.

5. Развитие пластики корпуса и рук. (17 часов)

Теория: Дать основные понятия о пластике. Важность и применение пластики в балльных танцах. Развитие и разработка тела посредством специальных упражнений.

Практика:

1. Упражнения на разработку тазобедренного сустава, развитие пластики и подвижности нижней части тела. (круг, полукруг, восьмерка, бесконечность)

2. Развитие и разработка верхнего грудного отдела (волны вправо, волны влево, смещение корпуса относительно нижней части тела).

3. Разработка и раскрытие плечевых суставов по средствам упражнений.

4. Пластика рук, разработка локтевых суставов, запястий и пальцев (испанский веер, движение по и против часов стрелки, непрерывность и плавность в движениях из одной в другую руку)

5. Составление комбинации и композиции на основе данных упражнений.

6. Итоговое занятие (1 час)

Практика: Демонстрация изученного материала, изученных фигур и поз, хореографических композиций, характерных для 4-го года обучения в формате открытого урока. Подготовка хореографической связки на основе изученного материала.

**Учебный план
5 год обучения**

Табл.15

№ п/ п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1	-	1	-
2	Раздел 1. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА	18	5	13	беседа, зачет
3	Раздел 2. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА	18	5	13	беседа, зачет
4	Раздел 3. Allegro	17	5	12	беседа, зачет
5	Контемпорари. Импровизация. Свободная пластика тела	17	5	12	беседа, зачет
6	Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок
	Итого	72	20	52	

**Содержание учебного плана
5 год обучения**

1. Вводное занятие (1 час)

Теория: Анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Раздел 1. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА. (18 часов)

Теория: Детализация понятия «ЭКЗЕРСИС У СТАНКА», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Demi - rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans на иполупальцах и на demi- plie.

Тема 2. Pas tombe:

а) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans, работающая нога — в положении sur le cou-de-pied.

Тема 3. Flic-flac en face.

Тема 4. Rond de jambe en l'ait en dehors et en dedans.

Тема 5. Battements releves et battements developpes en face в позах:

а) на полупальцах.

Тема 6. Grands battements jetes developpes («мягкие» battements) на всей стопе.

Тема 7. Grands battements jetes passes par terre (через I позицию) с окончанием на носок вперед или назад en face и в позе.

3. Раздел 2. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА. (18 часов)

Теория: Детализация понятия «ЭКЗЕРСИС на середине зала», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans no - 1/8, 1/4 круга.

Тема 2. Battements tendus jetes en tournant en dehors et en dedans no 1/8 и 1/4 круга.

Тема 3. Battements fondus:

а) double на всей стопе en face и в позах.

Тема 4. Battements frappes:

а) double на всей стопе en face и в позах.

Тема 5. Battements soutenus на 90° en face и в позах на всей стопе.

Тема 6. Flic-flac en face.

Тема 7. Rond de jambe en Lait en dehors et en dedans.

Тема 8. Battements releves lents:

а) в IV arabesque на всей стопе.

Тема 9. Battements developpes:

а) в IV arabesque на всей стопе.

Тема 10. Pas tombe:

а) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans (работающая нога в положении sur le cou-de-pied);

Тема 11. Temps lie на 90 с переходом на всю стопу.

Тема 12. Grands battements jetes developpes («мягкие» battements)

Тема 13. 6-e port de bras.

Тема 14. Pas de bourree dessus-dessous en face.

Тема 15. Preparation к pirouette en dehors et en dedans с II позиции. Pirouettes en dehors et en dedans с II позиции с окончанием в V позиции.

Раздел 3. ALLEGRO. (17 часов)

Теория: Детализация понятия «ALLEGRO», изучение позиций, положения рук, ног, корпуса. Теоретические аспекты и основные понятия.

Практика:

Тема 1. Petit et grand changements de pieds с продвижением вперед, в сторону, назад и en tournant по 1/8 и 1/4 оборота.

Тема 2. Pas de chat (с ногами, согнутыми вперед).

Тема 3. Pas emboites вперед и назад sur le cou-de-pied и на 45°, на месте и с продвижением.

4. Контемпорари. Импровизация. Свободная пластика тела. (17 часов)

Теория: Сущность, история и основные понятия танцевального направления контемпорари. Изучение техники параллель и оппозиция. Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»)

Практика:

Контактная импровизация: - эмоциональный контакт в движении в группе, - центр веса тела в поддержке.

Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» (разнообразные приемы) - Танец от разных частей тела - «Поток» (связь движений) - «Пространство за спиной» - «Танцор, обычный человек, нет некрасивых движений» - «Порядок входа в танец и его продолжительность» . Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней. Танцевальные этюды.

5. Итоговое занятие (1 час)

Практика: Демонстрация изученного материала, изученных фигур и поз, хореографических композиций, характерных для 5-го года обучения в формате открытого урока. Импровизация по хореографической композиции.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Смотреть в Приложении 1

2.2. Оценочные материалы

Отслеживание результатов обучения по программе направлено на получение информации о знаниях, умениях и навыках обучающихся и на определение эффективности функционирования педагогического процесса.

Оценочные материалы представлены перечнем теоретических и практических заданий, тестов для оценки образовательных результатов обучающихся. Оценочные процедуры проводятся в рамках входного контроля и промежуточной аттестации.

Материалы для проведения мониторинга размещены в Приложении 4.

2.3 Формы аттестации

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля:

Входной контроль (первичная диагностика) проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки учащихся. Форма проведения – собеседование.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений. Форма проведения – наблюдение, опрос, зачет, открытый урок.

Промежуточный контроль (промежуточная аттестация) проводится в конце первого полугодия в форме открытого урока для родителей и участия детей в концертах.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в форме открытого урока для родителей, участия детей в концертах, конкурса с приглашением педагогов спортивного бального танца и старших воспитанников.

Критерии оценки учебных результатов программы:

- развитие музыкально-танцевальных навыков, координации движений;
- развитие силы, скорости, выносливости, гибкости;
- освоение технического арсенала, особенностей каждого танца;
- исполнение базовых фигур, умение точно и правильно выполнять их под музыку в паре и соло, смело передвигаться по танцевальной площадке;
- выразительность исполнения движений под музыку.

Способы фиксации учебных результатов программы: для каждого обучающегося составляется карта достижений, в которой в течение года ЗУН (знания, умения, навыки) и личностные качества оцениваются баллами (1-3 – низкие, 4-7 –удовлетворительные, 8-10 – высокие).

Два раза в год проходит « Промежуточная аттестация» (декабрь и апрель). Оценивается уровень освоения материала, кроме того в конце каждой четверти проводятся дополнительные аттестационные мероприятия.

2.4 Методические материалы

Педагогические технологии:

- личностно-ориентированные технологии, кейс-технология,;
- педагогика сотрудничества;
- технология группового обучения;
- ИКТ-технология;
- технологии дифференцированного и разноуровневого обучения;
- технология развивающего обучения;
- технология игровой деятельности;
- коммуникативная технология обучения;
- здоровье сберегающая технология.

Методы обучения

При обучении используются следующие методы и приёмы:

- *групповой метод обучения* - способствует созданию соревновательного фона, стимулирующего повышенную работоспособность;

- *наглядно-слуховой* - ведущим приёмом обучения танцам детей является демонстрация педагогом танцевальных фигур и упражнений;

- *словесный*;

- *метод наблюдения*;

- *художественно-практический*,

- *игровой метод*;

- *метод творческих заданий* - направлены на формирование танцевальных навыков (чувства ритма, придумывание собственной хореографии на базе основных фигур, смена в танцевальных парах, ассоциации).

- *методы воспитания* – убеждение поощрение, мотивация.

Типы учебных занятий:

- *вводное занятие* - знакомство с обучающимися и содержанием программы занятий, собеседование, тестирование, правила поведения и инструктаж по технике безопасности:

- *практическое занятие* – отработка упражнений, хореографических элементов, комбинаций;

- *занятие по контролю знаний, умений, навыков* – самостоятельная работа, тестирование, конкурс;

- *комбинированное занятие* - проводится для решения нескольких учебных задач;

- *итоговое занятие* - подводит итоги работы детского объединения за учебный год (открытое занятие, конкурс).

Формы обучения:

- занятие – практикум;

- объяснение, демонстрация;

- диалог, беседа;

- игровое занятие;

- праздник;

- открытое занятие, контрольное занятие,

- соревнование, конкурс.

Некоторые занятия (в том числе и итоговые) проводятся в форме концертного выступления.

Алгоритм учебного занятия:

Вводная часть. Разминка, подготовка своего тела и внешнего вида к тренировочному процессу.

Основная часть. Лекция и практика. Детализация уже изученного материала или освоение новой информации, новых фигур и понятий.

Заключительная часть. Анализ занятия; прогон своих конкурсных хореографий под музыку, с учетом вновь изученного материала, рекомендации для занятий дома.

При проведении занятий максимально применяются занимательные и игровые формы обучения, что способствует выявлению опыта детей и включению их в активное сотрудничество.

Дидактические материалы

1. Учебные и методические пособия:

- учебники и методические пособия по европейской программе танцев,

2. Видеоинформация:

- лекции, мастер классы, конгрессы, семинары и другая учебная видеоинформация,

- видеоинформация по соревнованиям, фестивалям, конкурсам, концертам, показательным выступлениям.

Методическое обеспечение

Табл.16

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактические и методические материалы
Модуль «Спортивные бальные танцы. Европейская программа»		
1.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	1.Барышников Т. Азбука хореографии.- Москва. Рольф., 2001.; 2.Сборник танцевальных упражнений ; 3.Видео-урок с комплексом физических упражнений
2.	Основы музыкальных ритмов	1. Методические пособия по европейской программе танцев,
3.	Общая и спортивная этика	1.Лекции и семинары по общей и спортивной этике
4.	Изучение базовых фигур Европейской программы	1. Боттомер П. Уроки танца. -Москва., ЭКСМО. 2003.; 2.Захаров Р. Методические указания к изучению английских терминов бального танца. Ленинград. ВЦСПС. 1975; 3. Alex Moore, "Ballroom dancing" (Алекс Мур, Англия «Европейские танцы») / Англия – 1998
5.	Техника постановки положения корпуса и позиции в руках	1. Walter Laird "Technique of Latin dancing", England (Уолтер Лэрд «Техника европейских танцев», Англия); 2.Видеоматериал мастер-класса
6.	Техника исполнения базовых фигур Европейской программы танцев	1. Guy Howard "Technique of Ballroom dancing", England - (Гай Говард «Техника европейских танцев», Англия); 2. Imperial Society of Teachers of Dancing, England "The revised technique of LatinAmerican dancing" (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника европейских танцев»); 2. Видеоматериал соревнований, конкурсов. Фестивалей.
Модуль «Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа»		
1.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	1.Барышников Т. Азбука хореографии.- Москва. Рольф., 2001.; 2.Сборник танцевальных упражнений ; 3.Видео-урок с комплексом физических упражнений
2.	Основы музыкальных ритмов	1. Методические пособия по латиноамериканской программе танцев,
3.	Общая и спортивная этика	1.Лекции и семинары по общей и спортивной этике
4.	Изучение базовых фигур Европейской программы	1. Боттомер П. Уроки танца. -Москва., ЭКСМО. 2003.; 2.Захаров Р. Методические указания к изучению английских терминов бального танца. Ленинград. ВЦСПС. 1975; 3. Alex Moore, "Ballroom dancing" (Алекс Мур, Англия «Латиноамериканские танцы») / Англия – 1998
5.	Техника постановки положения корпуса и	1. Walter Laird "Technique of Latin dancing", England (Уолтер Лэрд «Техника латиноамериканских танцев»,

	позиции в руках	Англия); 2.Видеоматериал мастер-класса
6.	Техника исполнения базовых фигур Европейской программы танцев	1. Guy Howard "Technique of Ballroom dancing", England - (Гай Говард «Техника латиноамериканских танцев», Англия); 2. Imperial Society of Teachers of Dancing, England "The revised technique of LatinAmerican dancing" (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев»); 2. Видеоматериал соревнований, конкурсов. Фестивалей.
Модуль «Спортивные балльные танцы. Хореография»		
1.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	1.Барышников Т. Азбука хореографии.- Москва. Рольф., 2001.; 2.Сборник танцевальных упражнений ; 3. Жак-Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика – XXI век, 2001
2.	Партерная гимнастика	1.Боттомер П. Уроки танца. -Москва., ЭКСМО. 2003.; 2.Комплекс упражнений партерной гимнастики; 3.Гимнастика на ТВ.-Москва. Советский спорт., 1989
3.	Танцевальные этюды, игры, танцы	1. Рыбкина Т.В. Музыкальное восприятие: пластические образы ритмоинтонации в свете учения Б.Асафьева: Автореферат дис. канд. искусствоведения – Магнитогорск, 2004 2.Сборник детских игр
4.	Экзерсис у станка	1. Комплекс упражнений
5.	Экзерсис на середине зала	1. Комплекс упражнений
6.	ALLEGRO	1.Сборник упражнений
7.	Изучение хореографических связок и композиций	1.Боттомер П. Уроки танца. -Москва., ЭКСМО. 2003.
8.	Развитие пластики корпуса и рук	1. Еремина М.Ю. Роман с танцем. -СПб., 1998.
9.	Контемпорари. Импровизация. Свободная пластика.	1. Сборник танцевальных этюдов

2.5 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- танцевальный зал с паркетным покрытием размером не менее 10x15 м;
- музыкальный центр и аудиозаписи для проведения занятий;
- концертная аппаратура для проведения открытых уроков, праздников, конкурсов, фестивалей, аттестаций и соревнований;
- проектор для работы с учебной видеоинформацией.

Кадровое обеспечение:

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий среднее или высшее педагогическое образование, обладающий профессиональными знаниями и компетенциями в области хореографии и балльного танца

и соответствующий профессиональному стандарту «педагог дополнительного образования».

2.6. Рабочая программа воспитания

Система воспитательной работы в детском коллективе представлена как социальное взаимодействие педагога и воспитанника, ориентированное на формирование у них социально значимых ценностей и социально адекватных приемов поведения. Особое значение в воспитательной работе приобретает индивидуальная работа. Персональное взаимодействие педагога с каждым учащимся является обязательным условием успешности образовательного процесса.

Адресат программы

Рабочая программа воспитания предназначена для всех групп обучающихся, а также их родителей (законных представителей) детского объединения «Спортивные бальные танцы. Европейская программа» в возрасте 6-14 лет.

Цель - создание благоприятных условий для усвоения обучающимися выработанных обществом норм и правил поведения, приобретение первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с базовыми национальными ценностями, нормами и правилами, принятыми в обществе.

Задачи:

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формировать и пропагандировать здоровый образ жизни.

Приоритетные направления деятельности:

- общекультурное;
- духовно – нравственное;
- художественно-эстетическое;
- гражданско – патриотическое
- спортивно-оздоровительное;

Планируемые результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками;
- приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в обществе;
- приобретение навыков здорового образа жизни.

2.7. Список литературы

Список литературы, используемый педагогом

1. Imperial Society of Teachers of Dancing "The Ballroom Technique", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Техника европейских танцев»), Imperial Society of Teachers of Dancing "The revised technique of Ballroom dancing".
2. England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника европейских танцев»),
3. Alex Moore, "Ballroom dancing" (Алекс Мур, Англия «Европейские танцы») / Англия – 1998.
4. Guy Howard "Technique of Ballroom dancing", England - (Гай Говард «Техника европейских танцев», Англия).

5. Imperial Society of Teachers of Dancing, England "The revised technique of Latin American dancing" (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника европейских танцев»),

6. Walter Laird "Technique of Latin dancing", England (Уолтер Лэрд «Техника европейских танцев», Англия).

7. Богословский В.П., Кудрявцев В.В., Уварова В.А. Методические рекомендации по организации занятий физической культурой и спортом в группах продленного дня. -Москва. Министерство просвещения СССР., 1979

8. Ваганова А.Я. Основы классического танца. -Ленинград. Искусство, 1980.

9. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. -Москва. Физкультура и спорт., 1998.

10. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И.. Психология физического воспитания и спорта. - Москва. 2000.

11. Захаров Р. Методические указания к изучению английских терминов бального танца. Ленинград. ВЦСПС. 1975.

Список литературы, рекомендованный для педагогов:

1. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика. -Москва. Физкультура и спорт., 1982

2. Масленникова В. Педагогика. -Москва., 1975

3. Мур А. Популярные вариации.. -Лондон. 1970. Полный перевод с английского и редакция Попов О.Н. -Ленинград 1974.

4. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте (Кафедра психологии ИФК им. П.Ф. Лесгафта).- Ленинград. 1977.

5. Ромэйн Э. Вопросы и ответы. - Лондон - СПб 1995 г. Перевод и редакция Пин Ю.

6. Станкин М.И. Теория и практика физической культуры и спорта.- Москва. Просвещение, 2003.

7. Френсис С., Дорис Л., Дорис Н., Петридис Д., Ромэйн Э., Спэнсэр Н., Пересмотренная техника европейских танцев.- Лондон. Перевод и редакция Пин Ю.- СПб. 2008.

Список литературы, рекомендованный для учащихся и родителей:

1. Барышников Т. Азбука хореографии.- Москва. Рольф., 2001.

2. Боттомер П. Уроки танца. -Москва., ЭКСМО. 2003.

3. Еремина М.Ю. Роман с танцем. -СПб., 1998.

4. Иваницкий А.В., Матов В.В., Иванова А.Л., Шарабаров И.Н. Ритмическая гимнастика на ТВ.-Москва. Советский спорт., 1989.

5. Печанов Ю.А., Берзина Л.А. Позвоночник гибок - тело молодо.- Москва. 1991

6. Стриганов В.М., Уральская В.И. Современный бальный танец.- Москва. Просвещение, -1978.

Интернет- ресурсы:

1. Федерация танцевального спорта России и акробатического рок-н-ролла: [Электронный ресурс] URL: <https://fdsarr.ru/dance/>

2. Союз танцевального спорта России: [Электронный ресурс] URL: <https://www.rdsu.info/>

**Календарный учебный график
на 2023-2024 учебный год**

Табл.17

№	Гр уп па	Год обу чен ия	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество о учебных недель	Количество во учебных дней	Количество о учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Срок проведения промежуточной аттестации
1	1	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель
2	2	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель
3	3	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель
4	4	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель
5	5	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель
6	6	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель
7	7	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель
8	8	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель
9	9	2	10.09. 2023	25.05.2024	36	144	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11, 1-9.01 23. 02, 08.03, 01.05, 09. 05	Декабрь, апрель

Приложение 2

**Календарный план воспитательной работы
на 2023-2024 учебный год**

Табл.18

№ п.п	Дата проведения мероприятия	Форма проведения	Название мероприятия	Отвественный
1.	Февраль	закрытие фестиваля	Участие в фестивале Центра детского творчества «Парад фантазеров»	пдо
2.	Ноябрь, апрель	экскурсия	Посещение «Музея детства» Центра детского творчества	пдо
3.	Декабрь, январь	новогодние представления	Участие в праздничных городских и областных мероприятиях приуроченных празднованию Нового года и Рождества.	пдо
4.	Сентябрь, февраль, март	концерт	Участие в праздничных городских и областных мероприятиях посвященных «Дню города», «Масленице», «Дню защитника отечества», «Международному женскому дню».	пдо
5.	Ноябрь, январь, март, июнь, август	соревнование	Участие в учебно-тренировочных спортивных сборах.	пдо
6.	Май	концерт	Участие в праздничных мероприятиях посвященных «Дню победы».	пдо

Приложение 3

**Календарно-тематическое планирование
на 2023- 2024 учебный год
Модуль «Спортивные бальные танцы. Европейская программа»
2 год обучения**

Табл.19

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь		Знакомство с обучающимися, анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения, содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.	1	Вводное занятие		Входной контроль. Тестирование
2.	сентябрь		Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений.	3	практическое		тестирование
3.	сентябрь		Основы музыкальных ритмов: основные понятия, основные музыкальные ритмы	2	Основы музыкальных ритмов:		тестирование
4.	октябрь		Общая и спортивная этика. Правила и нормы бальной хореографии	4	беседа, дискуссия		зачет
5.	октябрь		Общая физическая подготовка	2	практикум		зачет
6.	октябрь		Основы музыкальных ритмов:звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.	2	комбинированное		тестирование
7.	ноябрь		Изучение базовых фигур Европейской программы танцев: медленный вальс	7	комбинированное		зачет
8.	ноябрь		Изучение базовых фигур Европейской программы танцев:квикстеп	2	комбинированное		зачет

9.	декабрь		Изучение базовых фигур Европейской программы танцев: квикстеп	4	комбинированное		зачет
10.	декабрь		Техника постановки положения корпуса и позиции в руках: техника постановки конкурсного тела	6	практикум		зачет
11	январь		Техника постановки положения корпуса и позиции в руках: постановка учебной позиции в руках, постановка конкурсной позиции в руках	6	практикум		зачет
12	февраль		Комплекс физических и танцевальных упражнений	6	практическое		тестирование
13	февраль		Техника исполнения базовых фигур Европейской программы танцев: специальные танцевальные упражнения	2	практикум		зачет
14	март		Техника исполнения базовых фигур Европейской программы танцев: медленный вальс	9	практикум		зачет
15	апрель		Изучение вариаций на основе базовых фигур европейских танцев.	6	практикум		зачет
16	апрель		Работа над артистичностью, музыкальностью и ритмичностью в исполнении хореографических композиций.	2	практикум		Контрольное задание
17	май		Повторение изученного материала европейской программы.	7	практикум		зачет
18	май		Итоговое занятие	1	Открытое занятие		смотр ЗУН

**Календарно-тематическое планирование
на 2023- 2024 учебный год
Модуль «Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа»
2 год обучения**

Табл.20

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь		Знакомство с обучающимися, анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения, содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.	1	Вводное занятие		Входной контроль. Тестирование
2	сентябрь		Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений.	3	практическое		тестирование
3	сентябрь		Основы музыкальных ритмов: основные понятия, основные музыкальные ритмы	2	Основы музыкальных ритмов:		тестирование
4	октябрь		Общая и спортивная этика. Правила и нормы бальной хореографии	4	беседа, дискуссия		зачет
5	октябрь		Общая физическая подготовка	2	практикум		зачет
6	октябрь		Основы музыкальных ритмов:звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.	2	комбинированное		тестирование
7	ноябрь		Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы танцев: самба	7	комбинированное		зачет
8	ноябрь		Изучение базовых фигур латиноамериканской программы танцев:ча-ча-ча	2	комбинированное		зачет
9	декабрь		Изучение базовых фигур Европейской программы танцев:джайв	4	комбинированное		зачет
10	декабрь		Техника постановки положения корпуса и	6	практик		зачет

			позиции в руках: техника постановки конкурсного тела		ум		
11	январь		Техника постановки положения корпуса и позиции в руках: постановка учебной позиции в руках, постановка конкурсной позиции в руках	6	практик ум		зачет
12	февраль		Комплекс физических и танцевальных упражнений	6	практическое		тестирование
13	февраль		Техника исполнения базовых фигур латиноамериканской программы танцев: специальные танцевальные упражнения	2	практик ум		зачет
14	март		Техника исполнения базовых фигур латиноамериканской программы танцев: многократное повторение и вработывание определенных навыков в технике исполнения фигур.	9	практик ум		зачет
15	апрель		Изучение вариаций на основе базовых фигур латиноамериканских танцев.	6	практик ум		зачет
16	апрель		Работа над артистичностью, музыкальностью и ритмичностью в исполнении хореографических композиций.	2	практик ум		Контрольное задание
17	май		Повторение изученного материала латиноамериканской программы.	7	практик ум		зачет
18	май		Итоговое занятие	1	Открыто занятие		смотр ЗУН

**Календарно-тематическое планирование
на 2023- 2024 учебный год
Модуль «Спортивные балльные танцы. Хореография»
2 год обучения**

Табл.21

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь		Знакомство с обучающимися, анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения, содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.	1	Вводное занятие		Входной контроль. Тестирование
2	сентябрь		Ознакомление с элементами танцевальной азбуки, упражнения для головы	3	практическое		тестирование
3	сентябрь		Упражнения для плеч, рук, кистей и пальцев	2	комбинированное		тестирование
4	октябрь		Упражнения с предметами. Развитие навыков игры с мячом	4	практикум		зачет
5	октябрь		Работа над постановкой корпуса: подтянутость спины, постановка головы.	4	практикум		зачет
6	ноябрь		Ознакомление с новыми элементами танцевальных движений	4	комбинированное		тестирование
7	ноябрь		Ознакомление детей с танцевальными рисунками.	4	комбинированное		зачет
8	декабрь		Игры для развития ориентации детей в пространстве	4	комбинированное		зачет
9	декабрь		знакомство с новыми элементами партерной гимнастики	4	комбинированное		зачет
10	январь		выполнение упражнений на выработку гибкости,	6	практикум		зачет

			выворотности, растяжки.				
11	февраль		Образные движения	3	практикум		зачет
12	февраль		Танцевальные этюды на полу	5	практическое		тестирование
13	март		Комплекс упражнений направленный на укрепление, расслабление и улучшение эластичности мышц и связок, спины, брюшного пресса, ног, стоп, повышение гибкости суставов.	7	практикум		зачет
14	март		Составление этюдов на основе изученных танцевальных элементов	5	комбинированное		зачет
15	апрель		Слушание музыки, и придумывание музыкальных образов	5	практикум		зачет
16	апрель		Работа над артистичностью, музыкальностью и ритмичностью в исполнении хореографических композиций.	3	практикум		Контрольное задание
17	май		Ознакомление детей с играми. Отгадывание музыкальных загадок	7	практикум		зачет
18	май		Итоговое занятие	1	Открытое занятие		смотр ЗУН

Оценочные материалы

**Материалы для проведения мониторинга оценки образовательных результатов
 Модуль «Спортивные балльные танцы. Европейская программа»
 Диагностическая карта оценки обучения.**

Теория:

Критерии	Высокий уровень	Средний уровень	Уровень ниже среднего
Музыкальность	1. Слушает внимательно до конца муз. отрывок. Умеет высказаться о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается в соответствии с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии 4. Чувствует метрическую пульсацию и двигается в соответствии с ней.	1. Слушает муз. отрывок, отвлекаясь. Высказывается о характере и темпе данного отрывка с помощью наводящих вопросов. 2. Не всегда двигается в соответствии с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии с подсказкой. 4. Не всегда чувствует метрическую пульсацию и двигается в соответствии с ней.	1. Не может дослушать муз. отрывок до конца, все время отвлекается. С трудом высказывается о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается под музыку не в характере. 3. Не узнает на слух знакомые танцевальные мелодии. 4. Не чувствует метрическую пульсацию, двигается не ритмично.
Двигательные навыки	1. Легко координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях. 2. Ориентируется в пространстве, знает «право-лево», «ближе-дальше» по отношению к предметам, не путает «вперед-назад» 3. Точно выполняет предложенные танцевальные движения. 4. Пластично двигается в медленном темпе.	1. Координация рук и ног в танцевальных упражнениях затруднена. 2. Не всегда ориентируется в пространстве. Путает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад». 3. Выполняет предложенные танцевальные	1. не координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях. 2. Не ориентируется в пространстве. Не знает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад». 3. Коряво и не точно выполняет предложенные танцевальные движения. 4. Двигается не пластично.

		движения с ошибками. 4. Испытывает трудность при выполнении плавных движений в медленном темпе.	
Эмоциональная сфера	1. Выразительно и эмоционально исполняет образные движения.	1. Немного скован, не всегда проявляет эмоции при исполнении образных движений.	1. Не эмоционально и вяло исполняет образные движения.
Творческие проявления	1. Легко и с удовольствием импровизирует под музыку предложенные игровые ситуации и образы животных. 2. Активно помогает придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом.	1. Импровизирует предложенные игровые ситуации и образы животных по образцу. 2. Не проявляет инициативу в придумывании танцевальных движений.	1. Отказывается или не может импровизировать предложенные игровые ситуации и образы животных. 2. Не помогает придумывать танцевальные движения.
Коммуникативные навыки	1. Умеет правильно пригласить (проводить), приветствовать партнера, встать красиво в пару и сохранять это положение на протяжении всей композиции(танца). 2. Уважительно относится к товарищам, не толкается, соблюдает очередность и дистанцию. Сохраняет спокойствие, когда внимание педагога направлено на другого ребенка.	1. Не всегда правильно приглашает(провожает), приветствует партнера. В паре не может сохранять положение до конца композиции (танца). 2. Не всегда проявляет чувство такта по отношению к товарищам, торопиться, не соблюдает очередность. Не	1. Не умеет правильно пригласить(проводить) партнера, забывает приветствовать его. Не держит позицию « партнер-партнерша» в композиции (танце). 2. Неуважительно относится к товарищам, толкается, не соблюдает очередность. Требуется повышенного внимания к себе.

		может долго сохранять спокойствие при отсутствии к себе внимания.	
Проявление некоторых психических процессов	<p>1. Без труда запоминает танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца.</p> <p>2. Внимателен на занятиях, не отвлекается во время исполнения танцевальных элементов и танцев.</p> <p>3. Понимает объяснения, условия игры сразу, достаточно точно может воспроизвести движения одновременно с показом педагога.</p>	<p>1. Запоминает танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца после многочисленных повторений.</p> <p>2. Отвлекается на занятиях, не всегда внимателен во время исполнения танцевальных элементов, танцев.</p> <p>3. Понимает объяснения, условия игры не сразу, воспроизводит движения одновременно с показом педагога не точно, с трудом.</p>	<p>1. Не может запомнить танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца.</p> <p>2. Невнимателен на занятиях, все время отвлекается во время исполнения танцевальных элементов, танцев.</p> <p>3. С трудом понимает объяснения, условия игры, не может воспроизвести движения одновременно с показом педагога.</p>

Практика:**1-2 годы обучения:****Демонстрация следующих элементов:**

1. Battements tendus:
 - а) double (с двойным опусканием пятки во II позицию);
 - б) в маленьких и больших позах.
2. Battements tendus jetes:
 - а) balancoir;
 - б) piques в сторону, вперед, назад.
 - в) в больших и маленьких позах.
3. Battements tendus:
 - а) double.
4. Battements tendus jetes:
 - а) piques.
5. Demi - rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans на demi- plie.
6. Battements fondus:

- а) на полупальцах en face и в позах.
7. Battements frappes на полупальцах.
 8. Pas tombe с продвижением, работающая нога - в положении sur le cou- de-pied носком в пол.
 9. Temps saute по V позиции с продвижением вперед, в сторону, назад.
 10. Grand changement de pieds. Petit changement de pieds.
 11. Grand pas echarpe на II и IV позицию на croisee et effacee. Petit pas echarpe на II и IV позицию.
 12. Полуповороты на полупальцах en dehors et en dedans на двух ногах
 13. Preparation к pirouette sur le cou- de-pied en dehors et en dedans с V позиции.
 14. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.
 15. sur le cou- de-pied носком в пол.

Критерии оценки:

- 0-5- низкий уровень;
- 5-10- средний уровень;
- 10-15- высокий уровень.

3-4 годы обучения:

Демонстрация следующих элементов:

1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans no- 1/8, 1/4 круга.
2. Battements tendus jetes en tournant en dehors et en dedans no 1/8 и 1/4 круга.
3. Battements fondus:
 - а) double на всей стопе en face и в позах.
4. Battements frappes:
 - а) double на всей стопе en face и в позах.
5. Battements soutenus на 90° en face и в позах на всей стопе.
6. Flic-flac en face.
7. Rond de jambe en Lait en dehors et en dedans.
8. Battements releves lents:
 - а) в IV arabesque на всей стопе.
9. Battements developpes:
 - а) в IV arabesque на всей стопе.
10. Pas tombe:
 - а) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans (работающая нога в положении sur le cou-de-pied);
11. Temps lie на 90 с переходом на всю стопу.
12. Grands battements jetes developpes («мягкие» battements)
13. 6-e port de bras.
14. Pas de bourree dessus-dessous en face.
15. демонстрация придуманной лично композиции на основе упражнений для развития пластики.

Критерии оценки:

- 0-5- низкий уровень;
- 5-10- средний уровень;
- 10-15- высокий уровень.

5 год обучения:

Демонстрация следующих элементов:

1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans no - 1/8, 1/4 круга.
2. Battements tendus jetes en tournant en dehors et en dedans no 1/8 и 1/4 круга.
3. Battements fondus:
 - а) double на всей стопе en face и в позах.
4. Battements frappes:

- a) double на всей стопе en face и в позах.
5. Battements soutenus на 90° en face и в позах на всей стопе.
6. Flic-flac en face.
7. Rond de jambe en L'air en dehors et en dedans.
8. Battements relevés lents:
- a) в IV arabesque на всей стопе.
9. Battements développés:
- a) в IV arabesque на всей стопе.
10. Pas tombe:
- a) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans (работающая нога в положении sur le sou-de-pied);
11. Temps lié на 90 с переходом на всю стопу.
12. Grands battements jetés développés («мягкие» battements)
13. 6-e port de bras.
14. Pas de bourrée dessus-dessous en face.
15. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды
- Критерии оценки:**
- 0-5- низкий уровень;
- 5-10- средний уровень;
- 10-15- высокий уровень.

**Материалы для проведения мониторинга оценки образовательных результатов
Модуль «Спортивные балльные танцы. Латиноамериканская программа»
Диагностическая карта оценки обучения.**

Теория:

Критерии	Высокий уровень	Средний уровень	Уровень ниже среднего
Музыкальность	1. Слушает внимательно до конца муз. отрывок. Умеет высказаться о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается в соответствии с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии 4. Чувствует метрическую пульсацию и двигается в соответствии с ней.	1. Слушает муз. отрывок, отвлекаясь. Высказывается о характере и темпе данного отрывка с помощью наводящих вопросов. 2. Не всегда двигается в соответствии с характером музыки. 3. Узнает на слух знакомые танцевальные мелодии с подсказкой. 4. Не всегда чувствует	1. Не может дослушать муз. отрывок до конца, все время отвлекается. С трудом высказывается о характере и темпе данного отрывка. 2. Двигается под музыку не в характере. 3. Не узнает на слух знакомые танцевальные мелодии. 4. Не чувствует метрическую пульсацию, двигается не ритмично.

		метрическую пульсацию и двигается в соответствии с ней.	
Двигательные навыки	<ol style="list-style-type: none"> 1. Легко координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях. 2. Ориентируется в пространстве, знает «право-лево», «ближе-дальше» по отношению к предметам, не путает «вперед-назад.» 3. Точно выполняет предложенные танцевальные движения. 4. Пластично двигается в медленном темпе. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Координация рук и ног в танцевальных упражнениях затруднена. 2. Не всегда ориентируется в пространстве. Путает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад». 3. Выполняет предложенные танцевальные движения с ошибками. 4. Испытывает трудность при выполнении плавных движений в медленном темпе. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. не координирует движения рук и ног в танцевальных упражнениях. 2. Не ориентируется в пространстве. Не знает «право-лево», «ближе-дальше», «вперед-назад». 3. Коряво и не точно выполняет предложенные танцевальные движения. 4. Двигается не пластично.
Эмоциональная сфера	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выразительно и эмоционально исполняет образные движения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Немного скован, не всегда проявляет эмоции при исполнении образных движений. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Не эмоционально и вяло исполняет образные движения.
Творческие проявления	<ol style="list-style-type: none"> 1. Легко и с удовольствием импровизирует под музыку предложенные игровые ситуации и образы животных. 2. Активно помогает придумывать танцевальные движения в соответствии с задуманным образом. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Импровизирует предложенные игровые ситуации и образы животных по образцу. 2. Не проявляет инициативу в придумывании танцевальных движений. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Отказывается или не может импровизировать предложенные игровые ситуации и образы животных. 2. Не помогает придумывать танцевальные движения.

Коммуникативные навыки	<p>1. Умеет правильно пригласить (проводить), приветствовать партнера, встать красиво в пару и сохранять это положение на протяжении всей композиции(танца).</p> <p>2. Уважительно относится к товарищам, не толкается, соблюдает очередность и дистанцию. Сохраняет спокойствие, когда внимание педагога направлено на другого ребенка.</p>	<p>1. Не всегда правильно приглашает(провожает), приветствует партнера. В паре не может сохранять положение до конца композиции (танца).</p> <p>2. Не всегда проявляет чувство такта по отношению к товарищам, торопиться, не соблюдает очередность. Не может долго сохранять спокойствие при отсутствии к себе внимания.</p>	<p>1. Не умеет правильно пригласить(проводить) партнера, забывает приветствовать его. Не держит позицию « партнер-партнерша» в композиции (танце).</p> <p>2. Неуважительно относится к товарищам, толкается, не соблюдает очередность. Требуется повышенного внимания к себе.</p>
Проявление некоторых психических процессов	<p>1. Без труда запоминает танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца.</p> <p>2. Внимателен на занятиях, не отвлекается во время исполнения танцевальных элементов и танцев.</p> <p>3. Понимает объяснения, условия игры сразу, достаточно точно может воспроизвести движения одновременно с показом педагога.</p>	<p>1. Запоминает танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца после многочисленных повторений.</p> <p>2. Отвлекается на занятиях, не всегда внимателен во время исполнения танцевальных элементов, танцев.</p> <p>3. Понимает объяснения, условия игры не сразу, воспроизводит движения одновременно с</p>	<p>1. Не может запомнить танцевальные движения, несложные комбинации движений, рисунок танца.</p> <p>2. Невнимателен на занятиях, все время отвлекается во время исполнения танцевальных элементов, танцев.</p> <p>3. С трудом понимает объяснения, условия игры, не может воспроизвести движения одновременно с показом педагога.</p>

		показом педагога не точно, с трудом.	
--	--	--------------------------------------	--

Практика:**1-2 годы обучения:****Демонстрация следующих элементов:**

1. Battements tendus:
 - а) double (с двойным опусканием пятки во II позицию);
 - б) в маленьких и больших позах.
2. Battements tendus jetes:
 - а) balancoir;
 - б) piques в сторону, вперед, назад.
 - в) в больших и маленьких позах.
3. Battements tendus:
 - а) double.
4. Battements tendus jetes:
 - а) piques.
5. Demi - rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans на demi- plie.
6. Battements fondus:
 - а) на полупальцах en face и в позах.
7. Battements frappes на полупальцах.
8. Pas tombe с продвижением, работающая нога - в положении sur le cou- de-pied носком в пол.
9. Temps saute по V позиции с продвижением вперед, в сторону, назад.
10. Grand changement de pieds. Petit changement de pieds.
11. Grand pas echarpe на II и IV позицию на croisee et effacee. Petit pas echarpe на II и IV позицию.
12. Полуповороты на полупальцах en dehors et en dedans на двух ногах
13. Preparation к pirouette sur le cou- de-pied en dehors et en dedans с V позиции.
14. Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.
15. sur le cou- de-pied носком в пол.

Критерии оценки:

- 0-5- низкий уровень;
 5-10- средний уровень;
 10-15- высокий уровень.

3-4 годы обучения:**Демонстрация следующих элементов:**

1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans no- 1/8, 1/4 круга.
2. Battements tendus jetes en tournant en dehors et en dedans no 1/8 и 1/4 круга.
3. Battements fondus:
 - а) double на всей стопе en face и в позах.
4. Battements frappes:
 - а) double на всей стопе en face и в позах.
5. Battements soutenus на 90° en face и в позах на всей стопе.
6. Flic-flac en face.
7. Rond de jambe en L air en dehors et en dedans.
8. Battements releves lents:
 - а) в IV arabesque на всей стопе.
9. Battements developpes:
 - а) в IV arabesque на всей стопе.

10. Pas tombe:
 а) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans (работающая нога в положении sur le cou-de-pied);
 11. Temps lie на 90 с переходом на всю стопу.
 12. Grands battements jetes developpes («мягкие» battements)
 13. 6-e port de bras.
 14. Pas de bourree dessus-dessous en face.
 15. демонстрация придуманной лично композиции на основе упражнений для развития пластики.

Критерии оценки:

- 0-5- низкий уровень;
 5-10- средний уровень;
 10-15- высокий уровень.

5 год обучения:

Демонстрация следующих элементов:

1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans по - 1/8, 1/4 круга.
2. Battements tendus jetes en tournant en dehors et en dedans по 1/8 и 1/4 круга.
3. Battements fondus:
 - а) double на всей стопе en face и в позах.
4. Battements frappes:
 - а) double на всей стопе en face и в позах.
5. Battements soutenus на 90° en face и в позах на всей стопе.
6. Flic-flac en face.
7. Rond de jambe en Lait en dehors et en dedans.
8. Battements releves lents:
 - а) в IV arabesque на всей стопе.
9. Battements developpes:
 - а) в IV arabesque на всей стопе.
10. Pas tombe:
 - а) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans (работающая нога в положении sur le cou-de-pied);
11. Temps lie на 90 с переходом на всю стопу.
12. Grands battements jetes developpes («мягкие» battements)
13. 6-e port de bras.
14. Pas de bourree dessus-dessous en face.
15. Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды

Критерии оценки:

- 0-5- низкий уровень;
 5-10- средний уровень;
 10-15- высокий уровень.

**Материалы для проведения мониторинга оценки образовательных результатов
 Модуль «Спортивные балльные танцы. Хореография»**

1-ый год обучения

Промежуточная аттестация (декабрь)

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;

- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

Теоретическая часть:

- правила поведения в хореографическом зале;
- понятие «музыкальное вступление»;
- позиции рук классического танца (1, 2, 3 позиции) и ног (1, 2, 3, 6 позиции);
- марш по кругу, в рисунке;
- упражнения на середине по диагонали, по прямой.

Практическая часть:

- упражнения на ориентировку в хореографическом зале, движение в заданном рисунке (построение в колонну по одному, по два, расход парами в движении, построение в круг, движение по кругу, по диагонали);

- элементы партерной гимнастики;
- упражнения с использованием элементов логоритмики;
- упражнения для укрепления мышц спины;
- ролевые игры с использованием элементов хореографии и логоритмики. **Критерии**

оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не развит музыкальный и ритмический слух, не знает основные позиции рук, ног, положение головы, не правильно исполняет упражнения. Не способен к самостоятельности. Быстрая утомляемость, неустойчивое внимание.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, но допускает не точности в исполнении движений. Эмоциональная отзывчивость, интерес, желание включиться в танцевальную деятельность. Средняя утомляемость и снижение двигательной активности.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — творческая активность ребенка, его самостоятельность, инициатива; ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала, сочетает музыку с движениями, выполняет движения без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве. Устойчивость внимания, физическая выносливость, двигательная активность. **Промежуточная аттестация**

(апрель, май)

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы. **Задачи:**

- определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами первого года обучения;
- выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- анализ полноты реализации программы первого года обучения.

Срок проведения: конец апреля – начало мая.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

Теоретическая часть:

- названия основных танцевальных движений и элементов;
- терминологию партерного экзерсиса: demi и grand plie;
- правила исполнения пройденных движений: demi и grand plie; 19

- правила гигиены тела, тренировочной одежды;
- основные танцевальные позиции рук (1, 3 позиции) и ног (1, 6 позиции).

Практическая часть

- движение и исполнение различных упражнений в соответствии с контрастным характером музыки;
- ритмичная ходьба под музыку, легкий бег, хлопки ладошами, притопы ногами, вращение кистями рук, прыжки на двух ногах;
- движение по кругу, взявшись за руки друг за другом или парами, располагаться по залу в рассыпную и собраться в круг или в линию;
- выполнение элементов партерной гимнастики.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой, грамотное исполнение с небольшими недочетами, как в техническом плане, так и в художественном.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

2-ой и последующие года обучения Промежуточная аттестация (декабрь)

Цель: выявление соответствия уровня теоретической и практической подготовки детей программным требованиям.

Задачи:

- определение уровня усвоения детьми теоретических знаний в соответствии с данным периодом обучения;
- определение уровня формирования практических умений в соответствии с данным этапом обучения.

Срок проведения: декабрь.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

Теоретическая часть:

- Позиции рук в классическом танце (1, 2, 3 позиции) и ног (1, 2, 3, 6 позиции).
- Правила исполнения пройденных движений: demi и grand plie; releve по 1 позиции лицом к станку; rog de bras лицом к станку из 1-й позиции.
- комплекс партерной гимнастики.
- характеристика музыкального произведения.

Практическая часть:

- исполнение основных элементов упражнений;
- выразительное движение под музыку;
- исполнение ритмических комбинации;
- исполнение движения в парах, в группах;
- ориентировка в хореографическом зале (построение в колонну по одному, по два, расход парами в движении, построение в круг, движение по кругу, по диагонали);
- самостоятельное исполнение комплекса партерной гимнастики;

- самостоятельное исполнение упражнений по диагонали, по прямой и в кругу (подбивной шаг, подскоки, переменный шаг, сценический бег);
- Прыжки на середине по 6 и 1 позициям;
- Sauté по 1-й позиции лицом к станку за две руки.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — ребенок не владеет теоретическими знаниями, не выполняет комплекс партерной гимнастики, не может выполнить простейшие ритмические рисунки, не точно исполняет танцевальные элементы.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — ребенок отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, выполняет комплекс партерной гимнастики, танцевальные элементы, но допускает неточности.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — ребенок показывает высокий уровень знаний теоретического материала и практических навыков, умений данного этапа обучения. 21 Откликается на динамические оттенки в музыке, красиво и правильно исполняет танцевальные элементы, дает характеристику музыкальным произведениям.

Промежуточная аттестация (апрель, май)

Цель: выявление уровня усвоения детьми программного материала, соответствие прогнозируемым результатам образовательной программы. **Задачи:**

- Определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми результатами второго года обучения;
- Выявление уровня усвоения теоретических знаний;
- Определение уровня развития индивидуальных творческих способностей;
- Анализ полноты реализации программы второго года обучения.

Срок проведения: май текущего года.

Форма проведения: контрольный урок.

Содержание

Теоретическая часть:

- Знание терминологии и правила исполнения движений: battement tendu по 1 позиции у станка, demi plié по 1 позиции у станка и на середине.
- Комплекс партерной гимнастики.
- Сценический бег, галоп, подбивной шаг, подскоки.
- Танцевальные комбинации.
- Правила исполнения движений в паре.
- Правила исполнения танцевальных элементов.
- Динамические оттенки в музыке.

Практическая часть:

- Самостоятельное выполнение комплекса партерной гимнастики.
- Самостоятельное выполнение battement tendu по 1-й позиции у станка, releve по 1 позиции лицом к станку, rog de bras лицом к станку из 1-й позиции.
- Прыжки по 1-й, 6-й позиции на середине.
- Самостоятельное выполнение demi plié по 1 позиции у станка и на середине.
- Сценический бег, галоп, подбивной шаг, подскоки.
- Исполнение танцевальных комбинаций.
- начало и конец музыкального вступления; 22
- названия танцевальных элементов и движений;
- выполнять простейшие ритмические рисунки;
- Упражнения на ориентировку в пространстве на основе круговых и линейных рисунков;
- Исполнение движения в парах, в группах.

Критерии оценки

Минимальный уровень (1 — 4 балла) — обучающейся овладел менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Не может исполнить основные элементы и ритмические комбинации, плохо ориентируется в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.

Средний уровень (5 — 8 баллов) — обучающейся овладел не менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Правильно исполняет основные элементы и ритмические комбинации, но иногда требуется помощь педагога, выразительно двигается под музыку, ориентируется в пространстве на основе круговых и линейных рисунков.

Максимальный уровень (9 — 10 баллов) — обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Правильно исполняет основные элементы и ритмические комбинации, выразительно двигается под музыку, ориентируется в пространстве на основе круговых и линейных рисунков. Исполняет движения в парах, в группах.

няет движения в парах, в группах.