

Комитет по образованию администрации городского округа «Город Калининград»
муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Калининграда Дворец творчества детей и молодежи «Янтарь»

Принята на заседании
педагогического совета
МАУДО ДТД и М «Янтарь»
Приказ № 83-о
от «25» августа 2023г.

Утверждаю:
Директор МАУДО ДТД и М «Янтарь»

от «25» августа 2023г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Спортивная, бальная хореография. Модуль 1»**

Возраст обучающихся: 5-10 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Пойда Андрей Александрович,
педагог дополнительного образования г. Калининград

г. Калининград
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Бальный танец – многогранный вид искусства, исключительно органично сочетающий в себе высокую динамику исполнения, красоту линий и позиций, мягкость пластики движений танцоров.

Спортивные Бальные танцы являются наиболее массовой, общедоступной формой приобщения детей к хореографии, сочетание физической тренировки и эстетического творчества благотворно сказывается на становлении гармоничной личности ребенка. Бальный танец отличается от других танцевальных стилей: он соединяет в себе спорт и искусство. «Спортивный бальный танец» — это четко выстроенная система соревнований, классов и категорий танцоров. Исполнители спортивных бальных танцев постепенно совершенствуют свое мастерство, переходят от одной категории к другой, более профессиональной и высокой. Дети, занимающиеся спортивными бальными танцами, имеют возможность укрепить свое здоровье, развить такие качества, как гибкость, пластичность, музыкальность, чувство ритма, умение работать в коллективе, способность к художественному самовыражению, познакомиться с танцевальной культурой народов разных стран.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущая идея программы- открыть перед учащимися мир бального танца, приобщить их к этому прекрасному виду искусства и спорта одновременно, содействовать личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе, приобщить подрастающее поколение к ценностям мировой культуры и искусству.

Образовательная программа ориентирована на широкое гуманитарное содержание, позволяющее гармонично сочетать национальные и общечеловеческие ценности, формировать у воспитанников целостное и эмоционально-образное восприятие мира, развивать ключевые компетенции.

Программа обеспечивает поэтапное развитие коллектива в профессиональном овладении танцем. Она способствует физическому, музыкальному и эстетическому развитию детей.

В основу программы положена идея гармоничного развития личности ребенка посредством хореографии, что позволяет развить творческую личность, стремящуюся к самосовершенствованию, к развитию способности успешного жизненного самоопределения и освоению духовных и культурных ценностей.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивная, бальная хореография» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность программы

На сегодняшний день бальные танцы считаются одним из популярных направлений хореографии. Бальные танцы помогают развить чувство ритма, пластичность, грацию, выразительность, координацию. Бальный танец влияет и на психологическую составляющую личности. Каждый танец, который включен в образовательную программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение, это осваивают учащиеся в процессе обучения. Таким образом, осуществляется их культурологическое образование и воспитание.

Несомненна роль бальных танцев в физическом, эстетическом, нравственном воспитании. Танец помогает решать еще одну из важнейших задач педагогики – обучение

детей социальному опыту. В процессе занятий танцами появляются яркие примеры для подражания, намечаются ориентиры поведения и развития характера.

Жизнь современного человека в информационном обществе становится всё разнообразнее и требует подвижности и гибкости мышления, быстрой ориентации и адаптации социуме, стремления к общению и взаимодействию с другими людьми, уверенности, сильной воли, умения отстоять собственную позицию и точку зрения. Данные качества развиваются в коллективе, на основе технологии организации художественного и творческого процесса.

Программа является комплексной, многоступенчатой, что позволяет глубоко и качественно осваивать теоретический и практический материал по спортивным бальным танцам, а также, даёт возможность развиваться танцорам-спортсменам гармонично (параллельно со спортивным бальным танцем ведётся обучение партерной гимнастике, тренажу, современному танцу).

Педагогическая целесообразность

Хореографическое воспитание детей приобретает в настоящее время системный характер. Овладение хореографическим искусством формирует общую культуру. Занятия танцами развивают опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Они повышают трудолюбие ребёнка, закаляют его характер. Ко всему этому прибавляется еще и умение слышать и слушать музыку, выстраивая свои действия в соответствии с её ритмами, темпами, стилем и настроением.

Бальному танцу, как и любому артистическому виду спорта, присуща соревновательность, стремление к достижению высоких показателей результативности. Большое значение имеет исполнение как технических, так и двигательных задач.

Практическая значимость.

Бальные танцы, являясь официально признанным видом спорта, обладают огромным развивающим потенциалом. Так, помимо укрепления мышц и повышения общей выносливости организма, они несут в себе черты эстетики, способствуя самовыражению и формированию творческих способностей личности. Бальный танец развивает силу и гибкость, координацию движений, способствует развитию спонтанности и свободы движений, повышает умственную активность и работоспособность. Параллельное изучение сразу нескольких танцев переключает внимание и повышает интерес учащихся.

Музыка и движение не только формируют у ребенка свободу в творческом мышлении, дают возможность импровизировать, отдавая взамен положительные эмоциональные реакции, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

Главной целью педагога является не только формирование у детей практических умений и навыков, но и создание возможностей творческого развития, и в результате этого формирование эстетической, нравственной и танцевальной культуры.

Реализация программы осуществляется на основе следующих *принципов*:

1. Наглядность. Показ физических упражнений и элементов танца, образный рассказ, подражание, имитация известных детям движений.
2. Доступность. Обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности танцора.
3. Систематичность. Регулярность занятий, система в построении содержания и процесса обучения.
4. Развивающий и воспитывающий характер обучения. Обучение направлено на формирование не только знаний, умений и навыков, но и определённых нравственных и эстетических качеств, которые служат основой выбора жизненных идеалов и социального поведения.

Для достижения наивысших результатов в подготовке танцоров-спортсменов кроме общепедагогических принципов используются **принципы** организации учебно-тренировочного процесса характерные для спортивных (бальных) танцев:

1. Направленность на результат. Максимальное развитие способностей обучающихся и реализация их на конкурсах.

2. Индивидуализация. Учет индивидуальных особенностей танцора и пары при проведении учебно-тренировочных занятий.

3. Цикличность и непрерывность. Повторение и развитие изученных танцев на новом техническом уровне. Непрерывность образовательного процесса: проведение учебно-тренировочных сборов и семинаров в каникулярное время.

4. Опережающее развитие. Разучивание и отработка фигур более высокого танцевального класса.

5. Моделирование. Активное моделирование соревновательной деятельности в учебно-тренировочном процессе.

Отличительной особенностью программы является то, что детям предлагается ступенчатое обучение, программой определены этапы освоения техники бального танца. Все дети, осваивающие программное содержание, получают навыки участия в соревнованиях по бальному танцу, могут получить класс по танцу, а также предпрофессиональную подготовку и имеют возможность стать профессиональными танцорами.

Цель программы: раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области спортивного бального танца, подготовка к конкурсному танцу.

Задачи программы.

Образовательные:

1. Обучение движению в ритме и темпе, заданном музыкой.

2. Приобщение к миру танцев, знакомство с различными направлениями, историей и географией танцев, прослушивание ритмичной танцевальной музыки, что развивает и внутренне обогащает, прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

3. Закрепление и дальнейшее развитие танцевальных навыков, знаний и умений.

Развивающие:

1. Развитие музыкального слуха, чувства ритма, темпа;

2. Развитие навыков координации

3. Развитие у танцоров воображения, артистизма с помощью усовершенствования навыков импровизации под музыку, самостоятельное составление вариаций танцевальных фигур по танцам.

4. Развитие профессиональной, зрительной и музыкальной памяти.

Воспитательные:

1. Формирование эстетического вкуса.

2. Формирование критичности и самокритичности, умения оценивать и анализировать увиденное и услышанное.

3. Воспитание чувства коллективизма посредством участия в массовых танцах (концертная деятельность, ансамбль).

4. Воспитание культуры здоровья, укрепление организма на фоне общефизической подготовки.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 5-10 лет. В коллектив принимаются все желающие, прошедшие отбор и имеющие допуск врача по физическому здоровью.

Особенности организации образовательного процесса

В коллектив принимаются мальчики и девочки с разным уровнем подготовки. Однако, формируя детей в отдельные учебные группы, целесообразно учитывать имеющиеся навыки, возраст, наличие других занятий в дополнительном образовании, чтобы оптимально предусмотреть нагрузку и дифференцировать учебное содержание. Обязательным условием является наличие медицинской справки о состоянии здоровья и допуске к занятиям спортивным балльным танцам.

Программа объединения предусматривает групповые формы работы с детьми. Состав групп 8-30 человек, постоянный, сформированных в группы одного возраста.

Форма обучения-очная

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год– 1 год обучения- 184 час, 2 и 3 год обучения- 276 часов.

Объем и срок освоения образовательной программы:

Срок освоения программы - 3 года.

Основные методы

Решению педагогических и воспитательных целей способствует введение основных и специальных форм и элементов занятия с учетом каждого участника коллектива.

Характер учебного занятия зависит:

- во-первых, от технической подготовленности детей
- во-вторых, от степени сложности исполняемого и разучиваемого репертуара.

В учебном процессе преобладают учебно-тренировочные занятия. Помимо основной организационной формы – учебного занятия, применяются:

- постановочная работа (отработка танцевальных композиций)
- этюд (отработка части постановки)
- соревнования
- контрольно-зачетные занятия
- филармонические программы

При работе над техникой исполнения важным моментом является развитие у детей танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения - результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда ученик от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в двигательнo-ритмических упражнениях, постепенно переходит к более сложным, передающим стиль, характер танцев

Планируемые результаты

1 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- начальные понятия музыкальной грамоты (музыкальный размер, ритм, музыкальная фраза)
- приемы формирования правильной осанки и танцевального стиля
- танцевальную терминологию (название танцевальных фигур)
- ритм и акценты каждого из танцев
- направления движения всех шагов
- правила техники безопасности
- этикет общения с педагогом и детьми в коллективе

Обучающиеся должны уметь:

- свободно и правильно исполнять общеразвивающие упражнения
- слушать музыку и определять ритмический рисунок танца
- самостоятельно проводить ритмическую разминку и основные элементы партерной растяжки;
- правильно и красиво исполнять репертуар общеразвивающих танцев
- исполнять базисные фигуры и учебные вариации по программе

2 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- танцевальную терминологию данного года обучения;
- типовую ритмическую разминку данного года обучения; основные принципы движения и упражнения для подготовки к танцам данного года обучения;
- ритмические рисунки основных фигур восьми конкурсных танцев;
- все танцевальные фигуры класса «Е», основные фигуры класса «Д» и вариации восьми конкурсных танцев на их основе;
- правила соревнований СТСП по классам «Е» и «Д», открытому классу в группе «Дети-1» (6 танцев) и «Дети-2» (8 танцев).

Обучающиеся должны уметь:

- самостоятельно проводить типовую ритмическую разминку;
- самостоятельно показать упражнения для подготовки к танцам данного года обучения;
- исполнить танцевальные вариации, используя внутритактовое акцентирование;
- показать все танцевальные фигуры класса «Е» и основные фигуры класса «Д», исполнить типовые вариации группы, исполнить варианты вариаций (сообразно уровню освоения материала, присвоенному классу, возрастной группе);
- показать своё исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на соревнованиях по классам «Е» и «Д», по открытому классу в возрастной группе «Дети-1» и «Дети-2» (сообразно уровню освоения материала, присвоенному классу, возрастной группе).

3 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- танцевальную терминологию данного года обучения;
- комплекс общеразвивающих упражнений данного года обучения;
- основные правила спортивной и танцевальной этики
- принципы движения и упражнения для подготовки к танцам данного года обучения;
- развитие основных ритмических рисунков восьми конкурсных танцев, музыкальная фразировка;
- большинство танцевальных фигур класса «С», вариации восьми конкурсных танцев на их основе;
- правила соревнований СТСП по классам «Д» и «С», открытому классу в группе «Дети-2» (8 танцев), открытому классу в группе «Юниоры-1» (10 танцев).

Обучающиеся должны уметь:

- самостоятельно проводить комплекс общеразвивающих упражнений исходя из поставленной цели занятия;
- самостоятельно выбрать, показать, теоретически обосновать упражнения для подготовки, к танцам исходя из поставленной цели занятия;
- исполнить танцевальные вариации, используя развитие основных ритмических рисунков и музыкальная фразировка (по одному, в паре);
- показать большинство танцевальных фигур класса «С», исполнить типовые вариации группы, исполнить варианты вариаций (сообразно уровню освоения материала, присвоенному классу, возрастной группе);
- психологические приемы снятия эмоционального напряжения перед конкурсными выступлениями;
- показать своё исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на соревнованиях по классам «Д» и «С», по открытому классу в возрастных группах «Дети-2» и «Юниоры-1» (сообразно уровню освоения материала, присвоенному классу, возрастной группе).

Механизм оценивания образовательных результатов

Оценивание уровня освоения образовательной программы осуществляется в ходе мониторинга, который предполагает первичную, промежуточную и финальную диагностику, а также методы наблюдения, корректировки индивидуализации учебных заданий и упражнений.

Формы подведения итогов реализации программы

Оценка результата обучения осуществляется в форме контрольно-зачетных занятий, соревновательных выступлений, оценки индивидуальных достижений. Входное, промежуточное, итоговое оценивание знаний и навыков учащихся по десятибалльной шкале (оценочный лист прилагается). Для осуществления механизма оценивания результатов применяются методы наблюдения, тестирования, опроса и выполнение самостоятельных практических работ, участие в конкурсах бального танца на различных уровнях.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

– приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

– Устав учреждения

– Положение о порядке организации образовательной деятельности

– Положение об аттестации обучающихся

Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей обучающихся.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни;
- дифференциация и индивидуализация обучения;
- мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;
- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

Оценочные материалы

Коллектив: _____

Педагог: _____ Группа № _____

Градации оценки: десятибалльная шкала оценивания

По десятибалльной шкале

Фами	Показатели
------	------------

лия, имя	РИТМИЧ НОСТЬ	КООРДИ НАЦИЯ	МУЗЫКАЛ ЬНОСТЬ	ТЕХНИК А ИСПОЛ НЕНИЯ	ВЫРАЗИТЕ ЛЬНОСТЬ	ОСВОЕНИ Е ПРОГРАМ МНОГО МАТЕРИА ЛА
ИТО ГО:						
Сред ний балл:						

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (184 часов, 4 часа в неделю)

1.Тренаж европейской программы. 16 ч.

Цель: разучить тренаж европейской программы. Выработать правильную постановку корпуса в соответствии с требованиями латиноамериканского и европейского танца, правильную постановку рук у партнера и партнерши, умение держать баланс в простейших движениях бальной хореографии. Укрепление физической выносливости, применение упражнений, способствующих укреплению мышечного корсета, силы мышц.

Содержание: Общие понятия об осанке, постановке корпуса. Позиции ног и рук. Упражнения для подготовки мышц и связок к физическим нагрузкам. Упражнения на развитие силы, гибкости и координации.

Знакомство с музыкальным ритмом, темпом. Направления и элементарная техника движения, баланс.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ. Объяснение.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

2. Тренаж латиноамериканской программы. 16 ч.

Цель: разучить тренаж латиноамериканской программы. Научить движениям всего тела, изолированным движениям.

Содержание: Разучивание, выполнение и отработка тренажа, основных движений рук, ног и корпуса. Показ и разучивание движения корпуса под музыку ча-ча-ча и самбы. Разучивание упражнений на силу, гибкость, выносливость и координацию.

Формы и методы обучения:

- Рассказ.

- Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

3. Разучивание фигур медленного вальса по «Е» классу. 32 часа

Цель: разучить фигуры медленного вальса. Научить «свингу» при исполнении перемен и фигур, плавному движению корпуса, правильной работе стопы.

Воспитать координацию и музыкальность. Развить силу мышц ног и выносливость.

Содержание: Разучивание направлений движения, способов переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах:

1. Спин поворот

2. Перемена с задержкой

3. Виск

4. Внешняя перемена

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

4. Основные движения и фигуры танца ча-ча-ча по классу «Е». 38 ч.

Цель: разучить фигуры ча-ча-ча. Научить четкому и быстрому наступанию. Развить чувство ритма. Воспитать согласованность движений рук и ног. Содержание: Разучивание направлений движения, способа переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах ча-ча-ча:

1 Тайм степ

2 Плечо к плечу

3. Спот поворот вправо и влево

4. Поворот под рукой вправо и влево

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

5. «Разучивание конкурсных вариаций по классу «Е». 42 ч.

Цель: научить красиво и правильно двигаться в закрытой позиции, исполняя конкурсную вариацию медленного вальса по классу «Е».

Разучить и отработать конкурсную вариацию ча-ча-ча из фигур «Е» класса.

Воспитать чувство дистанции и распределение веса тела в ча-ча-ча.

Научить способам синхронного движения. Воспитать уважительное отношение друг к другу. Развить способность чувствовать движения корпуса партнера и своевременно реагировать на них.

Содержание: Показ, объяснение и принятие правильной постановки корпуса каждого из партнеров, распределение веса тела в стойке европейских танцев. Разучивание закрытой позиции и движения в ней при исполнении конкурсной вариации медленного вальса по классу «Е».

Показ, и принятие правильной постановки корпуса каждого из партнеров, распределение веса тела в стойке латино-американских танцев. Разучивание закрытой и открытой позиции и движения в ней при исполнении конкурсной вариации ча-ча-ча по классу «Е».

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

1. Участие в турнирах по бальным танцам. 8 ч.

Цель: Формировать духовную культуру. Прививать любовь танцевальному искусству.

Содержание: Показательные выступления. Участие в турнирах по спортивным бальным танцам, концертах, праздниках, конкурсах, фестивалях.

2. Промежуточная аттестация. 4 ч.

Содержание: Контрольный срез в конце года в виде открытого занятия; выступление учащихся с хореографической композицией на отчетном концерте.

Раздел «Творчество и Я» 28 ч.

1. Составление учащимися творческого портфолио достижений. Составить папку: Раздел I. «Мой портрет»: Мое имя, Моя родословная, Что я люблю делать, Что я люблю больше всего. Раздел II. «Портфолио документов»: грамоты, фотографии. Раздел III. «Портфолио работ»: Мои работы. Раздел IV. «Портфолио отзывов».

2. Выполнение творческого задания. Раздел I. Повторение базовых фигур европейской и латиноамериканской программы. Раздел II. Просмотр онлайн семинаров по бальным танцам

3. Экспертиза выполненных работ. Демонстрация творческого задания.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (276 часов, 6 часов в неделю)

1. Разучивание фигур медленного вальса «С» класса. 42 ч.

Цель: разучить фигуры медленного вальса «С» класса. Научить, ритмически точно, исполнять фигуры, состоящие из шагов со сложным ритмом (четыре шага в такте с тремя долями).

Воспитать силу воли и терпение, координацию и музыкальность. Развить силу мышц ног и выносливость.

Содержание: Разучивание направлений движения, способа переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах медленного вальса:

1. Поворотный лок вправо
2. Фоллэвэй и слип пивот
3. Бегущий спин поворот

Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

2. Разучивание фигур танго «С» класса. 42 ч.

Цель: разучить фигуры танго «С» класса. Научить «плоско» наступать и правильно переносить вес тела. Содержание: Разучивание направлений движения, способа переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах **танго**:

1. Открытый тэлемарк
2. Наружный свивл
3. Наружный спин

Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

3. Разучивание фигур квикстепа «С» класса. 42 ч.

Цель: разучить фигуры квикстепа «С» класса. Научить двигаться в характере быстрого фокстрота. Развить выносливость и умение правильно дышать при исполнении быстрых, скоростных фигур.

Содержание: Разучивание направлений движения и способа переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах квикстепа:

1. Двойной левый спин
2. Фиштэйл
3. Открытый тэлемарк

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

4. Разучивание фигур румбы «С» класса. 36 ч.

Цель: разучить новые фигуры румбы «С» класса. Научить правильно распределять вес тела над опорной ногой. Движения бедер делаются, благодаря контролируемому переносу веса со стопы на стопу. Воспитать умение внимательно слушать и слышать. Развить эластичность и упругость мышц. Содержание: Разучивание направлений движения, способы переноса веса тела в **румбе**, ритмы исполнения шагов и направление движения в таких фигурах:

1. Три тройки
2. Три алеманы
3. Непрерывный хип твист
4. Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

5. Разучивание фигур самбы «С» класса. 36 ч.

Цель: Разучивание фигур самбы «С» класса с усложнённой координацией и с баунсовым действием. Совершенствовать технику исполнения фигур с поворотом.

Содержание: Разучивание направлений движения, способы переноса веса тела в самбе, ритмы исполнения шагов в таких фигурах **самбы**:

1. Левый ролл

2. Крузадо шаги

3. Бег в променад и контрпроменад

Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

6. Разучивание фигур джайва «С» класса. 16 ч.

Цель: разучить фигуры джайва «С» класса. Добиться легкости исполнения фигур. Развить выносливость и правильное дыхание. Воспитать культуру исполнения и точность поворотов.

Содержание: Разучивание направлений движения и способа переноса веса тела в таких фигурах джайва:

1. Крадущиеся шаги,

2. Испанские руки

3. Меч. Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

3. Участие в турнирах по бальным танцам. 16 ч.

Цель: Формировать духовную культуру. Прививать любовь танцевальному искусству.

Содержание: Показательные выступления. Участие в турнирах по спортивным бальным танцам, концертах, праздниках, конкурсах, фестивалях.

4. Промежуточная аттестация. 4 ч.

Содержание: Контрольный срез в конце года в виде открытого занятия; выступление учащихся с хореографической композицией на отчетном концерте.

Раздел «Творчество и Я» 42ч.

1. Составление учащимися творческого портфолио достижений. Составить папку: Раздел I. «Мой портрет»: Мое имя, Моя родословная, Что я люблю делать, Что я люблю больше всего. Раздел II. «Портфолио документов»: грамоты, фотографии. Раздел III. «Портфолио работ»: Мои работы. Раздел IV. «Портфолио отзывов».

2. Выполнение творческого задания. Раздел I. Повторение базовых фигур европейской и латиноамериканской программы. Раздел II. Просмотр онлайн семинаров по бальным танцам. Раздел III. Сочинить танцевальную комбинацию с использованием базовых фигур.

3. Экспертиза выполненных работ. Демонстрация творческого задания.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 год обучения (276 часов, 6 часов в неделю)

1.Разучивание фигур медленного вальса «С» класса. 18 ч.

Цель: разучить фигуры медленного вальса «С» класса. Научить, ритмически точно, исполнять фигуры, состоящие из шагов со сложным ритмом (четыре шага в такте с тремя долями). Воспитать силу воли и терпение, координацию и музыкальность. Развить силу мышц ног и выносливость.

Содержание: Разучивание направлений движения, способа переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах медленного вальса:

1. Левый фоллзвей и слип пивот

2. Правый твист поворот

3. Перекрученный лок

Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

2. Разучивание фигур квикстепа «С» класса. 18 ч.

Цель: разучить фигуры квикстепа «С» класса. Научить двигаться в характере быстрого фокстрота. Развить выносливость и умение правильно дышать при исполнении быстрых, скоростных фигур.

Содержание: Разучивание направлений движения и способа переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах квикстепа:

1. Наружный спин

2. Виск

3. Открытый правый поворот

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа Виды деятельности: Групповая работа. Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

3. Разучивание фигур танго «С» класса. 18 ч.

Цель: разучить фигуры танго «С» класса. Научить «плоско» наступать и правильно переносить вес тела. Содержание: Разучивание направлений движения, способа переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах танго:

1. Открытый правый поворот

2. Открытый тэлемарк

3. Чейс

Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

4. Разучивание фигур медленного фокстрота «С» класса. 18 ч.

Цель: Разучить фигуры медленного фокстрота «С» класса. Научить «перекату в стопе» и правильно переносить вес тела. Научить, ритмически точно исполнять фигуры. Научить двигаться в характере медленного фокстрота. Развить выносливость и умение плавно двигаться. Воспитать силу воли и терпение, координацию и музыкальность. Развить силу мышц ног и выносливость. Содержание: Разучивание направлений движения, способа переноса веса тела, ритма исполнения шагов в таких фигурах **медленного фокстрота**:

1. Перо назад

2. Левый фоллзвэй и слип пивот

3. Виск

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

5. Разучивание фигур ча-ча-ча «С» класса. 18 ч.

Цель: разучить новые фигуры ча-ча-ча «С» класса. Научить правильно распределять вес тела над опорной ногой. Движения бедер делаются благодаря контролируемому переносу веса со стопы на стопу. Воспитать умение внимательно слушать и слышать. Развить эластичность и упругость мышц. Содержание: Разучивание направлений движения, способы

переноса веса тела в ча-ча-ча, ритмы исполнения шагов и направление движения в таких фигурах:

6. Разучивание фигур самбы «С» класса. 24 ч.

Цель: Разучивание фигур самбы «С» класса с усложнённой координацией и с баунсовым действием. Совершенствовать технику исполнения фигур с поворотом. Содержание: Разучивание направлений движения, способы переноса веса тела в самбе, ритмы исполнения шагов в таких фигурах **самбы**:

1. Правый ролл
2. Левый ролл
3. Бег в променад и контрпроменад. Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

7. Разучивание фигур танца пасодобль «С» класса. 24 ч.

Цель: разучить фигуры танца пасодобль «С» класса. Научить постановке корпуса и характерной работе стопы. Научить правильно распределять вес тела на опорной ноге.

Научить четкому и быстрому наступанию. Воспитать согласованность в движении рук и ног. Воспитать умение внимательно слушать и слышать. Развить эластичность и упругость мышц. Добиться легкости исполнения фигур. Развить силу мышц и гибкость. Воспитать культуру исполнения и точность поворотов.

Содержание: Разучивание направлений движения, способы переноса веса тела в танце Пасодобль (Paso Doble), ритмы исполнения шагов и направление движения в таких фигурах.

1. Левый фоллэвэй поворот
2. Вариация с левой ноги
3. Твисты. Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

8. Разучивание фигур джайва «С» класса. 24 ч.

Цель: разучить фигуры джайва «С» класса. Добиться легкости исполнения фигур. Развить выносливость и правильное дыхание. Воспитать культуру исполнения и точность поворотов. Содержание: Разучивание направлений движения и способа переноса веса тела, в таких фигурах джайва:

1. Смена мест справа налево с двойным поворотом
2. Чаггин
3. Катапульта. Самостоятельное составление связок из разученных фигур.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа. Виды деятельности: Групповая работа. Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

9. Разучивание конкурсных вариаций «С» класса. 34 ч.

Цель: Разучивание конкурсных вариаций «С» класса: медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп, ча-ча-ча, самба, румба, пасодобль и джайв. Научить гармоничному взаимодействию друг с другом в паре в европейских танцах относительно четырех сторон паркета, понятие о длинных и коротких сторонах площадки. Воспитать чувство дистанции относительно других пар при исполнении европейской и латиноамериканской программ. Развить эмоциональность и выразительность исполнения танцев. Содержание: Показ и объяснение особенностей исполнения разученных фигур на длинной и короткой линиях паркета в паре, исполнение фигур на углу площадки при

переходе с одной линии на другую в конкурсных вариациях. Объяснение этики поведения во время соревнований. Участие в соревнованиях, конкурсах. Постановка и исполнение танцев конкурсной программы: медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп, ча-ча-ча, самба, румба, пасодобль и джайв.

Формы и методы обучения: Рассказ. Показ.

Формы контроля: Опрос, практическая работа

Виды деятельности: Групповая работа

Оборудование: Музыкальный центр, СД-диски

5. Участие в турнирах по бальным танцам. 14 ч.

Цель: Формировать духовную культуру. Прививать любовь танцевальному искусству.

Содержание: Показательные выступления. Участие в турнирах по спортивным бальным танцам, концертах, праздниках, конкурсах, фестивалях.

6. Репетиционная и постановочная работа. 20 ч.

Цель: Научить слышать и управлять своим телом. Обучить культуре движений. Повысить двигательную активность. Снять психологический зажим. Способствовать развитию хорошего настроения.

Содержание работы: Оттачивать движения, выученные детьми, составляя из них танцевальные композиции в характере русского танца.

Виды деятельности: групповая и индивидуальная работа

Форма контроля: практические занятия, опрос.

Формы и методы обучения: объяснение, показ. Самостоятельная практическая работа.

Оборудование: форма, баян (фортепьяно), магнитофон, фонограммы.

7. Итоговая аттестация. 4 ч.

Содержание: Контрольный срез в конце года в виде открытого занятия; выступление учащихся с хореографической композицией на отчетном концерте.

Раздел «Творчество и Я» 42 ч.

1. Составление учащимися творческого портфолио достижений. Составить папку: Раздел I. «Мой портрет»: Мое имя, Моя родословная, Что я люблю делать, Что я люблю больше всего. Раздел II. «Портфолио документов»: грамоты, фотографии. Раздел III. «Портфолио работ»: Мои работы. Раздел IV. «Портфолио отзывов».

2. Выполнение творческого задания. Раздел I. Повторение базовых фигур европейской и латиноамериканской программы. Раздел II. Просмотр онлайн семинаров по бальным танцам. Раздел III. Сочинить танцевальную комбинацию с использованием базовых фигур.

3. Экспертиза выполненных работ. Демонстрация творческого задания.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН первый год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
1	Тренаж европейской программы	16	1	15	0	Опрос, практическая работа.
2	Тренаж латиноамериканской программы.	16	1	15	0	практическая работа.
3	Разучивание фигур	32	2	30	0	практическая

	медленного вальса по «Е» классу.					работа.
4	Основные движения и фигуры танца ча-ча-ча по классу «Е».	38	3	35	0	практическая работа.
5	Разучивание конкурсных вариаций по классу «Е».	42	2	40	0	практическая работа.
6	Участие в турнирах по бальным танцам	8	-	8	0	Участие в турнирах.
7	Промежуточная аттестация	4	-	4	0	Опрос.
	Итого	156	9	147	0	
	«Творчество и Я»					
1.	Составление учащимися творческого портфолио достижений	10	0	10		Самостоятельная работа.
2.	Выполнение творческого задания: 1. Повторение базовых фигур европейской и латиноамериканской программ 2. Просмотр онлайн семинаров по бальным танцам	10	0	10		Самостоятельная работа.
3.	Экспертиза выполненных работ. Демонстрация творческого задания	8	0	8		Показ.
	Итого:	184	9	175	0	

Задачи 1 года обучения:

1. Знакомство с историей спортивных бальных танцев
2. Обучение технике исполнения спортивных бальных танцев
3. Развитие хореографических способностей- гибкости тела, формирование осанки и др.
4. Поддерживать увлечение занятиями музыкой и танцем.
5. Содействовать формированию художественного и эстетического вкуса.
6. Научить свободно ориентироваться в пространстве

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

второй год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
1	Разучивание фигур	42	3	39	0	Практическая

	танца медленный вальс «С» класса.					работа.
2	Разучивание фигур танго «С» класса.	42	3	39	0	Практическая работа.
3	Разучивание фигур квикстепа «С» класса	42	3	39	0	Практическая работа.
4	Разучивание фигур румбы «С» класса	36	3	33	0	Практическая работа.
5	Разучивание фигур самбы по «С» классу.	36	3	33	0	Практическая работа.
6	Разучивание фигур джайва «С» класса.	16	-	16	0	Практическая работа.
7	Участие в турнирах по бальным танцам	16	-	16	0	Практическая работа.
8	Промежуточная аттестация	4	-	4		Опрос.
	Итого	234	15	219	0	
	<u>«Творчество и Я»</u>					
1.	Составление учащимися творческого портфолио достижений	20	0	20		Самостоятельная работа.
2.	Выполнение творческого задания: 1.Повторение базовых фигур европейской и латиноамериканской программ 2. Просмотр онлайн семинаров по бальным танцам 3. Сочинить танцевальную комбинацию с использованием базовых фигур.	20	0	20		Самостоятельная работа.
3.	Экспертиза выполненных работ. Демонстрация творческого задания	2	0	2		Показ.
	ИТОГО:	276	15	261		

Задачи 2 года обучения:

1. Способствовать развитию, укреплению психического и физического здоровья посредством танца.
2. Содействовать правильной постановке линии корпуса, рук и ног, формированию осанки и точному исполнению ритма.
3. Поддерживать увлечение занятиями музыкой и танцем.

4. Создавать условия для воспитания у детей сознательного отношения к предлагаемому учебному материалу и к самому занятию.
5. Содействовать формированию художественного и эстетического вкуса.
6. Развивать техническое мастерство, способность синхронно исполнять движения.
7. Научить свободно ориентироваться в музыке.
8. Способствовать сплоченности детского коллектива.
9. Обучить детей самоанализу и анализу исполнения танцевальных элементов другими детьми.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН **третий год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
1	Разучивание фигур танца медленный вальс «С» класса.	18	1	17	0	Опрос, практическая работа.
2	Разучивание фигур квикстепа «С» класса.	18	1	17	0	Практическая работа.
3	Разучивание фигур танго «С» класса.	18	1	17	0	Практическая работа.
4	Разучивание фигур медленного фокстрота «С» класса	18	1	17	0	Практическая работа.
5	Разучивание фигур ча-ча «С» класса.	18	1	17	0	Практическая работа.
6	Разучивание фигур самбы по «С» классу.	24	1	23	0	Практическая работа.
7	Разучивание фигур танца пасодобль «С» класса.	24	1	23	0	Практическая работа.
8	Разучивание фигур джайва «С» класса.	24	1	23	0	Практическая работа.
9	Разучивание конкурсных вариаций «С» класса.	34	10	44	0	Практическая работа.
10	Участие в турнирах по бальным танцам	14	-	14	0	Практическая работа.
11	Репетиционная и постановочная работа	20	-	20	0	Показ. Участие в концертах
12	Итоговая аттестация	4	-	4		Опрос
	Итого:	234	18	216	0	
	«Творчество и Я»					
1.	Составление учащимися творческого портфолио достижений	20	0	20		Самостоятельная работа.
2.	Выполнение творческого задания: 1.Повторение базовых фигур европейской и	20	0	20		Самостоятельная работа.

	латиноамериканской программ 2. Просмотр онлайн семинаров по бальным танцам 3. Сочинить танцевальную комбинацию с использованием базовых фигур.					
3.	Экспертиза выполненных работ. Демонстрация творческого задания	2	0	2		Показ.
	ИТОГО:	276	18	258		

Задачи 3 года обучения:

1. Научить чувствовать эмоциональное содержание музыки и выражать его в танце.
2. Способствовать развитию актерского мастерства.
3. Совершенствовать исполнительское мастерство детей.
4. Развивать умение показать и научить друг друга преподаваемому педагогом материалу.
5. Не допускать конфликтов в паре, научить находить компромиссы.
6. Тесно взаимодействовать с родителями в решении трудных ситуаций, возникающих из психологических и физиологических особенностей детей данного возраста. (работа с родителями)

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Темы занятия	Количество часов			Форма контроля
						Всего	Теория	Практика	
1					Тренаж европейской программы	16	1	15	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	1.1 перекат с носков на пятки по 6 позиции, приседания и полуприседания.	4	1	3	Опрос, практическ ая работа.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	1.2 скользящие шаги в сторону с подъёмом на полупальцы	4	-	4	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	1.3 упражнение «качели»	4	-	4	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	1.4 шаги вперёд, назад и в сторону со спуском перед шагом	4	-	4	Практическ ая работа, опрос.
2					Тренаж латиноамериканской программы.	16	1	15	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	2.1 «Меренге», «шассе».	4	1	3	Практическ ая работа, опрос.

				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	2.2 «Вентилятор», «волна».	4	-	4	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	2.3 «Восьмерка»,	4	-	4	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	2.4 В чековую позицию и обратно.	4	-	4	Практическ ая работа, опрос.
3					Разучивание фигур медленного вальса по «Е» классу.	32	2	30	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	3.1 Спин поворот	8	1	7	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	3.2 Перемена с задержкой	8	1	7	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	3.3 Виск	8	-	8	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая,	3.4 Внешняя перемена	8	-	8	Практическ ая работа, опрос.

				самоподгото вка					
4					Основные движения и фигуры танца ча-ча-ча по классу «Е».	38	3	35	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	4.1 Тайм степ	8	1	7	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	4.2 Плечо к плечу	8	1	7	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	4.3. Спот поворот вправо и влево	14	1	13	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	4.4. Поворот под рукой вправо и влево	8	-	8	Практическ ая работа, опрос.
5					Разучивание конкурсных вариаций по классу «Е».	54	2	52	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	5.1 медленный вальс. 1-я часть вариации	12	1	11	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото	5.2 медленный вальс. 2-я часть вариации	12	1	11	Практическ ая работа, опрос.

				вка					
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	5.3 Ча-ча-ча, 1-я часть вариации	12	-	12	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	5.4 Ча-ча-ча. 2-я часть вариации	18	-	18	Практическ ая работа, опрос.
6					Творчество и Я	28	-	28	
					ИТОГО часов:	184	9	175	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

2-й год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Темы занятия	Количество часов			Формы контроля
						Всего	Теория	Практика	
1					Разучивание фигур танца медленный вальс «С» класса.	42	3	39	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	1.1 Поворотный лок вправо	12	1	11	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	1.2 Фоллэвэй и слип пивот	14	1	13	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	1.3 Бегущий спин поворот	16	1	15	Практическая работа, опрос.
2					Разучивание фигур танго «С» класса.	42	3	39	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	2.1 Открытый тэлемарк	12	1	11	Практическая работа, опрос.

				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	2.2 Наружный свивл	14	1	13	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	2.3 Наружный спин	16	1	15	Практическ ая работа, опрос.
3					Разучивание фигур квикстепа «С» класса	42	3	39	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	3.1 Двойной левый спин	12	1	11	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	3.2 Фиштэйл	14	1	13	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	3.3 Открытый тэлемарк	16	1	15	Практическ ая работа, опрос.
4					Разучивание фигур румбы «С» класса	36	3	33	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	4.1 Три тройки	12	1	11	Практическ ая работа, опрос.
				Очная,	4.2 Три алеманы	12	1	11	Практическ

				Дистанционн ая, самоподгото вка					ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	4.3 Непрерывный хип твист	12	1	11	Практическ ая работа, опрос.
5					Разучивание фигур самбы по «С» классу.	36	3	33	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	5.1 Левый ролл	12	1	11	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	5.2 Крузадо шаги	12	1	11	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	5.3 Бег в променад и контрпроменад	12	1	11	Практическ ая работа, опрос.
6					Разучивание фигур джайва «С» класса.	16	=	16	
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	6.1 Крадущиеся шаги,	4	-	4	Практическ ая работа, опрос.
				Очная, Дистанционн	6.2 Испанские руки	4	-	4	Практическ ая работа,

				ая, самоподгото вка					опрос.
				Очная, Дистанционн ая, самоподгото вка	6.3 Муч	8	-	8	Практическ ая работа, опрос.
7					Участие в турнирах по бальным танцам	16	-	16	Практическ ая работа
8					Промежуточная аттестация	4	-	4	Опрос
9					Творчество и Я	42	-	42	
					ИТОГО часов:	276	15	261	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

3-й год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Темы занятия	Количество часов			Формы контроля
						Всего	Теория	Практика	
1					Разучивание фигур танца медленный вальс «С» класса.	18	1	17	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	1.1 Левый фоллэвей и слип пивот	6	1	5	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	1.2 Правый твист поворот	6	-	6	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	1.3 Перекрученный лок	6	-	6	Практическая работа, опрос.
2					Разучивание фигур квикстепа «С» класса.	18	1	17	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	2.1 Наружный спин	6	1	5	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	2.2 Виск	6	-	6	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	2.3 Открытый правый поворот	6	-	6	Практическая работа, опрос.

3					Разучивание фигур танго «С» класса.	18	1	17	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	3.1 Открытый правый поворот	6	1	5	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	3.2 Открытый тэлемарк	6	-	6	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	3.3 Чейс	6	-	6	Практическая работа, опрос.
4					Разучивание фигур медленного фокстрота «С» класса	18	1	17	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	4.1 Перо назад	6	1	5	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	4.2 Левый фоллэвэй и слип пивот	6	-	6	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	4.3 Виск	6	-	6	Практическая работа, опрос.
5					Разучивание фигур ча-ча-ча «С» класса.	18	1	17	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	5.1 Непрерывный хип твист по кругу	6	1	5	Практическая работа, опрос.

				Очная, Дистанционная, самоподготовка	5.2 Усложненный хип твист	6	-	6	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	5.3 Тайминг «гуапача»	6	-	6	Практическая работа, опрос.
6					Разучивание фигур самбы по «С» классу.	24	1	23	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	6.1 Правый ролл	8	1	7	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	6.2 Левый ролл	8	-	8	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	6.3 Бег в променаде и контр променаде	8	-	8	Практическая работа, опрос.
7					Разучивание фигур танца пасодобль «С» класса.	24	1	23	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	7.1 Левый фоллэвэй поворот	8	1	7	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	7.2 Вариация с левой ноги	8	-	8	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	7.3 Твисты	8	-	8	Практическая работа

				готовка					, опрос.
8					Разучивание фигур джайва «С» класса.	24	1	23	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	8.1 Смена мест справа налево с двойным поворотом	8	1	7	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	8.2 Чаггин	8	-	8	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	8.3 Катапульта	8	-	8	Практическая работа, опрос.
9					Разучивание конкурсных вариаций «С» класса.	72	10	62	
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	9.1 медленный вальс	10	1	9	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	9.2 танго	6	1	5	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	9.3 венский вальс	6	1	5	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	9.4 медленный фокстрот	8	1	7	Практическая работа, опрос.
				Очная, Дистанционная, самоподготовка	9.5 квикстеп	6	1	5	Практическая работа, опрос.

				ионная, самопод готовка					я работа , опрос.
				Очная, Дистанц ионная, самопод готовка	9.6 ча-ча-ча	6	1	5	Практ ическа я работа , опрос.
				Очная, Дистанц ионная, самопод готовка	9.7 самба	6	1	5	Практ ическа я работа , опрос.
				Очная, Дистанц ионная, самопод готовка	9.8 румба	6	1	5	Практ ическа я работа , опрос.
				Очная, Дистанц ионная, самопод готовка	9.9 пасодобль	12	1	11	Практ ическа я работа , опрос.
				Очная, Дистанц ионная, самопод готовка	9.10 джайв	6	1	5	Практ ическа я работа , опрос.
1 0					Творчество и Я	42	-	42	
					ИТОГО часов:	276	18	258	

Список литературы:

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области"

Список литературы для педагога

1. Бернштейн Н.А. «Физиология движений и активность». М.: Наука, 1990.
2. Говард Гай / Перевод Белгородского А. «Техника европейских танцев» - М.: Издательство «АРТИС», 2003.
3. Деркач А. А., Исаев А. А. / Предисл. И. В. Кузьминой, А. Ц. Пуни, А. В. Тарасова. «Педагогическое мастерство тренера» М.: Физкультура и спорт, 1981.
4. Зациорский В. М., Аруин А. С, Селуянов В. Н. - «Биомеханика двигательного аппарата человека» М.: Физкультура и спорт, 1981.-143 с.
5. Пуртова Тамара Валентиновна, «Учите детей танцевать», допущено Министерством образования РФ в качестве учебного пособия для студентов учреждений среднего профессионального образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика дополнительного образования». Издательство: Век информации, 2009 г.
6. Смит-Хэмпшир Г. «Венский вальс. Как воспитать чемпиона». - Томск: STT, 2000.
7. ©ISTD / перевод Ю Пина «Техника исполнения европейских танцев» - Лондон - Санкт-Петербург, 1996.