

СОВЕТСКОЕ ТЕРРИТОРИАЛЬНОЕ УПРАВЛЕНИЕ  
ДЕПАРТАМЕНТА ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ВОЛГОГРАДА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР СОВЕТСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»

ПРИНЯТА  
на заседании Педагогического совета  
Протокол от «20» июня 2022 г. №2



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности

## «ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ЖИЗНЬ»

Возраст учащихся: 6-17 лет  
Срок реализации: 6 лет

Автор-составитель:  
**Манушенкова Евгения Александровна**  
педагог дополнительного образования

Волгоград, 2022

## Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования»

### Пояснительная записка

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцевальная жизнь» (далее программа) – *физкультурно-спортивная*, т.к. ориентирована на базовую подготовку учащихся к спортивно-массовым мероприятиям по виду спорта «Танцевальный спорт», направлена на развитие общей физической подготовки и обучению танцевальной лексики спортивных - балльных танцев, на основе правил Всероссийской федерации танцевального-спорта и акробатического рок-н-ролла о допустимых танцах и фигурах.

**Актуальность программы** обусловлена ее разнообразием и возможностью выбора направлений деятельности: конкурсной и концертной. Современные спортивные балльные танцы имеют огромный социальный заказ и являются одним из самых популярных танцевальных направлений. В связи с тем, что в настоящее время в большинстве общеобразовательных учреждений не предусмотрено обучение основам танцевальной культуры, спортивные танцы пользуются большим спросом. С каждым годом увеличивается количество желающих заниматься спортивными балльными танцами и посещать учреждения дополнительного образования: центры детского творчества, учреждения культуры и детские спортивные школы.

**Педагогическая целесообразность** методик, приемов и технологий, используемых в процессе реализации программы обусловлена их адаптацией к особенностям физиологии и психологии детей определенного возраста и уровня танцевального мастерства.

Образовательный процесс организуется через:

- элементы обсуждения, заинтересованной беседы по выбранной теме, что позволяет активизировать мотивацию, в процессе отработки танцевальных элементов, обсудить идею, проявить индивидуальность;
- показ и отработку элементов;

- анализ и дальнейшее обсуждение возможных вариантов исполнения элементов, исправление ошибок;

- обучение планированию работы, что позволит в дальнейшем грамотно организовать любую, не только творческую работу, будет способствовать формированию навыков самоорганизации и самоконтроля;

- практическую работу с помощью педагога и самостоятельную работу;

- простые формы анализа: коллективное обсуждение и рефлексию.

**Отличительные особенности** данной общеразвивающей программы от уже существующих в этой области заключаются в содержании программы: выстроенной системы занятий, основанной на развитие учащихся в различных направлениях деятельности. В содержание программы наряду с отработкой танцевальных элементов, включены общая физическая подготовка, растяжка, а также концертные и конкурсные выступления. Программа включает в себя два раздела:

Первый раздел «*Конкурсные спортивные танцы*», которые, в свою очередь, делятся на две программы «Европейскую» и «Латиноамериканскую», каждая из которых включает в себя пять танцев:

Европейская программа	Латиноамериканская программа
• Медленный вальс	• Самба
• Танго	• Ча-ча-ча
• Венский вальс	• Румба
• Медленный фокстрот	• Джайв
• Быстрый фокстрот	• Пасадобль

Все перечисленные танцы являются конкурсными, принятые во Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

По уровню подготовки танцоры распределяются по классам. Для выхода на первое соревнование им присваивается один из начальных классов (Н, Е или D), который они впоследствии могут сменить на более высокий, заняв на

соревнованиях призовые места и заработав баллы для перехода в следующий класс мастерства ( С, В, А). В начальных классах разрешено танцевать не все танцы и не все элементы. Высший класс мастерства у любителей М класс.

В группы первого года принимаются все поступающие. Специального отбора не производится. Группу второго года могут посещать и вновь прибывшие после специального тестирования и опроса, при наличии определенного уровня общего развития и интереса.

*Первый год обучения* соответствует начальному уровню обучения, в конкурсной программе данный уровень относится к массовому спорту - 3 конкурсных танца (Медленный вальс, Ча-ча-ча, Самба). В танцевальных композициях («Полька», «Улыбка», и другие постановочные танцы)

*Второй год обучения* соответствует начальному уровню Н – класса, данный уровень относится к массовому спорту (Медленный вальс, Квик стэп, Ча-ча-ча, Самба). Танцевальные композиции (Полька, Куклы, постановочные танцы на основе конкурсных композиций)

*Третий год обучения* соответствует уровню Е – класса данный уровень относится к спорту высших достижений (Медленный вальс, Венский вальс, Квик стэп, Самба, Ча-ча-ча, Джайв). Концертные композиции включают в себя элементы конкурсных танцев, а также элементы классической и современной хореографии. На этом уровне учащихся лучше усваивают новый материал, получив хорошую базу, опираясь не на количество, а на качество.

*Четвертый год обучения* соответствует уровню D – класса спорта высших достижений (Медленный вальс, Танго, Венский вальс, Самба, Ча-ча-ча, Румба, Джайв).

Особую роль в создании танцевальных композиций играет создание художественного образа, идеи, и ее эмоциональное воплощение. Концертные композиции включают в себя элементы спортивных танцев, элементы классической и современной хореографии и свободную пластику. На этом этапе идёт активное развитие творческого потенциала. Кроме того, для повышения профессионального уровня танцоров и разнообразия конкурсных

композиций необходимы занятия общей физической подготовки и индивидуальные занятия для каждой танцевальной пары третьего и четвертого уровня.

*Пятый год обучения* соответствует уровню С - класса спорта высших достижений (Медленный вальс, Танго, Венский вальс, Медленный фокстрот, Самба, Ча-ча-ча, Румба, Пасадобль, Джайв). Концертные композиции включают в себя различные танцевальные направления. Основная идея этого курса - создание художественного образа, эмоционального отклика зрителей, глубокого осмысления содержания идеи танца.

*Шестой год обучения* также соответствует уровню С-класса, спорта высших достижений, танцевальные композиции включают в себя еще больший арсенал базовых фигур С класса. Шестой год обучения направлен на повышение уровня исполнительского мастерства, поиск новых исполнительских средств, собственного стиля в процессе создания танцевального художественного образа. На этом этапе происходит закрепление и обобщение танцевального опыта.

Второй раздел *«Танцевальное шоу»* - подготовка и создание концертных номеров на основе хореографии спортивных бальных танцев, а также других танцевальных направлений: с элементами классического танца и современной хореографии. Раздел также включает в себя общую физическую подготовку и растяжку.

**Адресат программы** в реализации данной общеразвивающей программы принимают участие дети в возрасте от 6 до 17 лет.

Первый год обучения – 6 - 8 лет;

Второй год обучения – 7-10 лет;

Третий год обучения – 9-12 лет;

Четвертый год обучения – 11-13 лет;

Пятый год обучения – 12-15 лет;

Шестой год обучения – 14-17 лет;

Возрастные особенности:

К 6-7 годам дети начинают сознательно регулировать своё поведение. Для них характерна устойчивость, непосредственность, жизнерадостность, весёлое настроение. Они способны испытать наслаждение и переживание от восприятия прекрасного. Проявляется потребность во внешних впечатлениях, слушании музыки, в посещении концертов, театров, после чего дети часто изображают увиденное. Поэтому именно при работе с этим возрастом велика ответственность педагога в воспитании в ребёнке культурной личности. Эти дети наиболее эмоционально отзывчивы. Они учатся преодолевать хореографические трудности и, справляясь с ними, испытывают при этом чувство радости и удовлетворения. На них положительно сказывается элемент игры.

7-11 лет – в этом возрасте дети начинают проявлять самостоятельность, (желание делать всё самому, требуют доверия от взрослых), сдержанность (умение подчинять свои желания общим требованиям), настойчивость и упрямство (желание добиться результатов). Костно-мышечный аппарат детей этого возраста отличается большой гибкостью. Это благоприятное время для растяжки и улучшения природных данных, а также формирования осанки, умения ориентироваться в пространстве, развития ритмичности и музыкальности. В этом возрасте преобладает наглядно-образное мышление, господствует чувственное познание окружающего мира. Поэтому эти дети особенно чувствительны к воспитательным воздействиям эстетического характера. Из-за быстрого роста и определённого отставания в развитии грудной клетки подростки выглядят нескладными, угловатыми. Стесняясь этого, они принимают неестественные позы, пытаются напускной грубостью отвлечь внимание окружающих от своего внешнего вида. У подростков наблюдается повышенная возбудимость, вспыльчивость, раздражительность. Они не всегда могут контролировать свои эмоции, не готовы к монотонной работе.

12-15 лет - подросток стремится быть взрослым, самостоятельным, независимым. Поэтому он часто более требователен к своей деятельности. В

это время отношение к педагогу, его знаниям и культуре становится более критичным и требовательным. У подростков формируются собственные позиции по отношению к окружающим людям. Они требуют к себе уважения и стремятся добиться признания равноправия с взрослыми. Взаимное отрицание полов в этот период может негативно сказаться на отношениях внутри коллектива. Поэтому педагогу необходимо перестроить систему взаимоотношений с подростками, предоставив им такие условия, в которых они могли бы самоутвердиться, не противоречив учебно-воспитательным задачам.

15-17 лет – завершается характерный для подростков период бурного и неравномерного роста и развития организма. Заметно возрастает мышечная сила и работоспособность. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Появляется самостоятельность в суждениях. Возникает желание быть замеченным. Встаёт проблема выбора профессии. Укрепляется связь с коллективом, появляется желание и возможность проверить свои силы и возможности, утвердиться в обществе.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная жизнь» предлагает обучение спортивным бальным танцам, которое раскрывает широкие возможности для всех желающих обучаться спортивным танцам без специального отбора; одаренные и талантливые дети имеют возможность заниматься в группах соответствующего уровня обучения, реализоваться в том или ином направлении по выбору или же в двух направлениях сразу и достигнуть определенных результатов, а преобладающее количество девочек, не имеющих возможности танцевать в паре, может выступать на конкурсах по спортивным танцам в номинации «Соло» и принимать участие в разнообразных танцевальных постановках.

#### **Объем и срок освоения программы.**

**Сроки реализации** дополнительной общеразвивающей программы – 6 лет, которые делятся на три периода. Общее количество учебных часов,

запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы –  $144+144+216+144+216+216 = 1080$  часов.

Первый период: 1 – 2 год обучения

Второй период: 3 – 4 год обучения

Третий период: 5 – 6 годы обучения

При этом продолжительность периодов является ориентировочной, она – определяется не временем, а достигнутыми результатами, которые определяются уровнем знаний, полученных на занятиях по спортивным танцам, которые в свою очередь фиксируются на конкурсных и концертных выступлениях.

Набор детей в объединение осуществляется без специальной подготовки. От учащихся не требуется специальных знаний и умений. Для детей с высоким уровнем танцевальной подготовки возможно зачисление на второй или третий год обучения.

*Первый период* (1-2 год обучения) - ознакомительный, направлен на первичное знакомство с хореографией спортивных балльных танцев.

*Второй период* (3-4 год обучения) - базовый уровень подготовки.

*Третий период* (5 - 6 год обучения) - углубленный уровень подготовки.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий:**

Занятия 1, 2 и 4 годов обучения проходят 2 раза в неделю по 2 академических часа (всего за год – 144 часа), продолжительность одного академического часа – 45 минут, после каждого часа предусмотрен перерыв -10 минут.

Для учащихся 6 лет продолжительность занятия 30 мин. Занятия 3, 5, и 6 годов обучения проходят 3 раза в неделю по 2 академических часа, или 2 раза в неделю по 3 академических часа (всего за год – 216 часов), продолжительность одного академического часа – 45 минут, после каждого часа предусмотрен перерыв - 10 минут.

### Общее количество учебных часов:

Год обучения	Название группы	Количество учащихся	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Всего часов в год
1-й год обучения	1-я младшая группа	15	2	4	144
2-й год обучения	2-я младшая группа	15	2	4	144
3-й год обучения	1-я средняя группа	15	3	6	216
4-й год обучения	2-я средняя групп	15	2	4	144
5-й год обучения	старшая группа	10	3	6	216
6-й год обучения	группа мастер-класс	10	3	6	216

### Особенности организации образовательного процесса:

Состав групп – постоянный.

Группы состоят из учащихся возраста

6-8 лет – младшего школьного возраста (1-2 год обучения)

9-12 – лет – среднего школьного возраста (3-4 год обучения)

12-17 лет- среднего и старшего школьного возраста. (5-6 год обучения)

*Формы организации образовательного процесса: групповая.*

*Основной формой обучения является учебное занятие. Программой предусмотрено проведение групповых занятий. В зависимости от приоритета обозначенных целей занятия проводятся: обучающие, общеразвивающие и воспитательные занятия.*

*Виды и формы занятий*

*виды занятий - обучающие занятия:*

- занятия по передаче знаний;
- занятия по закреплению знаний;
- занятия формирования умений применения знаний на практике;
- занятия по обобщению и систематизации знаний.

*Формы проведения занятий:*

- комбинированное занятие (передача знаний и обмен ими, практическая работа);
- *практическое занятие* – отработка вариаций, ОФП, СФП, растяжка, постановка концертных номеров.
- *занятие-прогон* - прогоны европейской и латиноамериканской программы; тематические практики.
- *итоговое занятие конкурс* - завершает тему или раздел программы проводится в форме конкурса учащихся (учащиеся сами выступают в роли судей и конкурсантов);
- *выездное занятие конкурс*- участие в спортивно- массовых мероприятиях и официальных соревнованиях

Теоретическая часть занятий подается педагогом в форме беседы и мультимедийной презентации (составляет не более 1/3 от всего учебного материала), закрепляется через практическую работу учащихся, которая направлена на повышение уровня танцевального мастерства.

**Цель программы:** создать условия для формирования танцевальной культуры, социального становления личности посредством обучения хореографии спортивных бальных танцев.

### **Задачи программы:**

#### **Первый год обучения**

#### **Образовательные (предметные):**

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с начальным уровнем;
- Научить технически верно и эмоционально исполнять базовые танцевальные движения;
- Научить исполнению базовых танцевальных фигур и детских танцев в разных составах (соло, в паре и ансамбле).

### ***Метапредметные:***

- Развивать умение взаимодействовать в коллективе сверстников;
- Способствовать повышению культурного уровня развития детей и подростков;
- Развивать эстетическое восприятие окружающей действительности.

### ***Личностные:***

- Воспитать чувство дружбы в коллективе сверстников и старших; чувство ответственности, трудолюбие, терпение.
- Сформировать умение работать в паре, быть частью коллектива.

## **Второй год обучения**

### ***Образовательные (предметные):***

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с начальным уровнем;
- Познакомить с терминологией и средствами художественной выразительности музыки и танца.

### ***Метапредметные:***

- Способствовать развитию физического и творческого потенциала;
- Развивать умение оценивать качество собственного исполнения и других на основе полученных знаний.

### ***Личностные:***

- Воспитать осознанное отношение к танцу;
- Воспитать трудолюбие, ответственность, выносливость.

## **Третий год обучения**

### ***Образовательные (предметные):***

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем Е класса;

- Познакомить с классической хореографией, и другими танцевальными направлениями.

***Метапредметные:***

- Способствовать развитию творческого потенциала учащихся.
- Развивать способность взаимодействия в коллективе, посредством участия в концертной деятельности.

***Личностные:***

- Приобщить детей к здоровому образу жизни;
- Воспитать потребность в сохранении культурно-нравственных ценностей, танцевальных традиций различных направлений.

**Четвертый год обучения**

***Образовательные (предметные):***

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем D класса;
- Сформировать потребность в повышении уровня исполнительского мастерства посредством участия в танцевальных конкурсах и концертах.

***Метапредметные:***

- Развивать физические умения и навыки в исполнении танцевальных движений, посредством общей физической подготовки;
- Развивать эмоциональное отношение к танцу, для воплощения идеи, образа и характера.

***Личностные:***

- Воспитать потребность в популяризации хореографического искусства;
- Воспитать необходимые качества личности, взаимодействия в команде, в паре.

## **Пятый год обучения**

### ***Образовательные (предметные):***

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем С класса;
- Сформировать представления о многообразии и разножанровости танцевальных направлений.

### ***Метапредметные:***

- Развивать умение импровизировать, на основе полученных знаний танцевальной лексики;
- Развивать физическую выносливость, посредством общей физической подготовки.

### ***Личностные:***

- Воспитать потребность в повышении уровня физической подготовки и хореографического мастерства;
- Воспитать спортивную мотивацию.

## **Шестой год обучения:**

### ***Образовательные (предметные):***

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем С класса, и более высоких классов мастерства;
- Сформировать умение работать с партнером в условиях эмоциональной, и психофизической нагрузки;
- Сформировать эстетические идеалы.

### ***Метапредметные:***

- Развить умение создавать несложные вариации, на основе полученных знаний танцевальной лексики;
- Развивать умение организовывать самостоятельную подготовку.

### **Личностные:**

- Формировать волевые качества учащихся;
- Воспитать потребность психофизического здоровья.

## **Учебный план первого года обучения**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Бальные танцы как вид спорта</b>	<b>104</b>	<b>6</b>	<b>98</b>	
1.1.	Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности.	2		2	опрос, наблюдение
1.2.	Танец «Ча-ча-ча»	34	2	32	мини-конкурс
1.3.	Танец «Медленный вальс»	34	2	32	мини-конкурс
1.4.	Танец «Самба»	34	2	32	мини-конкурс
<b>2.</b>	<b>Танцевальное шоу, музыкальные игры</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>	
2.1.	Танец «Полька»	26	2	24	мини-конкурс
2.2.	Танец «Улыбка»	2		2	мини-конкурс
<b>3.</b>	<b>Воспитательная работа</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	наблюдение
<b>4.</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	занятие-конкурс
	<b>Всего</b>	<b>144</b>	<b>8</b>	<b>136</b>	

### **Содержание программы первого года обучения**

#### **Раздел 1. Бальные танцы как вид спорта.**

##### ***Тема 1.1. Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности.***

*Теория:* знакомство с основными понятиями: «спортивные танцы», «танцевальное шоу», историей возникновения спортивных бальных танцев, инструкциями по технике безопасности.

*Практика:* основные этапы занятия (разминка, разучивание танцевальных элементов, игры, просмотр видеоматериала, прослушивание музыки разного характера).

*Формы контроля:* беседа, опрос, наблюдение.

*Методическое обеспечение:* УМК к программе.

### ***Тема 1.2. Танец «Ча-ча-ча»***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца. Игры: «Обратное зеркало», «Раз, два, три замри».

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК и методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.3. Танец «Медленный вальс»***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК и методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.4 Танец «Самба»***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК и методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

## **Раздел 2. Танцевальное шоу, музыкальные игры**

### ***Тема 2.1. Танец «Полька».***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* методические рекомендации к программе.

### ***Тема 2.2. Танец «Улыбка».***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* методические рекомендации к программе.

## **Раздел 3. Воспитательная работа**

Проведение различных мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание личности гражданина.

## **Раздел 4. Промежуточная аттестация**

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией.

*Формы контроля:* занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* положение о проведении конкурса по спортивным танцам, УМК, методические рекомендации к программе.

## Учебный план второго года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Латиноамериканская и Европейская программы</b>	<b>96</b>	<b>4</b>	<b>92</b>	
1.1	Танец «Ча-ча-ча»	24	2	22	индивидуальное исполнение элементов
1.2	Танец «Медленный вальс»	24	2	22	индивидуальное исполнение элементов
1.3	Танец «Самба»	24	2	22	индивидуальное исполнение элементов
1.4	Танец «Квик стэп»	24	2	22	индивидуальное исполнение элементов
<b>2</b>	<b>Танцевальное шоу и музыкальные игры</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	
2.1	Танец «Полька»	16	2	14	мини-конкурс
2.2	Концертные композиции	16		16	мини-конкурс
<b>3</b>	<b>Воспитательная работа</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	наблюдение
<b>4</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	занятие-конкурс
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>6</b>	<b>138</b>	

### Содержание программы второго года обучения

#### Раздел 1. Латиноамериканская и Европейская программы

##### *Тема 1.1. Танец «Ча-ча-ча»*

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, инструктаж по технике безопасности.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца. Игра «Раз, два, три – замри».

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.2. Танец «Медленный вальс»***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.3. Танец «Самба»***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.4. Разучивание танца «Квик стэп»***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, инструктаж по технике безопасности.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

## **Раздел 2. Танцевальное шоу и музыкальные игры**

### ***Тема 2.1. Танец «Полька»***

*Теория:* история создания танца, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, мини-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.2. Концертные композиции***

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальности исполнения, презентацией, смысловым содержанием, образами и идеей.

*Формы контроля:* практикум, рефлексия, концертное исполнение.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе.

## **Раздел 3. Воспитательная работа**

Проведение различных мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание личности гражданина.

## **Раздел 4. Промежуточная аттестация.**

*Практика:* исполнение индивидуальных вариаций.

*Формы контроля:* занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* положение о проведении конкурса по спортивным танцам, УМК, методические рекомендации к программе.

## Учебный план третьего года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Базовые фигуры латиноамериканской программы Е класса</b>	<b>84</b>	<b>6</b>	<b>78</b>	
1.1	Танец «Ча-ча-ча»	28	2	26	занятие-конкурс
1.2	Танец «Джайв»	28	2	26	занятие-конкурс
1.3	Танец «Самба»	28	2	26	занятие-конкурс
<b>2</b>	<b>Базовые фигуры европейской программы Е класса</b>	<b>70</b>	<b>6</b>	<b>64</b>	
2.1	Танец «Медленный вальс»	28	2	26	занятие-конкурс
2.2	Танец «Венский вальс»	14	2	12	занятие-конкурс
2.3	Танец «Квик стэп»	28	2	26	занятие-конкурс
<b>3</b>	<b>Танцевальное шоу</b>	<b>50</b>	<b>2</b>	<b>48</b>	
3.1	Танец «Фигурный вальс»	14	2	12	занятие-конкурс
3.2	Основы классической хореографии	16		16	занятие-конкурс
3.3	Концертные композиции	18		18	занятие-конкурс
<b>4</b>	<b>Воспитательная работа</b>	<b>10</b>		<b>10</b>	наблюдение
<b>5</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	занятие-конкурс
	<b>Всего</b>	<b>216</b>	<b>14</b>	<b>202</b>	

## Содержание программы третьего года обучения

### Раздел 1. Базовые фигуры латиноамериканской программы Е класса

#### *Тема 1.1. Танец «Ча-ча-ча»*

*Теория:* знакомство с фигурами Е класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, инструктаж по технике безопасности.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.2. Танец «Джайв»***

*Теория:* знакомство с фигурами Е класса характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.3. Танец «Самба»***

*Теория:* знакомство с фигурами Е класса характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

## **Раздел 2. Базовые фигуры европейской программы Е класса**

### ***Тема 2.1. Танец «Медленный вальс»***

*Теория:* знакомство с фигурами Е класса характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.2. Танец «Венский вальс»***

*Теория:* знакомство с фигурами E класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.3. Танец «Квик стэп»***

*Теория:* знакомство с фигурами E класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* Работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

## **Раздел 3. Танцевальное шоу**

### ***Тема 3.1. Танец «Фигурный вальс»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* Работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 3.2 Основы классической хореографии***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 3.3. Концертные композиции***

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца, смысловым содержанием и образом.

*Формы контроля:* концертное исполнение.

*Методическое обеспечение:* УМК к программе репертуар на год, методические рекомендации.

## **Раздел 4. Воспитательная работа**

Проведение различных мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание личности гражданина.

## **Раздел 5. Промежуточная аттестация**

*Практика:* исполнение индивидуальных вариаций.

*Формы контроля:* занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* положение о проведении конкурса по спортивным танцам, УМК, методические рекомендации к программе.

## Учебный план четвертого года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Базовые фигуры латиноамериканской программы D класса</b>	<b>56</b>	<b>8</b>	<b>48</b>	
1.1	Танец «Самба»	14	2	12	занятие-конкурс
1.2	Танец «Ча-ча-ча»	14	2	12	занятие-конкурс
1.3	Танец «Румба»	14	2	12	занятие-конкурс
1.4	Танец «Джайв»	14	2	12	занятие-конкурс
<b>2</b>	<b>Базовые фигуры европейской программы D класса</b>	<b>56</b>	<b>8</b>	<b>48</b>	
2.1	Танец «Медленный вальс»	14	2	12	занятие-конкурс
2.2	Танец «Танго»	14	2	12	занятие-конкурс
2.3	Танец «Венский вальс»	14	2	12	занятие-конкурс
2.4	Танец «Квик стэп»	14	2	12	занятие-конкурс
<b>3</b>	<b>Танцевальное шоу</b>	<b>20</b>		<b>20</b>	
3.1	Основы классической хореографии	6		6	занятие-конкурс
3.2	Общая физическая подготовка	4		4	контрольные упражнения
3.3	Концертные композиции	10		10	занятие-конкурс
<b>4</b>	<b>Воспитательная работа</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	наблюдение
<b>5</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	занятие-конкурс
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>8</b>	<b>136</b>	

### Содержание программы четвертого года обучения

#### Раздел 1. Базовые фигуры латиноамериканской программы D класса

##### *Тема 1.1. Танец «Самба»*

*Теория:* знакомство с фигурами D класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, инструктаж по технике безопасности.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.2. Танец «Ча-ча-ча»***

*Теория:* знакомство с фигурами D класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.3. Танец «Румба»***

*Теория:* знакомство с фигурами D класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.4. Танец «Джайв»***

*Теория:* знакомство с фигурами D класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

## **Раздел 2. Базовые фигуры европейской программы D класса**

### ***Тема 2.1. Танец «Медленный вальс»***

*Теория:* знакомство с фигурами D класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.2. Танец «Танго»***

*Теория:* знакомство с фигурами D класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, Инструктаж по ТБ.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.3. Танец «Венский вальс»***

*Теория:* знакомство с фигурами D класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

#### ***Тема 2.4. Танец «Квик стэп»***

*Теория:* знакомство с фигурами D класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### **Раздел 3. Танцевальное шоу**

#### ***Тема 3.1. Основы классической хореографии***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### **Тема 3.2. Общая физическая подготовка**

*Практика:* работа над упражнениями, правильной техникой исполнения.

*Формы контроля:* контрольные упражнения.

*Методическое обеспечение:* УМК к программе.

### **Тема 3.3 Концертные композиции**

*Практика:* исполнение индивидуальных вариаций.

*Формы контроля:* практикум, занятие-конкурс, оценка музыкальности, техники исполнения, презентации танца.

*Методическое обеспечение:* положение о проведение конкурса по спортивным танцам, УМК, методические рекомендации к программе

## **Раздел 4. Воспитательная работа**

Проведение различных мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание личности гражданина.

## **Раздел 5. Промежуточная аттестация**

*Практика:* исполнение индивидуальных вариаций.

*Формы контроля:* занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* положение о проведение конкурса по спортивным танцам, УМК, методические рекомендации к программе.

## **Учебный план пятого года обучения**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Базовые фигуры латиноамериканской программы С класса</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>80</b>	
1.1	Танец «Самба»	18	2	16	занятие-конкурс
1.2	Танец «Ча-ча-ча»	18	2	16	занятие-конкурс
1.3	Танец «Румба»	18	2	16	занятие-конкурс
1.4	Танец «Джайв»	18	2	16	занятие-конкурс
1.5	Танец «Пасодобль»	18	2	16	занятие-конкурс
<b>2</b>	<b>Базовые фигуры европейской программы С класса</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>80</b>	
2.1	Танец «Медленный вальс»	18	2	16	занятие-конкурс
2.2	Танец «Танго»	18	2	16	занятие-конкурс
2.3	Танец «Венский вальс»	18	2	16	занятие-конкурс

2.4	Танец «Квик стэп»	18	2	16	занятие-конкурс
2.5	Танец «Медленный фокстрот»	18	2	16	занятие-конкурс
<b>3</b>	<b>Классическая и спортивная подготовка</b>	<b>16</b>		<b>16</b>	
3.1	Основы классической и современной хореографии	6		6	занятие-конкурс
3.2	Общая физическая подготовка	8		8	контрольные упражнения
<b>4</b>	<b>Танцевальное шоу</b>	<b>8</b>		<b>8</b>	
4.1	Концертные композиции	8		8	концертное исполнение
<b>5</b>	<b>Воспитательная работа</b>	<b>10</b>		<b>10</b>	наблюдение
<b>6</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	занятие-конкурс
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>20</b>	<b>196</b>	

## Содержание программы пятого года обучения

### Раздел 1. Базовые фигуры латиноамериканской программы С класса

#### *Тема 1.1. Танец «Самба»*

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, инструктаж по ТБ.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

#### *Тема 1.2. Танец «Ча-ча-ча»*

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.3. Танец «Румба»***

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.4. Танец «Джайв»***

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.1. Танец «Пасодобль»***

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

## **Раздел 2. Базовые фигуры европейской программы С класса**

### ***Тема 2.1. Танец «Медленный вальс»***

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.2. Танец «Танго»***

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.2. Танец «Венский вальс»***

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, Инструктаж по ТБ.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.3. Танец «Квик стэп»***

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, Инструктаж по ТБ.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.4. Танец «Медленный фокстрот»***

*Теория:* знакомство с фигурами С класса, характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, Инструктаж по ТБ.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### **Раздел 3. Классическая и спортивная подготовка**

#### ***Тема 3.2. Общая физическая подготовка***

*Практика:* работа над упражнениями, правильной техникой исполнения.

*Формы контроля:* контрольная упражнения.

*Методическое обеспечение:* УМК к программе.

#### ***Тема 3.3. Основы классической хореографии***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

#### ***Тема 3.4. Концертные композиции***

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца, смысловым содержанием и образом.

*Формы контроля:* концертное исполнение.

*Методическое обеспечение:* УМК к программе, репертуар на год, методические рекомендации.

### **Раздел 5. Воспитательная работа**

Проведение различных мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание личности гражданина.

### **Раздел 6. Промежуточная аттестация**

*Практика:* исполнение индивидуальных вариаций.

*Формы контроля:* занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* положение о проведение конкурса по спортивным танцам, УМК, методические рекомендации к программе.

## Учебный план шестого года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Основные фигуры латиноамериканской программы С, В класса</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>80</b>	
1.1	Танец «Самба»	18	2	16	занятие-конкурс
1.2	Танец «Ча-ча-ча»	18	2	16	занятие-конкурс
1.3	Танец «Румба»	18	2	16	занятие-конкурс
1.4	Танец «Джайв»	18	2	16	занятие-конкурс
1.5	Танец «Пасодобль»	18	2	16	занятие-конкурс
<b>2</b>	<b>Основные фигуры европейской программы С, В класса</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>80</b>	
2.1	Танец «Медленный вальс»	18	2	16	занятие-конкурс
2.2	Танец «Танго»	18	2	16	занятие-конкурс
2.3	Танец «Венский вальс»	18	2	16	занятие-конкурс
2.4	Танец «Квик стэп»	18	2	16	занятие-конкурс
2.5	Танец «Медленный фокстрот»	18	2	16	занятие-конкурс
<b>3</b>	<b>Классическая и спортивная подготовка</b>	<b>24</b>		<b>24</b>	
3.1	Общая физическая подготовка	8		8	контрольные упражнения
3.2	Классическая и современная хореография	6		6	занятие-конкурс
3.4	Концертные композиции	8		8	концертное выступление
<b>4</b>	<b>Воспитательная работа</b>	<b>10</b>		<b>10</b>	
<b>5</b>	<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	контрольные упражнения, занятие-конкурс
	<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>20</b>	<b>196</b>	

### Содержание программы шестого года обучения

#### Раздел 1. Основные фигуры латиноамериканской программы С, В класса

##### *Тема 1.1. Танец «Самба»*

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, инструктаж по ТБ.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.2. Танец «Ча-ча-ча»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.3. Танец «Румба»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения, инструктаж по ТБ.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальности исполнения, презентацией.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.4. Танец «Джайв»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 1.5. Танец «Пасодобль»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

## **Раздел 2. Основные фигуры европейской программы С, В класса**

### ***Тема 2.1. Танец «Медленный вальс»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.2. Танец «Танго»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.3 Танец «Венский вальс»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.4. Танец «Квик стэп»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 2.5. Танец «Медленный фокстрот»***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* отработка фигур С класса, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

## **Раздел 3. Классическая и физическая подготовка**

### ***Тема 3.2 Общая физическая подготовка***

*Практика:* работа над упражнениями, правильной техникой исполнения.

*Формы контроля:* контрольные упражнения.

*Методическое обеспечение:* УМК к программе.

### ***Тема 3.3. Основы классической хореографии***

*Теория:* характеристики, принципы движения, названия фигур, особенности исполнения.

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца.

*Формы контроля:* индивидуальное исполнение элементов, занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* УМК, методические рекомендации к программе, видеозаписи исполнения фигур и вариаций танцорами разного уровня мастерства.

### ***Тема 3.4 Концертные композиции***

*Практика:* работа над элементами танца, музыкальностью исполнения, презентацией танца, смысловым содержанием и образом.

*Формы контроля:* концертное исполнение.

*Методическое обеспечение:* УМК к программе, репертуар на год, методические рекомендации.

#### **Раздел 4. Воспитательная работа**

Проведение различных мероприятий, направленных на всестороннее развитие и воспитание личности гражданина.

#### **Раздел 5. Промежуточная аттестация**

*Практика:* исполнение индивидуальных вариаций.

*Формы контроля:* занятие-конкурс.

*Методическое обеспечение:* положение о проведении конкурса по спортивным танцам, УМК, методические рекомендации к программе.

### **Планируемые результаты**

*По итогам освоения программы учащийся должен иметь следующие результаты:*

*По окончании первого года обучения*

#### **Образовательные (предметные):**

*учащийся будет*

- уметь технически верно и эмоционально исполнять базовые танцевальные движения; исполнять базовые танцевальные фигуры и детских танцев в разных составах (соло, в паре и ансамбле).
- иметь навыки исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с начальным уровнем;

#### **Метапредметные:**

*у учащегося будут*

- сформированы навыки взаимодействия в коллективе сверстников, навыки работы в паре.

#### **Личностные:**

*у учащегося будут*

- сформированы чувство ответственности, трудолюбие, терпение.

*По окончании второго года обучения*

**Образовательные (предметные):**

*учащийся будет*

- знать терминологию и средства художественной выразительности музыки и танца.
- уметь исполнять основные движения спортивных бальных танцев в соответствии с начальным уровнем;

**Метапредметные:**

*у учащегося будет*

- приобретена способность оценивать качество собственного исполнения и других на основе полученных знаний.

**Личностные:**

*у учащегося будут*

- сформированы осознанное отношение к танцу; трудолюбие, ответственность, выносливость.

*По окончании третьего года обучения*

**Образовательные (предметные):**

*учащийся будет*

- знать основы классической хореографией, терминологию, название фигур
- уметь исполнять основные движения спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем Е класса;

**Метапредметные:**

*у учащегося будут*

- сформированы творческий потенциал; способность взаимодействия в коллективе, посредством участия в концертной деятельности.

**Личностные:**

*у учащегося будет*

- сформировано положительное отношение к здоровому образу жизни.

*По окончании четвертого года обучения*

**Образовательные (предметные):**

*учащийся будет*

- знать названия фигур D класса, критерии судейской оценки
- уметь исполнять основные движения спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем D класса;

**Метапредметные:**

*у учащегося будут*

приобретены навыки в исполнении танцевальных движений, посредством общей физической подготовки; эмоциональное отношение к танцу, для воплощения идеи, образа и характера.

**Личностные:**

*у учащегося будут*

- сформированы личностные качества, необходимые для взаимодействия в команде и в паре.

*По окончании пятого года обучения*

**Образовательные (предметные):**

*учащийся будет*

- знать о многообразии и разножанровости танцевальных направлений.
- уметь исполнять основные движения спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем C класса;

**Метапредметные:**

*у учащегося будут*

- сформирована возможность импровизировать, на основе полученных знаний танцевальной лексики; навыки физической выносливости, посредством общей физической подготовки.

**Личностные:**

*у учащегося будут*

- сформирована потребность в повышении уровня физической подготовки и хореографического мастерства; спортивную мотивацию.

*По окончании шестого года обучения*

**Образовательные (предметные):**

*учащийся будет*

- знать названия фигур С класса, критерии судейской оценки, принципы исполнения
- уметь исполнять основные движения спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем С класса, и более высоких классов мастерства;
- уметь работать с партнером в условиях эмоциональной и психофизической нагрузки;

**Метапредметные:**

*у учащегося будут*

- сформированы возможность создавать несложные вариации, на основе полученных знаний танцевальной лексики; навыки умения организовывать самостоятельную подготовку.

**Личностные:**

*у учащегося будут*

- приобретены волевые качества учащихся; эстетические идеалы; сформированы потребность психофизического здоровья.

**Компетенции и личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты у учащихся в результате занятий по программе:**

**1. Ценностно - смысловые компетенции** – умение выбирать целевые смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения.

**2. Общекультурные компетенции** – познание духовно-нравственных основ и особенностей танцевального искусства.

**3. Коммуникативные компетенции** – овладение способами взаимодействия с окружающими сверстниками и взрослыми, навыками работы

в группе, коллективе. Умение понимать эмоциональное состояние окружающих, приходить к общему решению, вести диалог.

**4. Информационные компетенции** – умение получать информацию, используя различные источники (ТВ, ИКТ), умение задавать вопросы, искать на них ответы.

**5. Компетенции личностного самосовершенствования** – умение конструктивно оценивать результаты собственной деятельности, контролировать собственные эмоции и создавать внутреннюю мотивацию для преодоления трудностей.

## **Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

### **Календарный учебный график**

Начало обучения – 1 сентября

Окончание обучения – 31 августа

Продолжительность учебного процесса – 36 недель

Зимние каникулы – с 01 января по 09 января

Летние каникулы – с 01 июня по 31 августа

Промежуточный контроль - декабрь

Итоговый контроль – май

### **Условия реализации программы**

#### ***Материально-техническое обеспечение***

- учебный кабинет с покрытием паркетными или ламинатными досками, площадью от 100 м<sup>2</sup>, с зеркальной стеной.

- шкафы, стеллажи для наглядных пособий, специальной и методической литературы по профилю;

- аудио-проигрыватель, ноутбук
- коврики, резинки и кубики для растяжки, скакалки;
- проектор, экран.

*Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:*

- спортивный коврик, скакалка – по 12 шт.
- кубики для растяжки – 24 шт.;
- мультимедийное оборудование, экран -1;
- аудио, теле и видео аппаратура – по 1 ед. каждой;
- утяжелители по 1 кг. – 12 пар;
- резинка для растяжки – 12 штук;

*Информационное обеспечение (аудио-, видео-, интернет источники):*

*аудиовизуальные средства:*

- звукозаписи музыкальных произведений, песен, соответствующих музыкальному размеру и темпу разучиваемых танцев;
- тематические презентации, слайды;
- видеозаписи с конкурсов и чемпионатов с участием исполнителей высшего класса мастерства
- коллекция видеоуроков по технике исполнения элементов, ОФП, СФП, растяжки, йоги;
- фрагменты современных телевизионных, компьютерных фильмов;
- интернет ресурсы:

### ***Кадровое обеспечение***

Данную программу может реализовывать педагог дополнительного образования, имеющий среднее - профессиональное, высшее профессиональное образование, или прошедший профессиональную переподготовку по должности «педагог дополнительного образования».

## **Формы аттестации**

Аттестация учащихся согласно Положению «О проведении промежуточной аттестации учащихся и текущего контроля освоения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» обязательно проводится:

- по итогам первого полугодия;
- по итогам года.

Сроки проведения аттестации: в первом полугодии – декабрь, по итогам года – май.

Текущий контроль проводится педагогом в течение учебного периода в целях отслеживания уровня достижения учащимися результатов, предусмотренных программой.

### *Формы промежуточной аттестации и текущего контроля:*

- тестирование;
- творческие задания;
- самостоятельная работа;
- итоговое занятие;
- занятие конкурс;

### *Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:*

- журнал учета работы объединения (учет посещаемости, итоги участие в конкурсах, выставках, фестивалях);
- аналитическая справка по результатам освоения программы за полугодие, за год;
- материалы анкетирования и тестирования;
- отзывы детей и родителей,
- грамоты и дипломы учащихся, педагога за результаты освоения программы.

### *Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:*

- грамота, с конкурсов различного уровня;

- стартовая книжка спортсмена, участвующего в мероприятиях спорта высших достижений,
- интернет ресурсы базы данных спортсменов высших достижений, фиксирующих результаты участия в конкурсах по спортивным танцам, диплом,
- журнал посещаемости,
- фото, отзыв детей и родителей, и др.
- аналитический материал по итогам проведения диагностики;
- открытое занятие,
- итоговый отчет.

### **Оценочные материалы**

*Промежуточная аттестация по итогам первого полугодия -*

- итоговое занятие-конкурс

*Промежуточная аттестация по итогам года проводится:*

- в форме творческого задания создание собственной вариации из базовых элементов.

### **Методические материалы**

**Методы обучения** (словесный, наглядный практический; объяснительный, репродуктивный, игровой, дискуссионный и др.) и **воспитания** (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.).

**Формы организации** учебного занятия:

- *по количеству детей, участвующих в занятии:* общее занятие (занятие со всеми участниками группы соответствующего года обучения), малые группы (3-6 человек, участвующих в танцевальной композиции), индивидуальные занятия (занятия с одной танцевальной парой);
- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей:

- *занятие – отработка* (разучивание и повторение танцевальных элементов путем собственного показа педагога и самостоятельное исполнение учащихся);

- *занятие – беседа* (показ учащимися танцевальных элементов или целых композиций с последующим обсуждением и выявлением положительных и отрицательных компонентов исполнения);

- *занятие – постановка* (создание концертных номеров, отработка мизансцены и эмоционального содержания);

- *практическая деятельность* (концертная деятельность, выступления на конкурсах, фестивалях и др. мероприятиях);

- *выездное занятие* (посещение конкурсов, концертов, фестивалей по различным танцевальным направлениям);

- *самостоятельная работа учащихся* (чтение дополнительной литературы, просмотр видеоматериала, «придумывание» собственного танца);

• *по дидактической цели:*

- *вводное занятие* – введение в тему, знакомство с танцевальными элементами того или иного направления;

- *практические занятия* – отработка материала, совершенствование техники исполнения танцевальных элементов;

- *занятие по обобщению знаний* – занятие – «прогон» (исполнение всех выученных танцев).

- *занятие по контролю знаний* - занятие-концерт, занятие–конкурс (с приглашением родителей учащимися, педагогов, зрителей).

- *комбинированное занятие* - включает в себя передачу теоретических сведений, практическую работу (разучивание и отработка танцевальных элементов), просмотр видеоматериала, игровую деятельность;

## **Педагогические технологии**

Приоритетными педагогическими технологиями являются:

- технология здоровьесбережения;

- игровые технологии;
- технология создания ситуации свободного выбора, осуществляемого ребёнком на основе нравственных ценностей.

- технология социального самоопределения и духовного развития детей;

### ***Алгоритм учебного занятия***

Особенностью данной образовательной программы является выделение основных этапов занятий:

*Физическая разминка* – гимнастика, направленная на развитие чувства ритма, музыкальности, на активизацию мышечной деятельности и подготовку к основному процессу обучения, активизацию моторики и внимания.

*Освоение материала* – показ педагога, повторение изученного материала, беседа о новых направлениях, анализ техники исполнения.

*Собственное исполнение* – показ учащихся, анализ положительных и отрицательных аспектов в исполнении.

*Музыкальные развивающие игры* – «Обратное зеркало», «Раз, два, три – замри», «Изобрази музыку», «Отражение», «Заморозка» направлены на развитие креативного мышления, чувства ритма и музыкальности, психологического раскрепощение, развитие самоконтроля мышц и тела, способности самовыражения в коллективе.

*Просмотр видеоматериалов* – предполагает просмотр конкурсов и танцевальных шоу с выступлением профессиональных исполнителей, а также обучающие видеоматериалы с исполнением базовой техники и танцевальных композиций соответствующего класса танцоров.

### ***Алгоритм занятия***

I. Организационный этап - активизация учащихся - 2 минут

II. Подготовительный этап – обеспечение мотивации, разминка - 15 минут

III. Основной этап- изучение нового материала – 68 минут

IV. **Заключительный этап** - подведение итогов о проделанной работы на занятии, рефлексия –5 минут.

**I. Организационный этап** - организация учащихся, подготовка необходимых художественных материалов.

**II. Подготовительный этап - обеспечение мотивации, актуализация субъектного опыта** - мобилизация внимания, создание эмоциональной заинтересованности, благожелательной атмосферы занятия, настраивание на успешную работу, повышение мотивации к танцевальной деятельности, разминка основных групп мышц.

**III. Основной этап - изучение нового материала**

1. Объяснение нового материала - постановка целей и задач занятия, планирование путей достижения намеченной цели, объяснение методической последовательности работы. Показ основных технических приемов выполнения элементов и их последовательности мультимедийной или видео презентации по теме, показ.

2. Практическое выполнение, анализ, обсуждение, (отдых) рефлексия, устранение ошибок

3. Минутка отдыха – возможность восстановить дыхание, попить воды.

4. Самостоятельная работа – выполнение учащимися упражнения по новой теме, под контролем педагога, дополнительный показ технических приёмов исполнения движений.

5. Мини-конкурс исполнение индивидуальных вариаций с последующей рефлексией.

**IV. Итоговый этап** - подведение итогов о проделанной работы на занятии, Обсуждение результатов тренировочного процесса, определение положительных и отрицательных моментов.

**Дидактические материалы** – методические рекомендации с описанием фигур танца, изучаемого по программе, даны в приложениях в УМК к программе.

## Список литературы

### для педагога:

1. Германов, В.Г. Танцевальный словарь/ В.Г. Германов. – Уфа: АСТА, 2009. – 450 с.
2. Говард, Гай. Техника европейских танцев/ Гай Говард. – М.: Артис, 2003. – 256 с.
3. Диниц, Е.В. Азбука танцев/ Е.В. Диниц, Е.А. Ермаков. О.В. Иванникова, - М.: АСТ, 2004. – 286 с.
4. Кошелев, С.Н. Биомеханика спортивного танца/ С.Н. Кошелев. – М.: Артис, 2006. – 62 с.
5. Лаэрд, Уолтер. Техника Латиноамериканских танцев. Часть 1. Румба и Самба/ Уолтер Лаэрд. – М.: Артис, 2003. – 180 с.
6. Лаэрд, Уолтер. Техника Латиноамериканских танцев. Часть 2. Пасадобль, Ча-Ча-Ча, Джайв/ Уолтер Лаэрд. – М.: Артис, 2003. – 244 с.
7. Мур, А. Бальные танцы/ А. Мур. - М.: АСТ, 2004. – 319 с.
8. Плетнев, Л. С реверансом.../ Л. Плетнев. – М.: Маренго Интернэйшнл Принт, 2001. – 394 с.
9. Рубштейн, Н. «Что нужно знать, чтобы стать первым. Тренер/ Н. Рубштейн. – М.: Кручинин Л.Ю., 2007. – 160 с.
10. Рубштейн, Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор. Пара/ Н. Рубштейн. – М.: Кручинин Л.Ю., 2007. – 195 с.
11. Смит-Хемпшир, Г. Венский вальс. Как воспитать чемпиона/ Г. Смит-Хампшир. – М.: Артис, 2000. – 288 с.
12. Шутиков, Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом/ Ю.Н. Шутиков – Санкт-Петербург: Синус Пи, 2006. – 136 с.

### **интернет- ресурсы:**

1. Волгоградский сайт по современным танцевальным направлениям и спортивным танцам. – URL: <http://www.profidance.ru> (дата обращения 03.03.2022)
2. Официальный сайт Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла) информация о конкурсах, нормативным документам, база данных спортсменов. –URL: <https://fdsarr.ru/dance/> (дата обращения 27.04.2022)
3. Официальный сайт федерации танцевального спорта Волгоградской области, информация о турнирах, проводимых федерацией, клубы, президиум. – URL: <http://www.ftsvo.ru/> (дата обращения 15.04.2022)
4. Сайт информации по клубам и спортсменам России, участия в турнирах, рейтинги. – URL: <http://www.ballroom.ru/> (дата обращения 15.05.2022)
5. Сайт информации и новостей по спортивным танцам. – URL: <http://dancesport.ru/> (дата обращения 12.05.2022)
6. Сайт о работе объединения, содержащий информацию об участии коллектива в мероприятиях, конкурсах, концертах, фестивалях, семинарах и мастер-классах. – URL:<https://vk.com/clubsirius11> (дата обращения 15.05.2022)
7. Хореографу в помощь (Сайт для тренеров и руководителей танцевальных коллективов). – URL:[https://vk.com/horeograf\\_club](https://vk.com/horeograf_club) (дата обращения 30.04.2022)