

Управление образованием Асбестовского муниципального округа
Свердловской области

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества имени Н.М. Аввакумова»
Асбестовского муниципального округа Свердловской области

Принята
на заседании методического совета
от 17 августа 2026 года,
протокол № 7

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ЦДТ АМО СО
_____ Н.И. Власова
Приказ от 17 августа 2026 года
№ 171-О/Д

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная
программа художественной направленности
«Клуб спортивного бального танца»
для учащихся 5-17 лет.
Срок реализации программы — 6 лет.

Автор-разработчик:
Теребенина Евгения
Владимировна,
педагог
дополнительного
образования

Асбест, 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1	Основные характеристики программы	
	Содержание программы	
	Пояснительная записка	3
	Цель и задачи программы	8
	Учебный (тематический) план 1 года обучения	9
	Содержание учебного плана 1 года обучения	9
	Планируемые результаты 1 года обучения	10
	Учебный (тематический) план 2 года обучения	11
	Содержание учебного плана 2 года обучения	11
	Планируемые результаты 2 года обучения	12
	Учебный (тематический) план 3 года обучения	13
	Содержание учебного плана 3 года обучения	13
	Планируемые результаты 3 года обучения	14
	Учебный (тематический) план 4 года обучения	15
	Содержание учебного плана 4 года обучения	15
	Планируемые результаты 4 года обучения	16
	Учебный (тематический) план 5 года обучения	18
	Содержание учебного плана 5 года обучения	18
	Планируемые результаты 5 года обучения	19
	Учебный (тематический) план 6 года обучения	21
	Содержание учебного плана 6 года обучения	21
	Планируемые результаты 6 года обучения	22
2	Организационно-педагогические условия реализации программы	
	Календарный учебный график	23
	Материально-техническое обеспечение	23
	Кадровое обеспечение	23
	Методическое обеспечение	23
	Формы подведения итогов реализации программы и оценочные материалы	26
3	Литература	27
4	Приложения	28

Пояснительная записка

Программа «Клуб спортивного бального танца» относится к художественной направленности и является разноуровневой.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Федеральный закон от 13.07.2020 N 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р;
5. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
9. Приказ Минтруда Российской Федерации от 22.09.2022 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
11. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));
12. Государственная программа Свердловской области «Развитие системы образования и реализации молодежной политики в Свердловской области до 2027 года», утв. Постановлением Правительства Свердловской области от 19.12.2019 № 920-ПП (в ред. от 14.04.2023 № 266-ПП);
13. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальным сертификатом»;
14. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
15. Муниципальная программа «Развитие системы образования в Асбестовском городском округе до 2027 года» (Приложение к Постановлению администрации Асбестовского городского округа от 04.12.2013 № 766-ПА (в ред. от 01.02.2024 № 68-ПА);

16. Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества имени Н.М. Аввакумова» Асбестовского муниципального округа Свердловской области;

17. Положение о Порядке разработки дополнительной общеразвивающей программы, утверждённое приказом директора МБУ ДО ЦДТ от 10.07.2026 года № 164-О/Д.

Актуальность программы обусловлена современным социальным заказом на организацию содержательного досуга детей и подростков. Занятия спортивными бальными танцами позволяют формировать у обучающихся позитивное отношение к здоровому образу жизни, развивать художественно-эстетический вкус, воспитывать музыкально-хореографическую и общую культуру. Несомненно, велика роль бальных танцев в эстетическом воспитании детей и подростков. 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.

Программа «Клуб спортивного бального танца» разработана на основе «Программы клуба спортивного и бального танца», автор Суханова И.А., Екатеринбург, МОУ ДОД Городской дворец детского и юношеского творчества, 2006 год.

Отличительная особенность данной программы от программы «Клуб спортивного бального танца» Сухановой И.А. состоит в следующем: в программе Сухановой И.А. учебный материал первого года обучения рассчитан на учащихся младшего школьного возраста. Данная же программа предусматривает реализацию на ознакомительном уровне, музыкально-подвижные игры и составления танцевальных фигур для детей с раннего (5 лет) цикла обучения с учетом возрастных особенностей.

Новизна программы заключается в том, что программа предусматривает дифференцированный подход к обучению, учет психофизиологических особенностей учащихся. Программа разработана не только для работы с танцевальными парами, она подразумевает индивидуальное и ансамблевое исполнение спортивных бальных танцев в сольных и ансамблевых концертных номерах.

Адресат программы - дети и подростки от 5 до 17 лет.

Дошкольники 5 – 6 лет

Основные психологические новообразования:

- первые этические инстанции (начальные представления о добре и зле, справедливости и несправедливости, правде и обмане);
- личное осознание, внутренняя регуляция поведения (произвольность), начальные уровни интеллектуального и эмоционального предвосхищения последствий своих поступков, соподчинение мотивов;
- осознанное сотрудничество со взрослыми и сверстниками;
- развитие функций речи и мышления;
- воображение;
- сюжетно-ролевые игры;

Возрастные задачи:

- закрепление представлений о себе как об «автономном» человеке; первоначальное знакомство с миром как с пространством собственного нахождения и объектом освоения;
- развитие воображения как способности творения новых образов, которых не дает непосредственное чувственное восприятие;
- овладение произвольностью в сюжетно-ролевой игре и контекстно-заданных нормах поведения;
- освоение принципов, адекватных возрасту форм и способов конструкторской и художественной деятельности.

В этом возрасте эмоции, вызванные музыкой, создают определенную двигательную

активность, задача педагога заключается в том, чтобы направить ее в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал, в процессе которого формируется координация движений. Чем большим запасом двигательных навыков обладает ребенок, тем богаче будет его база для овладения новыми формами двигательной деятельности - балльными танцами.

Младший школьный возраст (7-11 лет)

Основные психологические новообразования:

- принятие моральных норм и основы формирования осознанного отношения к ним;
- развитие внутреннего плана действий, личностной рефлексии, самоконтроля и самооценки;
- развитие произвольности познавательных процессов – внимания, восприятия, памяти;
- начальные уровни осознанного умения учиться;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками для достижения общей цели.

Основные возрастные задачи:

- развитие воображения как способности творения «понятийных конструкций» внешнего мира и представления их в знаковых системах;
- появление основ теоретического (рефлексивного) мышления посредством коллективного решения специально выстроенных «учебных задач» в рамках учебных предметов;
- овладение функциональной грамотностью;
- освоение обобщенных способов действия.

Школьный возраст – это самое благоприятное время воспитания физических качеств. В этот период происходят морфологические и функциональные изменения. В этом возрасте интенсивно формируются все отделы двигательного аппарата, изменяются двигательные качества мышц: гибкость, быстрота, сила, ловкость и выносливость. Их развитие происходит неравномерно. Прежде всего, развиваются быстрота и ловкость движений. Исправление осанки, приобретение лёгкости в движениях, уверенности в себе - это минимум, что могут дать физические упражнения. Данный возраст продолжает оставаться благоприятным для развития ловкости, координации движений. Дети готовы к развитию более сложных проявлений ловкости: ориентированию в пространстве, ритму и темпу движений, повышению мышечного чувства, оценке временных параметров двигательных действий.

Подростковый возраст

Основные психологические новообразования:

- чувство взрослости, становление Я-концепции как интегративной системы представлений о себе;
- развитие нравственного саморегулирования;
- формирование зрелых форм учебной мотивации, при которой учение приобретает личностный смысл;
- развитие новых форм общения и придания особой значимости общению;
- опыт совместного действия в сообществе сверстников и значимых взрослых, объединённых на основе совместного замысла деятельности;
- опыт личностно и социально значимого решения и поступка.

Основные возрастные задачи:

- развитие воображения как способности проектирования образов внешнего мира и своих действий в этом внешнем мире;
- развитие способности удерживать свою позицию и точку зрения, кооперироваться с иными позициями и носителями иных точек зрения;
- овладение свободой и самостоятельностью.

В этот период происходят морфологические и функциональные изменения. В этом возрасте

интенсивно формируются все отделы двигательного аппарата, изменяются двигательные качества мышц: гибкость, быстрота, сила, ловкость и выносливость. Их развитие происходит неравномерно. Прежде всего, развиваются быстрота и ловкость движений. Активизация кардио-респираторной системы приводит к общему ускорению роста организма. Наблюдаются различия между мальчиками и девочками в уровне физической подготовки, хотя они и минимальны. Исправление осанки, приобретение лёгкости в движениях, уверенности в себе - это минимум, что могут дать физические упражнения.

Юношеский возраст

Основные новообразования:

- формирование мировоззрения, устойчивая Я-концепция, готовность к личностному и профессиональному самоопределению, формирование жизненных планов;
- построение системы ценностей и этических принципов как ориентиров собственного поведения;
- расширение диапазона общения при его одновременной индивидуализации;
- готовность и способность полноценно включаться в реальные сложные проекты (исследовательские, трудовые, гражданские, бизнес-проекты и т.д.).

Основные возрастные задачи:

- развитие воображения как способности творения гипотез, проектов и программ;
- овладение свободой и самостоятельностью в сфере исследований, проектирования, творчества;
- овладение способностью практически воплощать проекты и программы.

Правильное использование физических упражнений благоприятно сказывается на сердечно-сосудистой системе подростков. Концертные выступления перед зрителями и участие в танцевальных турнирах являются в этом возрасте одним из основных воспитательных средств: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для самореализации творческого потенциала детей, воспитываются чувства ответственности за общий результат, дружбы, товарищества. Подготовка к концертам и конкурсам, а также участие в них, проводится в рамках индивидуально-групповой работы.

Набор детей в коллектив проходит без какого-либо специального отбора и осуществляется в начале учебного года по желанию ребенка и личному заявлению родителей. Обучающимся необходима медицинская справка об отсутствии ограничений для занятий в объединении (балльными танцами). Допускается дополнительный набор обучающихся на второй, третий год обучения на основании результатов - наличия базовых навыков.

Этапы реализации программы

Обучение по дополнительной общеразвивающей программе «Клуб спортивного балльного танца» можно условно разделить на три этапа, каждый из которых последовательно дополняет друг друга.

Ознакомительный уровень (группы 1 и 2 года обучения) освоения программы заключается в том, чтобы направить эмоции детей, вызванные музыкой, в нужное русло, подобрав для этого интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал, в процессе которого формируется координация движений. Чем большим запасом двигательных навыков обладает ребенок, тем богаче будет его база для овладения новыми формами двигательной деятельности - балльными танцами.

На базовом уровне (группы 3 и 4 года обучения) реализации программы дети готовы к развитию более сложных проявлений ловкости: ориентированию в пространстве, ритму и темпу движений, повышению мышечного чувства, оценке временных параметров двигательных действий.

Углублённый уровень (группы 5 и 6 годов обучения) подразумевает самореализацию творческого потенциала детей, развитие чувства ответственности за общий результат, дружбы, товарищества. Подготовка к концертам и конкурсам, а также участие в них,

проводится в рамках индивидуально-групповой работы.

Количество учащихся в группах – от 12 человек.

Режим занятий:

в 1-й год обучения - 2 раза в неделю по 1 часу,

2-й год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа,

3-й, 4-й, 5-й, 6-й год обучения - 3 раза в неделю по 2 часа.

Объём дополнительной общеразвивающей программы 1080 часов:

1-й год обучения – 72 часа;

2-й год обучения – 144 часа;

3-й, 4-й, 5-й, 6-й год обучения – по 216 часов.

Срок реализации программы – 6 лет.

Форма реализации программы – очная, часть тем может быть реализована дистанционно.

Перечень форм обучения – фронтальные, групповые, индивидуальные.

Перечень видов занятий – теоретические занятия (семинарские лекции, беседы); практические занятия (игры; тренировка - отработка движений, психологические тренинги, обсуждения, анализ; просмотр видеозаписей с последующим обсуждением; посещение показательных выступлений и мастер-классов; клубные турниры как итог работы за определенный период).

Перечень форм подведения итогов – тесты, выполнение зачётных заданий по разделам программы, открытые занятия, отчётные концерты детского объединения, участие в турнирах различного уровня, выступления в концертных программах, мастер-классы.

Цель программы: развитие творческой активности обучающихся, формирование социально значимых личностных качеств, раскрытие индивидуальных способностей и достижение высокого уровня исполнительского мастерства каждым танцором через приобщение их к искусству бального танца.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить с историей развития бальных и современных спортивных танцев;
- познакомить с основными понятиями и терминами спортивного бального танца;
- обучить технике исполнения спортивного бального танца (европейская и латиноамериканская программы);
- обучить основам построения рисунка танца;
- формировать навыки участия в турнирах и конкурсах;
- формировать умения и навыки исполнения спортивного танца в паре.

Развивающие:

- развивать коммуникативные способности ребенка;
- развивать чувство ритма и музыкальность, моторно-двигательную и логическую память;
- развивать рабочий «аппарат» (опорно-двигательную систему) обучающихся;
- развивать художественно-эстетический вкус;
- содействовать овладению способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства их осуществления;
- формировать умение находить (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет) и использовать информацию, собирать, обрабатывать, анализировать, передавать и интерпретировать её;
- способствовать умению организовывать сотрудничество с взрослыми и сверстниками.

Воспитательные:

- воспитывать трудолюбие, уважение к партнеру и окружающим людям, способность работать и творить в команде;
- формировать устойчивый позитивный интерес к творческой деятельности;
- формировать уважительное отношение к истории и культуре своего народа и других народов;
- способствовать формированию личной ответственности за результат собственной работы;
- содействовать освоению учащимися социальных норм, правил поведения, представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Учебный (тематический) план, 1-й год обучения

№	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
<i>Блок «Общая физическая подготовка»</i>					
1.	Общеразвивающие упражнения	20	1	19	Наблюдение
<i>Блок «Танцевальная азбука»</i>					
1.	Знакомство с танцевальной азбукой	12	2	10	Открытое занятие. Анализ исполнения
2.	Музыкальные игры	10	1	9	Наблюдение
3.	Направления движения в танце	5	1	4	Наблюдение
<i>Блок «Танцевальный»</i>					
1.	Детские танцы	15	1	14	Анализ исполнения
2.	Диско-танцы	10	1	9	Открытое занятие
	Итого:	72	7	65	

Содержание курса 1-го года обучения

Блок «Общая физическая подготовка

Тема 1. Общеразвивающие упражнения

Теоретические занятия: Влияние общефизических упражнений на физическую подготовку танцора.

Практические занятия: Упражнения, направленные на развитие мышц шеи и спины: повороты и наклоны головы; повороты и наклоны корпуса.

Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава: подъемы и опускания на стопе, повороты.

Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава.

Упражнения, направленные на развитие координации.

Блок «Танцевальная азбука»

Тема 1. Знакомство с танцевальной азбукой

Теоретические занятия: Характерные отличия танцевальных шагов.

Практические занятия: Простой танцевальный шаг, переменный шаг, подскоки, галоп боковой. Танцевальные шаги в образах (зайчик, медведь, лисичка).

Постановка корпуса, позиции рук (первая, вторая, третья) и ног (шестая и первая). Прыжки, подскоки. Скоординированные движения ног и рук. Боковые шаги.

Тема 2. Музыкальные игры.

Теоретические занятия: Правила игры.

Практические занятия: Игры на развитие музыкального слуха и творческого воображения, фантазии, умения импровизировать («Музыкальные змейки», «Лавата», «Паровозики», «Замри» и т.д.)

Тема 3. Направления движения в танце.

Теоретические занятия: Правила поведения пар на танцевальной площадке и движения во время танца. Движение по кругу.

Практические занятия: Обозначение линии танца. Постановка корпуса лицом в центр, спиной в центр. Отработка смены направлений во время движения по линии танца. Движение по линии танца на носках; на каблуках, поднимая колени. Ход лицом и спиной

по линии танца.

Блок «Танцевальный»

Тема 1. Детские танцы.

Теоретические занятия: История и место возникновения каждого танца, характер исполнения. Игровой характер детских танцев. Начальные понятия ритма, темпа, характера танца, эмоционального ключа. Рисунок танца.

Практические занятия: Отработка приглашения к танцу. Танец парами по линии танца с приглашением и поклоном. Польки: «Не хочу», «Хлопушка», «Приглашение», «Детский краковяк» и т.д.

Тема 2. Диско-танцы.

Теоретические занятия: Характерные особенности. Координация и быстрая смена движений, чувство ритма.

Практические занятия: Разучивание танцев: «Автостоп», «Стирка», «Дискотека», «Птички», «Галоп».

Планируемые результаты 1-го года обучения

После 1-го года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные

- знают основы танцевальной азбуки (основные шаги и их отличие друг от друга, понятие линии танца);
- знают детские танцы, диско-танцы, массовые танцы репертуара 1-го года обучения и умеют их исполнять;
- имеют представление о собственном теле, владеют элементарными навыками координации движений;
- умеют выполнять начальный тренаж для развития различных групп мышц;
- умеют различать музыку по темпу;

Метапредметные

познавательные УУД:

- принимают задачи учебной деятельности;

регулятивные УУД:

- с помощью педагога планируют учебные действия;

коммуникативные УУД:

- умеют задавать вопросы по изученному материалу;
- умеют обратиться за помощью;

Личностные

- проявляют трудолюбие при работе над изучением новых элементов.

Учебный (тематический) план, 2-й год обучения

№	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
<i>Блок «Общая физическая подготовка»</i>					
1.	Общеразвивающие упражнения	26	3	23	Наблюдение
<i>Блок «Танцевальная азбука»</i>					
1.	Направление движения для пары	10	2	8	Опрос
<i>Блок «Танцевальный»</i>					
1.	Диско-танцы	12	2	10	Наблюдение
2.	Бальные танцы	13	3	10	Наблюдение
3.	Музыкальные игры	13		13	Наблюдение
4.	Конкурсные танцы: - Европейская программа	35	5	30	Открытое занятие
5.	-Латиноамериканская программа	35	5	30	Открытое занятие
	Итого:	144	20	124	

Содержание курса 2-го года обучения

Блок «Общая физическая подготовка»

Тема 1. Общеразвивающие упражнения

Теоретические занятия: Влияние общефизических упражнений на физическую подготовку танцора.

Практические занятия: Упражнения, направленные на работу мышц шеи и плечевого пояса: повороты головы, вращение плечевого сустава.

Упражнения, направленные на работу мышц корпуса: наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц и спины.

Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава: батманы, вращения.

Упражнения, направленные на работу голеностопного сустава: вращение стоп, растяжка, подъемы на подушечки стопы и полу пальцы.

Упражнения, направленные на работу мышц рук по позициям. Прыжки с разворотом корпуса на 90 градусов.

Блок «Танцевальная азбука»

Тема 1. Направление движения для пары.

Теоретические занятия: Разбор основных направлений в танце. Угол поворота. Направление движения каждого партнера. Линия танца, противоположно линии танца, диагональ к стене.

Практические занятия: Определение ритма, темпа, характера музыки. Выделение сильной доли в музыке. Прослушивание различных музыкальных фрагментов и их сравнительная характеристика.

Основа танцевальных элементов и движений (упражнения «Прохлопай ритм», «Угадай танец» и т.д.)

Блок «Танцевальный»

Тема 1. Диско-танцы.

Теоретические занятия: Характерные особенности. Координация и быстрая смена движений, чувство ритма. История возникновения.

Практические занятия: Темп исполнения, уровень сложности, развитие координации движений, разучивание танцев «Слоненок», «Ча-полька», «So-So» др.

Тема 2. Бальные танцы.

Теоретические занятия: История возникновения. Постановка корпуса. Характерные особенности танца. Манера исполнения.

Практические занятия: Отработка основных шагов и фигур: «Фигурный вальс» - вальсовая дорожка. «Падеграссе»; «Полонез» - основной шаг; «Полька» - шаг польки.

Тема 3. Музыкальные игры.

Практические занятия: Игры на развитие музыкального слуха, творческого воображения, фантазии, умения импровизировать.

Тема 4. Конкурсные танцы: Европейская программа.

Теоретические занятия: Постановка корпуса, характер исполнения.

Практические занятия: Изучение танцев: Вальс (W) - техника подъемов и опусканий, правый поворот, перемены; Квикстеп (Q) - шассе, упрощенный четвертый шаг;

Тема 5. Латиноамериканская программа.

Теоретические занятия: Постановка корпуса, характер исполнения.

Практические занятия: Изучение танцев: Самба (S) - основной шаг, самба виск, шаг по квадрату, ча-ча-ча (Ch) - основной шаг.

Планируемые результаты 2-го года обучения

К концу 2 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные

- знают историю возникновения бальных танцев;
- знают основные направления линии танца, основные шаги бальных и конкурсных танцев, умеют правильно и технично исполнять их отдельные элементы и комбинации;
- знают основные элементы W, S, Ch;
- знают названия изученных движений в танце;
- умеют выполнять упражнения, направленные на работу различных групп мышц;
- умеют определять ритм, темп, характер музыки;
- владеют техникой исполнения детских и диско-танцев.

Метапредметные

познавательные УУД:

- принимают и сохраняют цели и задачи учебной деятельности;

регулятивные УУД:

- с помощью педагога планируют учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- адекватно оценивают собственное поведение;

коммуникативные УУД:

- умеют отвечать на вопросы по существу;
- умеют сформулировать своё мнение;

Личностные

- проявляют интерес к занятиям бальными танцами.

Учебный (тематический) план, 3-й год обучения

№	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
<i>Блок «Общая физическая подготовка»</i>					
1.	Тренаж для различных групп мышц	35	2	33	Наблюдение
<i>Блок «История танца»</i>					
1.	Истоки европейской программы	15	15	-	Тест
2.	Истоки латиноамериканской программы	15	15	-	Тест
<i>Блок «Танцевальный»</i>					
1.	Диско-танцы	16	2	14	Наблюдение
2.	Конкурсные танцы: -Латиноамериканская программа	40	2	38	Соревнование, выступление
3.	- Европейская программа	40	2	38	Соревнование, выступление
4.	Концертная программа	25	2	23	
5.	Индивидуальная работа с парой	30	4	26	
	Итого:	216	44	171	

Содержание курса 3-го года обучения

Блок «Общая физическая подготовка»

Тема 1. Тренаж для различных групп мышц.

Теоретические занятия: Влияние общефизических упражнений на физическую подготовку танцора.

Практические занятия: Упражнения на приведение различных групп мышц в рабочее состояние: шея - медленные наклоны головы, резкие повороты; верхняя часть корпуса - смещение грудной клетки в стороны и вперед-назад; нижняя часть корпуса - работа бедер; растяжка мышц ног - батманы, медленные наклоны; работа стопы - подъемы, перенос веса тела; интенсивный разогрев стопы; упражнения для рук.

Укрепление мышц живота и спины: упражнения на полу («ласточка», «лягушка», «кораблик»). Прыжки на 180 градусов.

Блок «История танца»

Тема 1. Истоки европейской программы.

Теоретические занятия: История развития танцев Медленный вальс, Квикстеп. Их корни. Своеобразие ритма, темпа, эстетики каждого танца. Движение пары в каждом танце.

Тема 2. Истоки латиноамериканской программы.

Теоретические занятия: Взгляд в прошлое: Старый Свет. Латинские корни самбы, ча-ча-ча, Характерные музыкальные и пластические особенности танцев (характер, музыкальный размер, стиль, техника и т.д.)

Блок «Танцевальный»

Тема 1. Диско-танцы.

Практические занятия:

Ритм-диско. Смена ритма - хлопки, убыстрение темпа.

Манера и стиль исполнения. So-So - полная вариация: формула, построение современных движений в композицию.

Тема 2. Конкурсные танцы: Латиноамериканская программа

Теоретические занятия: Латиноамериканская программа: постановка корпуса, положение партнеров относительно друг друга.

Практические занятия: Изучение танцев: Самба(S) – фигуры, разрешенные для «Н» и «Е» классов; Ча-ча-ча (Ch) – фигуры, разрешенные для «Н» и «Е» классов; Джайв (Jv) – изучение основного шага.

Тема 3. Европейская программа

Теоретические занятия: Европейская программа: постановка корпуса, положение партнеров относительно друг друга, понятие баланса.

Практические занятия: Изучение танцев: Вальс (W) – фигуры, разрешенные для «Н» и «Е» классов; Квикстеп (Q) – фигуры, разрешенные для «Н» и «Е» классов;

Тема 4. Концертная программа.

Теоретические занятия: Построение сюжета, изучение рисунка номера.

Практические занятия: Отработка техники исполнения, выделение акцентированных фигур и поз. Работа над выразительностью образа.

Тема 5. Индивидуальная работа с парой.

Практические занятия: Постановка вариаций. Отработка поз, акцентов, линий корпуса, рук, техники исполнения. Поиск индивидуального стиля пары, подбор фигур и связок, выражающих их индивидуальность.

Планируемые результаты 3-го года обучения

К концу 3 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные

- знают историю становления спортивного танца;
- знают фигуры класса «Е», их название и исполнение;
- знают основные нормы поведения, обеспечивающие комфортное взаимодействие в паре и коллективе;
- умеют самостоятельно приводить различные группы мышц в рабочее состояние;
- умеют самостоятельно работать над полученным заданием;
- умеют выполнять проученные движения, основные шаги и фигуры бальных и конкурсных танцев.
- умеют различать музыкальный размер;
- умеют анализировать и контролировать возможные ошибки при исполнении.

Метапредметные

познавательные УУД:

- с помощью педагога формулируют для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности;
- используют различные способы поиска информации (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет).

регулятивные УУД:

- с помощью педагога планируют, контролируют учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- умеют соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- умеют скоординировать движение рук и ног.

коммуникативные УУД:

- способны слушать собеседника;
- умеют излагать свою точку зрения;
- умеют участвовать в концертных и конкурсных выступлениях.

Личностные

- проявляют организационно-волевые качества (трудолюбие, аккуратность, настойчивость).

Учебный (тематический) план, 4 год обучения

№	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
<i>Блок «Общая физическая подготовка»</i>					
1.	Развитие различных групп мышц	35	2	33	Наблюдение
<i>Блок «История танца»</i>					
1.	Истоки европейской программы	15	15		Тест
2.	Истоки Латиноамериканской программы	15	15		Тест
<i>Блок «Танцевальный»</i>					
1.	Индивидуальная работа с парой	30		30	Конкурс
2.	Концертная программа	30	2	28	Концерт
3	Конкурсные танцы: Европейская программа	40	2	38	Соревнование
4.	Латиноамериканская программа	40	2	38	Соревнование
5.	Участие в турнирах и концертах	11		11	Наблюдение
	Итого:	216	37	169	

Содержание курса 4-го года обучения

Блок «Общая физическая подготовка»

Тема 1. Развитие различных групп мышц.

Теоретические занятия: Влияние общефизических упражнений на физическую подготовку танцора.

Практические занятия: Партерная гимнастика (упражнения на гибкость позвоночника, эластичность мышц, растяжки, работа стопы, выворотность стоп). Элементы классического тренажа, аэробики. Силовые упражнения.

Блок «История танца»

Тема 1. Истоки европейской программы.

Теоретические занятия: История развития танцев Танго, Венский вальс, Медленный фокстрот. Своеобразие ритма, темпа, эстетики каждого танца. Движение пары.

Тема 2. Истоки латиноамериканской программы.

Теоретические занятия: История развития танцев Румба. Джайв, Испано-французские корни пасодобля. Характерные музыкальные и пластические особенности танцев (характер, музыкальный размер, стиль, техника и т.д.)

Блок «Танцевальный»

Тема 1. Индивидуальная работа с парой.

Практические занятия: Постановка вариаций для пары. Отработка поз, акцентов, линий корпуса, рук, техники исполнения. Обсуждение эмоциональной окраски вариации. Поиск индивидуального стиля пары, подбор фигур и связок, выражающих их индивидуальность.

Тема 2. Концертная программа.

Теоретические занятия: Построение сюжета, изучение рисунка номера.

Практические занятия: Отработка техники исполнения, выделение акцентированных фигур и поз. Работа над выразительностью образа.

Тема 3. Конкурсные танцы: Европейская программа.

Теоретические занятия: Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК4 (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту.

Практические занятия: Вальс (W) - фигуры, разрешенные для «Е» и «D» классов; Квикстеп (Q) - фигуры, разрешенные для «Е» и «D» классов; Венский вальс (V) - разбор правого поворота; Танго (T)- фигуры, разрешенные для «D» класса.

Тема 4. Латиноамериканская программа.

Теоретические занятия: Латиноамериканская программа - ведение и взаимодействие в паре. Понятие закрытой и открытой позиции, позиции веерной, променадной и контрпроменадной.

Практические занятия: Самба (S)- различие ритмов самбы, фигуры класса «Е» и «D» классов; Ча-ча-ча (Ch) - фигуры классов, «Е» и «D» классов; Джайв (Jv) - фигуры класса «Е» и «D» классов; Румба (R)- фигуры, разрешенные для «D» класса.

Тема 5. Участие в турнирах и концертах.

Практические занятия: Кубок Главы города Богданович, Международный турнир «Примавера», «Европа-Азия» (г. Екатеринбург); Региональный турнир (г. Н-Тагил, Екатеринбург, Каменск-Уральский). Выступление коллектива на концертах открытие и закрытие творческого сезона, день учителя, учительская конференция и др.

Планируемые результаты 4-го года обучения

К концу 4 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные

- знают вариации конкурсных танцев в зависимости от класса танцора и умеют свободно ориентироваться на конкурсной площадке, владеют техникой исполнения фигур;
- способны эмоционально отображать характер танца, участвовать в исполнении в ансамбле в показательных выступлениях;
- знают историю становления спортивного танца, основные понятия «линии движения» в конкурсных танцах, умеют создавать выразительный образ;
- знают фигуры класса «Е» и «D» класса, их название и исполнение, умеют менять ритмический рисунок танца;
- готовы участвовать в турнирах на уровне муниципалитета;
- знают основные нормы поведения, обеспечивающие комфортное взаимодействие в паре и коллективе и используют стратегию сотрудничества с нацеленностью на успех;

Метапредметные

познавательные УУД:

- пытаются самостоятельно формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, находить средства их осуществления;
- овладевают логическими действиями сравнения, обобщения, классификации по указанным признакам, отнесения к известным понятиям.

регулятивные УУД:

- умеют оценивать результаты собственной творческой деятельности, правильность выполнения поставленной задачи;
- с помощью педагога планируют, контролируют учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- пытаются планировать учебную деятельность, контролируют и оценивают свои учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- пытаются организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками.

коммуникативные УУД:

- формулируют и аргументируют свое мнение;

- осознанно используют речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, владеют устной монологической контекстной речью;
- умеют слушать и слышать мнение других людей;
- активно включаются в коллективную деятельность, взаимодействуют со сверстниками при решении музыкально-творческих задач, достижении общих целей.

Личностные

- демонстрируют мотивацию к работе на результат, проявляют целеустремлённость.
- умеют анализировать свое эмоциональное состояние и управлять своими эмоциями, выражать собственные эмоции через музыку.

Учебный (тематический) план, 5 год обучения

№	Наименование темы	Кол-во часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
<i>Блок «Общая физическая подготовка»</i>					
1.	Развитие различных групп мышц	30	2	28	Наблюдение
<i>Блок «История танца»</i>					
1.	Истоки европейской программы	8	8		Тест
2.	Истоки латиноамериканской программы	8	8		Тест
<i>Блок «Танцевальный»</i>					
1.	Индивидуальная работа с партнерами.	25		25	Конкурс
2.	Актерское мастерство	16	6	10	Наблюдение
3.	Постановка композиций для ансамблей.	16	4	12	Конкурс
4.	Конкурсные танцы: Европейская программа	45	5	40	Соревнование
5.	Латиноамериканская программа	45	5	40	Соревнование
6.	Участие в турнирах и концертах	23		23	Наблюдение
Итого:		216	38	178	

Содержание курса 5-го года обучения

Блок «Общая физическая подготовка»

Тема 1. Развитие различных групп мышц.

Теоретические занятия: Влияние общефизических упражнений на физическую подготовку танцора.

Практические занятия: Партерная гимнастика (упражнения на гибкость позвоночника, эластичность мышц, растяжки, работа стопы, выворотность стоп). Элементы классического тренажа, аэробики. Силовые упражнения.

Блок «История танца»

Тема 1. Истоки европейской программы.

Теоретические занятия: История костюмов. Современное направление европейской программы.

Тема 2. Истоки латиноамериканской программы.

Теоретические занятия: Беседы о жанре бального танца, знаменитых танцорах, особенностях танцевальных и педагогических профессий, связанных с бальными танцами. История танцевальных костюмов.

Блок «Танцевальный»

Тема 1. Индивидуальная работа с партнерами.

Практические занятия: Подбор и постановка фигур и связок в индивидуальных вариациях, выражающих индивидуальность пары.

Отработка поз, акцентов, линий корпуса, рук, техники исполнения. Подбор фигур и связок, выражающих их индивидуальность.

Тема 2. Актерское мастерство.

Теоретические занятия: Понятие актерского мастерства. Создание образа в танце.

Характер танцевального номера. Художественный вкус в макияже и костюме.

Практические занятия: Работа над образом и стилем в танце. Подбор костюмов для программ. Техника концертного грима.

Тема 3. Постановка композиций для ансамблей.

Теоретические занятия: Подбор музыкального материала, запись фонограмм, разработка рисунка вариации.

Практические занятия: Разбор постановки: сюжетное содержание и его эмоциональное отражение исполнителями, определение направлений движения каждой паре. Отработка вариации.

Тема 4. Конкурсные танцы: Европейская программа.

Теоретические занятия: Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК4 (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту. Разбор всех направлений движения (линия танца, против ЛТ, диагонали к стене и центру).

Практические занятия: Вальс(W) - фигуры, разрешенные для «D» и «C» классов, Квикстеп (Q) - фигуры, разрешенные «D» и «C» классов, Танго (V) - фигуры, разрешенные «D» и «C» классов; Медленный фокстрот- фигуры, разрешенные «C» класса.

Тема 5. Латиноамериканская программа.

Теоретические занятия: Латиноамериканская программа – ведение и взаимодействие в паре.

Практические занятия: Самба (S)- разрешенные фигуры «D» и «C» классов; Ча-ча-ча (Ch)- фигуры «D» и «C» классов; Джайв (Jv) - разрешенные фигуры «D» и «C» классов; Румба (R)- разрешенные фигуры «D» и «C» классов; Посадобль «P»- разрешенные фигуры «C» класса;

Тема 6. Участие в турнирах и концертах.

Практические занятия: Кубок Главы города Богданович, Международный турнир «Примавера», «Европа-Азия» (г. Екатеринбург); Региональный турнир (г. Н-Тагил, Екатеринбург, Каменск-Уральский).

Выступление коллектива на концертах открытие и закрытие творческого сезона, день учителя, учительская конференция и др.

Планируемые результаты 5-го года обучения

К концу 5 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные

- знают вариации конкурсных танцев в зависимости от класса танцора;
- знают требования различных категорий турниров (А, В, С);
- умеют свободно ориентироваться на конкурсной площадке;
- умеют менять ритмический рисунок танца;
- умеют эмоционально отображать характер танца, создавать выразительный образ;
- владеют техникой исполнения фигур;
- умеют реализовать полученные навыки в концертно-конкурсной деятельности;
- участвуют в постановочной работе в ансамбле при создании шоу-номеров для показательных выступлений;
- участвуют в турнирах на региональном, федеральном и международном уровнях.

Метапредметные

познавательные УУД:

- умеют самостоятельно определять цели своего обучения, планировать пути достижения целей;
- продолжают осваивать логические действия (анализ и синтез);
- самостоятельно и осознанно выбирают наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

регулятивные УУД:

- способны адекватно оценивать результаты собственной творческой деятельности и партнеров;
- умеют оценивать правильность выполнения поставленной задачи, делать исполнительский анализ;
- умеют соотносить свои действия с планируемыми результатами, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

коммуникативные УУД:

- умеют творчески взаимодействовать с партнерами на репетициях и на сцене, учитывают потребность своего партнера;
- используют стратегию сотрудничества и нацеленность на успех.

Личностные

- проявляют дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- проявляют навыки сотрудничества и самоконтроля в учебной деятельности;
- стремятся к творческому самовыражению;
- умеют анализировать свое эмоциональное состояние и управлять своими эмоциями.

Учебный (тематический) план 6 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
<i>Блок «Общая физическая подготовка»</i>					
1.	Развитие различных групп мышц	30	2	28	Наблюдение
<i>Блок «Танцевальный»</i>					
1.	Индивидуальная работа с партнерами.	26		26	Конкурс
2.	Профессиональная ориентация.	10	10		Опрос
3.	Актерское мастерство.	10	5	5	Наблюдение
4.	Постановка композиций для ансамблей.	18	4	14	Конкурс
5.	Конкурсные танцы: Европейская программа	45	5	40	Соревнование
6.	Латиноамериканская программа	45	5	40	Соревнование
7.	Участие в турнирах и концертах	32		32	Наблюдение
	Итого:	216	31	185	

Содержание курса 6-го года обучения

Блок «Общая физическая подготовка»

Тема 1. Развитие различных групп мышц.

Теоретические занятия: Влияние общефизических упражнений на физическую подготовку танцора.

Практические занятия: Партерная гимнастика (упражнения на гибкость позвоночника, эластичность мышц, растяжки, работа стопы, выворотность стоп). Элементы классического тренажа, аэробики. Силовые упражнения.

Блок «Танцевальный»

Тема 1. Индивидуальная работа с партнерами.

Практические занятия: Постановка новых(сложных) фигур и связок, выражающих индивидуальность пары. Отработка поз, акцентов, линий корпуса, рук, техники исполнения

Тема 2. Профессиональная ориентация.

Теоретические занятия: Беседы о особенностях танцевальных и педагогических профессий, связанных с балльными танцами.

Тема 3. Актерское мастерство.

Теоретические и практические занятия: Психологические тренинги, умение свободно владеть своим телом, спонтанно импровизировать.

Тема 4. Постановка композиций для ансамблей.

Теоретические занятия: Разбор постановки: сюжетное содержание и его эмоциональное отражение исполнителями, определение направлений движения каждой пары.

Практические занятия: Отработка вариации. Подбор музыкального материала, запись фонограмм, разработка рисунка вариации.

Тема 5. Конкурсные танцы: Европейская программа.

Теоретические занятия: Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия.

Практические занятия: Вальс(W) - фигуры, разрешенные для «D» и «C» классов, Квикстеп (Q) - фигуры, разрешенные «D» и «C» классов, Танго (V) - фигуры, разрешенные

«D» и «C» классов; Медленный фокстрот - фигуры, разрешенные «C» класса.

Тема 6. Латиноамериканская программа.

Теоретические занятия: Латиноамериканская программа-ведение и взаимодействие в паре.

Практические занятия: Самба (S)- разрешенные фигуры «D» и «C» классов; Ча-ча-ча (Ch)- фигуры «D» и «C» классов; Джайв (Jv) - разрешенные фигуры «D» и «C» классов; Румба (R)- разрешенные фигуры «D» и «C» классов; Посадобль «Р»- разрешенные фигуры «C» класса;

Тема 7. Участие в турнирах и концертах.

Практические занятия:

Кубок Главы города Богданович, Международный турнир «Примавера», «Европа-Азия» (г. Екатеринбург); Региональный турнир (г. Н-Тагил, Екатеринбург, Каменск-Уральский).

Выступление коллектива на концертах открытие и закрытие творческого сезона, день учителя, учительская конференция и др.

Планируемые результаты 6-го года обучения

К концу 6 года обучения учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные

- знают вариации конкурсных танцев в зависимости от класса танцора;
- знают различные категории турниров (А, В, С);
- знают правила Федерации Танцевального Спорта России (ФТСР);

Умеют:

- свободно ориентироваться на конкурсной площадке;
- участвовать в турнирах различного уровня и категорий;
- участвовать в постановочной работе в ансамбле при создании шоу-номеров для показательных выступлений.

Метапредметные

познавательные УУД:

- приобретены устойчивые навыки самостоятельной, целенаправленной и содержательной учебной деятельности, включая владение информационно-коммуникационными технологиями;
- проявляют стремление к художественному самообразованию.

регулятивные УУД:

- умеют самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умеют анализировать собственную учебную деятельность, адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи и собственные возможности ее решения, вносить необходимые коррективы для достижения запланированных результатов;

коммуникативные УУД:

- умеют организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- формулируют и аргументируют свое мнение, строят логическое рассуждение, умозаключение и делают выводы;
- легко работают в группе, способны разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

Личностные

- демонстрируют готовность и способность к самостоятельной творческой деятельности;
- готовы совершить осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;
- знают и принимают нормы поведения, обеспечивающие комфортное и конструктивное взаимодействие в паре и в коллективе.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	36
2	Количество учебных дней	72/108
3	Количество часов в неделю	2/4/6
4	Количество часов	72/144/216
5	Недель в I полугодии	17
6	Недель во II полугодии	19
7	Начало занятий	1 сентября
8	Каникулы	31 декабря – 7 января
9	Выходные дни	4 ноября, 23 февраля, 8 марта, 1 и 9 мая
10	Окончание учебного года	31 мая

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации данной программы необходимо наличие следующего оборудования:

- танцевальный зал с паркетным покрытием, оснащенный зеркальной стенкой;
- помещение для педагога;
- раздевалки для детей;
- аудио аппаратура высокого класса;
- фонотека разнообразных музыкальных записей;
- видеозаписи учебных семинаров и конкурсов;
- учебная литература.

Кадровое обеспечение

Программа может реализовываться педагогом, имеющим среднее специальное или высшее образование по направлению подготовки «Образование и педагогические науки» и прошедшим курсы повышения квалификации по направлению деятельности.

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы

Организация процесса образования строится с использованием технологий группового, индивидуального обучения, игровой и здоровьесберегающей технологии.

На последующих этапах (базовый, углубленный) вводится технология индивидуального обучения. Элементы здоровьесберегающей технологии присутствуют на всех этапах обучения, учитываются возрастные и индивидуальные особенности обучающихся. Так же на всем протяжении обучения используется технология личностно-ориентированного обучения.

Программа каждого года обучения строится по блочному принципу:

«Общая физическая подготовка» (развитие координации, чувства ритма; растяжка мышц; силовые упражнения - для развития мышц и держания линий корпуса и рук, для выполнения поддержек, для выполнения выносливости, так как не подготовленный физически танцор не сможет выдержать конкурсной нагрузки, когда силы танцора должны не убывать, а, наоборот, прибывать).

«Танцевальная азбука» (основы танцевальной грамотности, правила поведения пар на танцевальной площадке, понятие линии танца, начальная музыкальная подготовка: понятия размера, такта, ритма, характера музыкального произведения).

«История танца» (истории жанра, видовое разнообразие и национальные традиции танцев, танцы народов мира).

«Танцевальный», включающий в себя темы «Детский танец», «Бальный танец», «Европейская программа», «Латиноамериканская программа», «Ансамбль», «Конкурсное танцевание пар» (техника и манера исполнения).

Программа имеет комбинированный (линейно-концентрический) характер, что выражается в повторении большинства тем из года в год, с более углубленным их изучением и добавлением новых тем, усложнением форм практической работы.

Базовым материалом для работы по программе является Положение Федерации Танцевального Sports России (ФТСР) по основным фигурам танцев международной программы. Сопутствующими материалами служат методические пособия, видеоматериалы детской программы, современных танцев, европейской и латиноамериканской программ.

Структура учебного занятия

Занятие состоит из 3-х частей: подготовительной, основной, заключительной.

В подготовительной части решаются следующие задачи:

- организация обучающихся;
- ознакомление с задачами и содержанием занятия;
- подготовка организма к основной части занятия (разогревание двигательного аппарата).

Основные средства: музыкально-ритмические упражнения, элементы хореографии. Подбор упражнений предусматривает последовательное воздействие на голеностопные, коленные, тазобедренные суставы.

Основная часть направлена на совершенствование ранее разученных фигур, композиций, а также освоение новых, поэтому может носить комплексный характер.

Заключительная часть позволяет снизить нагрузку, снять утомление, повысить эмоциональный тонус или снять чрезмерное возбуждение, подвести итоги занятия и определить задачи следующего занятия. При этом педагог стремится к тому, чтобы итоговое суждение было сформулировано самими детьми, побуждает их к эмоциональной оценке занятия. В заключение дается оценка деятельности группы в целом и отдельных детей. На занятиях отводится время для теоретической подготовки.

Ход занятия направлен на создание условий для активного участия всех детей в решении учебных задач; совмещения деятельности, протекающей при непосредственном участии педагога, с самостоятельной деятельностью детей.

Самостоятельная деятельность детей организуется на занятиях в целях закрепления знаний, отработки навыков и умений. Для контроля обучающихся проводятся упражнения, музыкальные игры.

С целью сохранения здоровья детей и снятия эмоционального напряжения проводятся релаксирующие упражнения.

Большое значение придается правильному подбору пары. При выборе партнеров должны учитываться не только физические данные воспитанников (возраст, рост, комплекция, длина ног), но и их психологическая совместимость, отношения между детьми, степень их работоспособности и трудолюбия, степень заинтересованности родителей ребенка, отношения между родителями.

Работа над репертуаром каждой пары неразрывно связана с работой над ее образом и стилем. Созданию образа и стиля предшествует изучение характерных черт каждой пары в отдельности, характера музыки танца, поиск в ней определенных опорных точек. После этого выстраивается сюжет взаимоотношений партнеров на протяжении всего танца (развитие сюжетной линии).

Высокие требования предъявляются к музыкальному сопровождению,

эмоциональная выразительность, способность точно передать движение, определенный ритм и темп те критерии, которые должны учитываться при подборе музыкального сопровождения.

Для наиболее успешного освоения учебного материала необходимы такие моменты, как дружеская помощь старших товарищей по коллективу, заинтересованность и контроль со стороны родителей.

Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса

В работе с учащимися используются следующие методы обучения:

словесные:

- рассказ и объяснение педагогом учебного материала,
- ознакомительные лекции по истории спортивных танцев,
- обсуждение и анализ танцевальных заданий
- беседы и свободный обмен мнениями о танцевальном мастерстве, физической подготовке, музыкально-ритмическом исполнении лучших танцоров современности,
- беседы о здоровом образе жизни, культуре поведения, артистической подаче на соревнованиях;

наглядные:

- иллюстративный показ педагогом нового материала (танцевальные элементы, фигуры, композиции и т.д.),
- просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцоров, танцевальных коллективов, посещение концертов для повышения общего уровня развития обучающегося;

практические:

- упражнения на развитие гибкости, выносливости, скорости, специальных технических танцевальных навыков, музыкально-ритмических навыков и т.д.,
- разучивание танцевальных элементов, фигур, композиций,
- повторный метод (многократное повторение упражнения, задания);
- ***аналитический*** (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- ***эмоциональный*** (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений)

В ходе обучения используются следующие формы организации учебно-воспитательного процесса: групповая, по подгруппам, индивидуальная.

Формы подведения итогов реализации программы и оценочные материалы

Для определения результативности реализации программы используется программа мониторинга развития обучающихся, утверждённая локальным актом МБУ ДО ЦДТ.

Она позволяет оценить уровень развития предметных, метапредметных и личностных универсальных учебных действий обучающихся (личностные - Методики «Лесенка» (В.Г. Щур), Методика изучения мотивов участия школьников в деятельности (автор Л. В. Байбородова), Методика «Мой личностный рост» (С.С. Кунцевич), Методика оценки отношений учащегося с группой (Рогов Е.И.; метапредметные - Методики изучения творческих способностей и одарённости детей (ГОУ ДОД Дом детского творчества «На реке Сестре», составители Л.Ф. Васильченко. Я.П. Атласова), Тест оценки уровня общительности, коммуникативности (Ряховский).

Для оценивания теоретических знаний учащихся используются тесты, практические умения отслеживаются с помощью карты наблюдения, приведённые в Приложении.

Текущий контроль: по мере прохождения тем учебной программы проводятся срезы знаний. Учащиеся выполняют задания разного уровня сложности. Результаты оцениваются по пятибалльной системе. Эти оценки учитываются при определении уровня освоения программного материала (оптимальный, допустимый, критический).

Итоговый контроль: проводится по окончании каждого учебного года. Учащиеся выполняют различные творческие задания, заполняют тест-опросник (составляется педагогом по пройденным темам). Все показатели заносятся в диагностические карты. Примечание: содержание контрольно-измерительных материалов может корректироваться педагогом по мере необходимости в соответствии с изменениями в календарно-тематическом плане, с учетом индивидуальных особенностей участников учебной группы. Хорошей проверкой результативности обучения является самостоятельное исполнение учащимися танцевальных номеров без помощи педагога на итоговом занятии, которое может быть проведено в форме конкурса-фестиваля. Кроме того, результатом деятельности педагога по спортивным бальным танцам является опыт успешного участия детей в различных праздниках, который в дальнейшем помогает им в самореализации и адаптации в обществе

Литература

Для педагога

1. Гай Ховард. Техника исполнения Европейских танцев. Основные принципы. Издание 6-е. Перевод 2014 год.
2. Классический танец.
3. Материалы часть II, Спортивные танцы Бюллетень №3 (26), Москва 2002 г.
4. Пособия по технике исполнения латиноамериканских танцев: Самба, Ча-ча-ча, Румба, Джайв, Посадобль.
5. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. Санкт-Петербург, 2006 г.
6. Техника исполнения Европейских танцев. «Квик». Издание 6-е. Перевод 2014 год.
7. Техника исполнения Европейских танцев. «Медленный вальс». Издание 6-е. Перевод 2014 год.
8. Техника исполнения Европейских танцев. «Фокстрот». Издание 6-е. Перевод 2014 год.
9. Техника исполнения Европейских танцев. «Танго». Издание 6-е. Перевод 2014 год.
10. Техника исполнения Европейских танцев. «Венский вальс». Издание 6-е. Перевод 2014 год.
11. Уолтер Лерд, Техника Латиноамериканских танцев I. Москва, 2003 г.
12. Уолтер Лерд, Техника Латиноамериканских танцев II часть. Москва 2003 г.
13. Ballroom.ru

Для учащихся

<https://dancedb.ru/ballroom-dance/education/video/>

<https://maxdances.ru/uroki/uroki-balnyx-tancev>

<https://kupidonia.ru/viktoriny/viktorina-sportivnye-balnye-tantsy>

https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/testi/tiest_dlia_provierki_znaniy_vospitanniko_v_obiedinieniia_sportivnyie_bal_nyie_tan

<http://profession-dance.ru/lesson/>

https://sportschools.ru/page.php?name=balnye_tantsy

<https://yandex.ru/turbo/s/syl.ru/article/383486/balnyie-tantsyi-suschestvuyuschie-vidyi-osobennosti-zanyatiy>

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

Оценочные материалы Теоретическая часть Тест по блоку «Танцевальная азбука» 1 год обучения

Этот танец так прекрасен,
Времени он неподвластен.
Пары движутся, кружась,
А зовется танец... (Вальс.)

С тобой мы движемся по кругу,
И держишь ты меня за руку.
Но не устали мы нисколько,
Веселую танцуя... (Польку.)

Не хвалите сгоряча,
Не ругайте сгоряча —
Он в Америке родился
И зовется... (Ча-ча-ча.)

Не легко её добыть,
Надо храбрым в схватке быть.
Только тем она даётся,
До последнего кто бьётся.
(Победа)

То вприпрыжку, то вприсядку
Дети делают ...
(Зарядку)

Чувство музыкального ритма

<i>Начало года</i>	<i>Конец года</i>
Прохлопать ритмический рисунок. 3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку. 2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями. 1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога. 0 баллов – не может хлопать под музыку.	Прохлопать ритмический рисунок. 3 балла- самостоятельно выделяет сильные доли в музыке. 2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями. 1 балл- выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога. 0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.

Танцевальное творчество.

<i>Начало года</i>	<i>Конец года</i>
1.Повторить за педагогом танцевальные движения. 3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальные движения.	Исполнить танцевальную комбинацию. 3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию. 2 балла – «музыкально» исполняет

2 балла – «музыкально» исполняет танцевальные движения, допуская небольшие неточности. 1 балл – исполняет танцевальные движения, допуская значительные неточности. 0 баллов – не может выполнить танцевальные движения.	танцевальную комбинацию, допуская небольшие неточности. 1 балл – исполняет, танцевальную комбинацию при помощи педагога. 0 баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию.
--	---

Теоретическая часть

Тест по блоку «Танцевальная азбука» 2 год обучения

Обучающимся необходимо выбрать правильные варианты ответа.

Ф.И. учащегося _____

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	Какой из перечисленных танцев относится к латиноамериканской программе?	1. Рок-н-ролл 2. Танго 3. Ча-ча-ча 4. Квикстеп
2.	Какой из перечисленных танцев относится к европейской программе?	1. Рок-н-ролл 2. Румба 3. Самба 4. Медленный вальс
3.	Для чего необходима разминка на занятиях?	1. Для разогрева мышц 2. Для повторения движений 3. Для поднятия настроения 4. Для отдыха
4.	Что используют в хореографии для приветствия педагога?	1. Рукопожатие 2. Поклон 3. Разминку 4. Речь
5.	Назовите упражнения на ковриках (партер).	

Механизм оценки: Правильный ответ на каждый вопрос - 1 балл, максимум 5 баллов

Чувство музыкального ритма

<i>Начало года</i>	<i>Конец года</i>
<i>Прохлопать ритмический рисунок.</i> 3 балла – самостоятельно выполняет хлопки под музыку. 2 балла – выполняет хлопки под музыку с небольшими неточностями. 1 балл – Хлопает под музыку с помощью педагога. 0 баллов – не может хлопать под музыку.	<i>Прохлопать ритмический рисунок.</i> 3 балла- самостоятельно выделяет сильные доли в музыке. 2 балла – выделяет сильные доли в музыке с небольшими неточностями. 1 балл- выделяет сильные доли в музыке с помощью педагога. 0 баллов – не может выделить сильные доли в музыке.

Танцевальное творчество.

<i>Начало года</i>	<i>Конец года</i>
1.Повторить за педагогом танцевальную комбинацию. 3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию. 2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию, допуская небольшие неточности. 1 балл – исполняет, танцевальную комбинацию при помощи педагога 0 баллов – не может выполнить танцевальную комбинацию	1.Исполнить танцевальную композицию. 3 балла – правильно и «музыкально» исполняет танцевальную композицию. 2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную композицию, допуская небольшие неточности. 1 балл – исполняет, танцевальную композицию при помощи педагога 0 баллов – не может выполнить танцевальную композицию 2.Импровизация под музыку. 3 балла – легко и свободно импровизирует под музыку. 2 балла – не уверенно импровизирует под музыку. 1 балл – с трудом импровизирует под музыку. 0 баллов – не может импровизировать

Теоретическая часть
Тест по блоку «История танца» 3 год обучения
Обучающимся необходимо выбрать правильные варианты ответа.

Ф.И. учащегося _____

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	Какой из перечисленных танцев относится к европейской программе?	1. Венский вальс 2. Пасодобль 3. Румба 4. Ча-ча-ча
2.	Сколько танцев входит в европейскую программу?	1. 3 2. 4 3. 5 4. 10
3.	Какое движение характерно для медленного вальса?	1. Кик 2. Основное движение 3. Малый квадрат 4. Тайм-степ
4.	С какой части стопы необходимо шагать в танцах европейской программы?	1. С носка 2. С каблука 3. Всей стопой 4. С пальцев
5.	К какому танцу относится движение Нью-Йорк?	1. Самба 2. Вальс 3. Ча-ча-ча 4. Пасодобль
6.	Перечислите движения, которые входят в танец Самба.	

7.	Какой из перечисленных танцев относится к историко-бытовым?	1. Ча-ча-ча 2.Калинка-малинка 3.Полонез 4. Хип-хоп
8.	Подчеркните танцы латиноамериканской программы	1.Самба 2.Танго 3.Джайв 4.Вальс 5.Ча-ча-ча
9.	Где находится правая рука партнера в паре?	1.На талии 2.На плече 3.На лопатке 4.На руке
10.	Продолжи фразу: «Медленно, медленно, быстро, быстро, быстро – так считают в танце.....»	

Механизм оценки: Правильный ответ на каждый вопрос - 1 балл, максимум 10 баллов

Теоретическая часть

Тест по блоку «История танца» 4 год обучения

Обучающимся необходимо выбрать правильные варианты ответа.

Ф.И. учащегося _____

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	Расположение руки партнера во время исполнения танго?	а) на лопатке б) на талии в) на середине спины г) на шее
2.	Что такое открытый импитус?	а) движение танца Ча-ча-ча б) движение танца Квикстеп в) движение танца Румба
3.	Чем отличается Медленный вальс от Венского?	а) ритмом б) положением в паре в) построением по линии танца г) костюмами.
4.	Какой счет характерен для танца Самба?	а) раз, два, три б) три, четыре, пять в) медленно, медленно, быстро, быстро г) раз и два
5.	В какой стране появился танец Джайв?	а) в Англии б) в Бразилии в) в США г) в России
6.	К какому танцу относится движение «Ветряная мельница»?	а) квикстеп б) румба в) самба г) джайв.

7.	Максимальная длительность исполнения вариации танца на паркете во время конкурса?	а) 1 минута б) 2 минуты в) 3 минуты г) 4 минуты
----	---	--

Теоретическая часть

Тест по блоку «История танца» 5 год обучения

Обучающимся необходимо выбрать правильные варианты ответа.

Ф.И. учащегося _____

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	«Баунс» - это ...?	а) Движение Самбы б) Пружина в коленях в) Работа бедер г) Прыжок
2.	В каких танцах не встречаются роки (зачеркни лишнее)?	а) Самба б) Джайв в) Танго г) Медленный вальс
3.	Где находится «Центр» у танцора?	а) В ногах б) В руках в) В области брюшного пресса г) В лопатках
4.	Назовите музыкальный размер танца Танго?	а) 3\4 б) 4\4 в) 2\4;
5.	Из скольки частей состоит Пасодобль?	а) 3 б) 4 в) 2 г) 5
6.	Какой из перечисленных танцев европейской программы не входит в программу D класса?	а) фокстрот б) танго в) венский вальс г) медленный вальс.

Теоретическая часть

Тест по блоку «История танца» 6 год обучения

Обучающимся необходимо выбрать правильные варианты ответа.

Ф.И. учащегося _____

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов
1.	Сколько танцев должны знать танцоры, имеющие класс танцевального мастерства D?	а) 8 б) 10 в) 6 г) 4
2.	К какому из перечисленных танцев	а) Самба

	относится движение V-6?	б) Танго в) Квикстеп г) Джайв.
3.	Как переводится с английского языка движение латиноамериканского танца Чача-ча «Чейс»?	а) Охота, преследование б) Раскручивание в) Поворот г) Фихтование
4.	Как расшифровывается аббревиатура ПП?	а) Положение пары б) Правый поворот в) Променадная позиция г) Полу-поворот
5.	Какие бывают разновидности джайва? (зачеркни лишнее).	а) Классический б) Свинговый в) Рок-н-рольный г) Акробатический д) Меренговый.
6.	Движения Танго? (зачеркни лишнее)	а) Фор-степ б) Баунс в) Хлыст г) Тайм-степ.
7.	Что такое формейшен?	
8.	Напиши, что развивает в человеке спортивно-бальный танец?	

№ п/п	Ф.И.обучающего	Европейская программа			Латиноамериканская программа			Общее количество баллов
		Знание схем и фигур	Владение элементами танца	Эмоциональная выразительность	Знание схем и фигур	Владение элементами танца	Эмоциональная выразительность	