

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«ДРУГАЯ ШКОЛА»

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора

ООО «Другая школа»

«26» 08 2025 г. № 5

Директор

МП



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА

**«СПОРТИВНО-БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ»**

возраст воспитанников: 6-10 лет  
срок реализации: 36 учебных недель  
наполняемость группы: 12 человек

Автор-составитель:  
Чукавина Екатерина Владимировна,  
педагог дополнительного образования

Ижевск, 2025 год

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивно-бальные танцы» (далее - программа) составлена на основании следующих нормативных документов: Федеральным законом РФ от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Уставом ООО «Другая школа»; Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе педагога дополнительного образования ООО «Другая школа».

**Направленность (профиль) программы:** художественный.

**Уровень программы:** базовый.

**Актуальность программы** обусловлена, как популярностью современных танцевальных направлений, так и общественной потребностью в грамотной социально-ориентированной подаче соответствующего материала.

Современные танцевальные направления, появившиеся во второй половине XX — начале XXI века ещё совсем недавно считались лишь частью уличной, либо клубной (в зависимости от места зарождения и исполнения) молодежной субкультуры. С помощью танцев молодёжь могла выражать себя, общаться, реализовывать свой творческий потенциал и стремление к физической красоте и совершенствованию своего тела.

В настоящее время многими специалистами современные танцевальные направления рассматриваются, как полноценная составляющая часть хореографического искусства. На сценах и площадках различного уровня делаются постановки на основе и с использованием техник и приемов современных танцевальных направлений.

Отсюда возникает потребность в правильной, грамотной подаче материала, связанного с изучением современных танцевальных направлений, с опорой не только на их хореографические особенности, но и на основах физической культуры.

**Отличительной особенностью программы** является то, что программа способствует всестороннему раскрытию и реализации природного творческого

потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива, социума.

Занятия спортивными балльными танцами помогут детям в будущем, кем бы они ни стали и какую бы профессию не выбрали. Занимаясь танцами, ребята становятся эмоционально богаче, у них появляется постоянный источник радости и возможность для самоутверждения, они становятся физически сильнее и выносливей. А получив хореографические навыки, воспитанники начинают ощущать необходимость в дальнейшем самосовершенствовании и самоутверждении.

Одним из главных результатов занятий должны стать легкость и уверенность ребят при общении с окружающими их людьми.

**Педагогические принципы**, реализуемые в программе:

- Принцип наглядности и доступности. Обучение строится от простого к сложному, с опорой на зрительное и чувственное восприятие.

- Принцип систематичности и последовательности. Материал подается логично выстроенной системе, где каждое новое знание или навык базируется на предыдущем.

- Принцип сознательности и активности. Вовлечение ребенка в активный познавательный процесс, стимулирование его интереса и понимания того, что он делает и зачем.

- Принцип индивидуализации и дифференциации. Учет индивидуальных особенностей, уровня подготовки, возраста, физических данных и темпа развития каждого ребенка.

- Принцип коллективизма и партнерства. Развитие навыков взаимодействия, сотрудничества и работы в команде.

- Принцип здоровьесбережения. Обеспечение безопасности занятий, сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

**Адресат программы:** программа предназначена для детей 6-10 лет.

**Формы организации образовательного процесса:** индивидуальные, парные, в малых группах, групповые.

**Методы обучения.** Для успешной реализации данной программы используются современные методы работы, которые помогают сформировать у учащихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

- Словесные методы: описание, объяснение, рассказ. Применяется на всех занятиях для объяснения правильности исполнения элементов, при разборе ошибок в технике исполнения.

- Метод наглядной демонстрации: показ танцевальных движений, упражнений, демонстрация различных наглядных пособий, просмотр видео фильмов, фотографий.

- Практический метод: отработка техники исполнения танцевальных движений является основой изучения материала данной программы. Этот метод используется на каждом занятии в целях наглядности изучаемого материала.

**Тип занятий:** теоретический (изучение и первичное закрепление новых знаний и способов деятельности); практический (закрепление знаний, выработка умений и навыков по их применению); комбинированный (усвоение умений самостоятельно в комплексе применять знания, умения и навыки, осуществлять их перенос в новые условия).

Для достижения поставленных целей наиболее целесообразными являются различные **формы занятий:** беседы, практические занятия, показательные выступления, соревнования.

**Объём программы:** программа рассчитана на 36 часов.

**Срок освоения программы:** учебный год.

**Режим занятий:** одно занятие в неделю по 1 академическому часу.

**Виды и периодичность контроля:** входной, промежуточный и итоговый (тестирование, открытое занятие, соревнования).

## 2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** удовлетворение индивидуальных потребностей воспитанников в художественно-эстетическом развитии и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового образа жизни и укрепление здоровья, а также содействие в организации свободного времени воспитанников и их социальной адаптации.

### **Задачи:**

- овладение танцевальными формами на основе учебной программы;
- изучение эстетики танца;
- изучение стандартных конкурсных танцев;
- изучение терминологии, принятой в хореографии, и, конкретно, в области спортивно-бальных танцев;
- знакомство с историей спортивно-бальных танцев в России и за рубежом;
- знакомство с правилами участия в танцевальных соревнованиях;
- формирование правильной красивой осанки;
- развитие индивидуальных творческих способностей;

- развитие физических возможностей: координации, пластики, растяжки, выразительного жеста, скорости, силы, чувства ритма и пр.;

- развитие и совершенствование танцевальных навыков: ведение, станцованность, взаимодействие в паре и коллективе; навыков создания образа танца, постижение артистизма и энергетики;

- развитие эстетического вкуса и любви к искусству хореографии (в области спортивно-бальных танцев);

- воспитание эстетического вкуса, исполнительской культуры, эмоционально-ценностного отношения к окружающему миру, к искусству, к природе, к чужому труду, национальной и мировой культуре.

### 3. Содержание программы

#### Учебно-тематический план

№ п/п темы, раздела	Наименование разделов и тем	Кол-во часов, всего	Количество часов		Формы контроля
			Теория	Практика	
<b>Раздел 1. Введение</b>					
1.1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Беседа, тестирование
1.2	Азбука музыкального движения	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
<b>Раздел 2. Танец «Медленный вальс»</b>					
2.1	Особенности и специфика исполнения медленного вальса	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
2.2	Изучение основных движений медленного вальса	3	-	3	Практическая и самостоятельная работа
2.3	Открытое занятие «Танец «Медленный вальс»	1	-	1	Открытое занятие
<b>Раздел 3. Танец «Ча-ча-ча»</b>					
3.1	Особенности и специфика исполнения танца «ча-ча-ча»	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
3.2	Изучение основных движений танца «ча-ча-ча»	3	-	3	Практическая и самостоятельная работа
3.3	Открытое занятие «Танец «Ча-ча-ча»	1	-	1	Открытое занятие
<b>Раздел 4. Танец «Квикстеп»</b>					
4.1	Особенности и специфика исполнения танца «квикстеп»	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
4.2	Изучение основных движений танца «квикстеп»	3	-	3	Практическая и самостоятельная работа
4.3	Открытое занятие «Танец «Квикстеп»	1	-	1	Открытое занятие
<b>Раздел 5. Танец «Самба»</b>					

5.1	Особенности и специфика исполнения танца «самба»	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
5.2	Изучение основных движений танца «самба»	3	-	3	Практическая и самостоятельная работа
5.3	Открытое занятие «Танец «Самба»	1	-	1	Открытое занятие
<b>Раздел 6. Танец «Венский вальс»</b>					
6.1	Особенности и специфика исполнения танца «венский вальс»	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
6.2	Изучение основных движений танца «венский вальс»	3	-	3	Практическая и самостоятельная работа
6.3	Открытое занятие «Танец «Венский вальс»	1	-	1	Открытое занятие
<b>Раздел 7. Танец «Джайв»</b>					
7.1	Особенности и специфика исполнения танца «джайв»	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
7.2	Изучение основных движений танца «джайв»	3	-	3	Практическая и самостоятельная работа
7.3	Открытое занятие «Танец «Джайв»	1	-	1	Открытое занятие
<b>Раздел 8. Подведение итогов обучения</b>					
8.1	Техническая подготовка	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
8.2	Постановочная и репетиционная работа	1	-	1	Практическая работа
8.3	Соревнования	1	0,5	0,5	Беседа, практическая работа
8.4	Итоговое занятие	1	-	1	Учебно-тренировочные соревнования
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	

## 4. Содержание учебно-тематического плана

### Раздел 1. Введение

#### Тема 1.1. Вводное занятие.

Теория. Инструктаж по технике безопасности в хореографическом зале; беседа «Структура тренировочного занятия»; постановка целей и задач программы; обсуждение результатов обучения. Входная диагностика практических и организационных навыков и личностных качеств воспитанников методом тестирования, беседы.

Практика. Исполнение элементов каждого из разделов тренировочного занятия.

Тестирование.

#### Тема 1.2. Азбука музыкального движения.

Теория. Беседа «Значение музыки в танце. Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4. Контрастность музыки: быстрая – медленная, веселая – грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие. Логика поворота вправо и влево. Соотношение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.»

Практика. Практическая работа «Выполнение произвольных движений, передающих характер музыкального произведения. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижение на углах, с прыжком (вправо, влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижении по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт (по 5-6 человек на углах и в центре круга в шеренгу). Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Выделение сильной доли».

## **Раздел 2. Танец «Медленный вальс»**

### **Тема 2.1. Особенности и специфика исполнения медленного вальса.**

Теория. Сведения о медленном вальсе: история, темп, ритм. Линия танца. Танцевальная роза ветров. Положение партнёра и партнёрши в паре. Положения рук и ног стоя по одному. Понятие терминов: ППДК и ПДК. Понятие о балансе.

Практика. Практическая работа по отработке начальных позиций, положений «Музыкальный ритм. Форма тела, постановка рук, головы».

### **Тема 2.2. Изучение основных движений медленного вальса.**

Практика. Позиция рук, ног. Изучение вальсовой разминки: медленные подъемы, снижения, снижения с выносом поочередно ног в перед, снижения с выносом ноги в правую и левую сторону. Изучение работы стоп и коленей, переката в стопе, переноса тела с одной ноги на другую («качелька» вправо, влево, вперед, назад). Изучение техники танцевальных элементов: закрытые перемены с правой ноги, с левой ноги на месте и по линии танца, квадрат, пол правого поворота, правый поворот, поступательное шассе, левый поворот по одному и в паре. Изучение несложной танцевальной связки: 1) Правый поворот, закрытая перемена с правой ноги, левый поворот; 2) Правый поворот, закрытая перемена с правой ноги, поступательное шассе вправо.

### **Тема 2.3. Открытое занятие «Танец «Медленный вальс».**

Практика. Открытое занятие. Работа над исполнительским мастерством в танце. Просмотр изученной танцевальной связки. Работа как соло, так и в паре.

## **Раздел 3. Танец «Ча-ча-ча»**

### **Тема 3.1. Особенности и специфика исполнения танца «ча-ча-ча».**

Теория. Особенности и специфика исполнения латиноамериканских танцев. Сведения о танце «ча-ча-ча»: история, темп, ритм. Положения рук и ног стоя в паре и по одному.

Практика. Практическая работа по отработке начальных позиций, положений «Музыкальный ритм. Форма тела, постановка рук, ног, головы».

### **Тема 3.2. Изучение основных движений танца «ча-ча-ча».**

Практика. Главная особенность танца. Перенос веса тела с одной ноги на другую. Баланс. Изучение техники танцевальных элементов: тайм-степ, основное движение, открытое основное движение, плечом к плечу, Нью-Йорк раскрытие, рука к руке, спот-поворот, поворот под рукой. Изучение несложной танцевальной связки: 1) закрытое основное движение, тайм-степ, поворот под рукой влево; 2) Нью-Йорк, тайм-степ, спот поворот.

### **Тема 3.3. Открытое занятие «Танец «Ча-ча-ча».**

Практика. Открытое занятие. Работа над исполнительским мастерством в танце. Просмотр изученной танцевальной связки. Работа как соло, так и в паре.

## **Раздел 4. Танец «Квикстеп»**

### **Тема 4.1. Особенности и специфика исполнения танца «Квикстеп».**

Теория. Сведения о танце «Квикстеп»: «быстрый фокстрот», история (происхождение от фокстрота и чарльстона), темп, ритм. Положения рук и ног.

Практика. Практическая работа по отработке начальных позиций, положений «Музыкальный ритм. Форма тела, постановка рук, ног, головы».

### **Тема 4.2. Изучение основных движений танца «Квикстеп».**

Практика. Изучение музыкального размера 4/4, быстрого темпа (50-52 такта в минуту) и акцентов на первый и третий удары. Базовые принципы движения: Позиция в паре (Hold): Правильное ведение/следование, рамка, контакт. Работа стоп и корпуса: Легкость и подвижность стоп, контроль над центром тяжести, вертикальный подъем (rise and fall). Продвижение по линии танца (Line of Dance): Умение занимать пространство зала, избегать столкновений. Базовые шаги: Основной шаг (Basic Movement), Прогрессивные шаги (Progressive Steps). Шассе: Различные виды шассе (Chasse, Forward Chasse, Side Chasse), как ключевой элемент быстрого перемещения. Повороты: Четвертные повороты (Quarter Turns), Натуральный и Обратный повороты (Natural and Reverse Turns).

### **Тема 4.3. Открытое занятие «Танец «Квикстеп».**

Практика. Открытое занятие. Работа над исполнительским мастерством в танце. Просмотр изученной танцевальной связки. Работа как соло, так и в паре.

## **Раздел 5. Танец «Самба»**

### **Тема 5.1. Особенности и специфика исполнения танца «Самба».**

Теория. Особенности и специфика исполнения латиноамериканских танцев. Сведения о танце «Самба»: история, темп, ритм. Положения рук и ног стоя в паре и по одному.

Практика. Практическая работа по отработке начальных позиций, положений «Музыкальный ритм. Форма тела, постановка рук, ног, головы».

### **Тема 5.2. Изучение основных движений танца «Самба».**

Практика. Самба-баунс. Изучение техники танцевальных элементов: натуральное основное движение (на основе bounce движений), обратное основное движение, прогрессивное основное движение, квадрат, самба виски вправо, влево, стационарный самба-ход, променадный самба-ход, боковой самба-ход, ботафого. Изучение несложной танцевальной связки: 1) прогрессивное основное движение, натуральное основное движение, саба виск вправо; 2) Ботафого в продвижении с левой ноги, натуральное основное движение, прогрессивное основное движение.

### **Тема 5.3. Открытое занятие «Танец «Самба».**

Практика. Открытое занятие. Работа над исполнительским мастерством в танце. Просмотр изученной танцевальной связки. Работа как соло, так и в паре.

## **Раздел 6. Танец «Венский вальс»**

### **Тема 6.1. Особенности и специфика исполнения танца «Венский вальс».**

Теория. Краткий обзор истории венского вальса, его эволюция, связь с классической музыкой (Штраус, Чайковский). Особенности поведения при исполнении венского вальса на балах и соревнованиях. Основные названия фигур и позиций.

Практика. Практическая работа по отработке начальных позиций, положений «Музыкальный ритм. Форма тела, постановка рук, ног, головы».

### **Тема 6.2. Изучение основных движений танца «Венский вальс».**

Практика. Изучение музыкального размера 3/4, акцента на первом счете каждого такта, умение слышать музыку и двигаться в такт. Базовые принципы движения: Позиция в паре (Hold): Плотная, но эластичная рамка, правильное положение корпуса, контакт в области солнечного сплетения. Работа стоп и корпуса: Техника подъемов и опусканий (rise and fall) – очень мягкая и плавная, в отличие от медленного вальса. Движение начинается с шага и переходит во вращение. Маятникообразное движение: Ощущение движения из центра, без резких толчков. Продвижение по линии танца (Line of Dance):

Освоение траектории движения по залу (по кругу). Базовые шаги: Подготовительные движения, шаги на месте. Натуральный поворот (Natural Turn): Вращение по часовой стрелке. Является основой танца. Отработка входа и выхода из фигуры, поддержание баланса. Обратный поворот (Reverse Turn): Вращение против часовой стрелки. Смена направления (Change of Direction): Фигура, позволяющая перейти с натурального поворота на обратный и наоборот.

### **Тема 6.3. Открытое занятие «Танец «Венский вальс».**

Практика. Открытое занятие. Работа над исполнительским мастерством в танце. Просмотр изученной танцевальной связки. Работа как соло, так и в паре.

## **Раздел 7. Танец «Джайв»**

### **Тема 7.1. Особенности и специфика исполнения танца «Джайв».**

Теория. Происхождение джайва от джиттербага и других стилей свинга. Понимание игривого, живого и непринужденного характера танца.

Практика. Практическая работа по отработке начальных позиций, положений «Музыкальный ритм. Форма тела, постановка рук, ног, головы».

### **Тема 7.2. Изучение основных движений танца «Джайв».**

Практика. Отработка характерной для джайва "прыгучей" (bouncy) техники и базовых шагов. Базовые принципы движения: Позиция в паре: Более свободная позиция, чем в стандарте, с акцентом на активное взаимодействие рук и корпуса. Работа ног: Движения выполняются легко, с носка, колени слегка согнуты и подвижны. Акцент на "качающемся" движении бедер. "Рок-степ" (Rock Step): Фундаментальный элемент, состоящий из шага назад и возвращения веса вперед на счет 1-2. "Шассе" (Chasse / Тройной шаг): Быстрые приставные шаги влево и вправо (3-а-4, 5-а-6), выполняемые с пружинящим ритмом. Базовый джайв (Basic Movement): Комбинация рок-степа и шассе. Смена мест (Change of Places): Базовая фигура для перемещения партнеров относительно друг друга. Поворот под рукой (Under Arm Turn / Lady: Under Arm Turn): Вращение партнерши под рукой партнера. "Фаллавей рок" (Fallaway Rock): Фигура с разворотом спиной друг к другу. "Американские спины" (American Spins): Серия быстрых вращений.

### **Тема 7.3. Открытое занятие «Танец «Джайв».**

Практика. Открытое занятие. Работа над исполнительским мастерством в танце. Просмотр изученной танцевальной связки. Работа как соло, так и в паре.

## **Раздел 8. Подведение итогов обучения**

### **Тема 8.1. Техническая подготовка.**

Теория. Беседа «Спортивно-бальные танцы как вид спорта. Терминология. Постановка баланса. Техника выполнения базовых танцевальных фигур».

Практика. Практическая работа «Основные положения рук, ног, туловища. Работа стопы в европейских и латиноамериканских танцах. Постановка баланса (устойчивость, равновесие, сила, гибкость нижних конечностей). Противодвижения корпуса. Наклоны».

### **Тема 8.2. Постановочная и репетиционная работа.**

Практика. Практическая работа «Понятие художественного образа и его составляющих в произведениях хореографии. Осмысление задач по воплощению содержания композиции танца. Работа над техническим совершенствованием движений. Знакомство с чувством ансамбля, точностью и слаженностью действий. Развитие мимики, жестов, общения друг с другом. Понятие качества исполнительских навыков. Развитие чувства танца, пластики, легкости исполнения, силы и грации. Воспитание чувства ответственности и положительного отношения к репетиционному процессу. Подготовка ребят к собранности на сводных репетициях. Концертные выступления как итог подготовительной репетиционной работы. Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом, как достижений, так и недочетов».

### **Тема 8.3. Соревнования.**

Теория. Беседа «Соревнования в спорте. Классификация соревнований по спортивным бальным танцам. Требования к костюму, обуви».

Практика. Практическая и самостоятельная работа, подготовка к итоговому занятию.

### **Тема 8.4. Итоговое занятие.**

Практика. Выступление на учебно-тренировочных соревнованиях (танцевальная композиция продолжительностью 1,5 минуты выполняется под музыкальное сопровождение и включает в себя базовые элементы, освоенные в учебном году).

## **5. Планируемые образовательные результаты**

### **1. Личностные.**

Дети получают возможность для формирования:

- активности;
- упорства в достижении цели;
- навыков работы в группе;
- понимания ценность здоровья;
- исполнительности, трудолюбия, аккуратности;
- потребности и навыков коллективного взаимодействия через вовлечение в общее творческое дело;

- осознания важности работы в коллективе, где результат добивается путем совместных усилий, а не личным интересом.

## **2. Метапредметные.**

Дети получают возможность научиться:

- проявлять фантазию, воображение;
- работать индивидуально, в паре и в группе;
- проявлять заинтересованность в творческой деятельности, как в способе самопознания;
- оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

## **3. Предметные.**

По итогам учебного года воспитанники будут:

- владеть выразительным языком жестов, основами актёрского мастерства, навыками профессионального исполнения танцевальных движений и спортивных элементов;
- четко представлять, что такое спортивные бальные танцы, из чего они состоят, сколько программ, сколько танцев составляют спортивные бальные танцы.
- легко ориентироваться в пространстве, свободно перестраиваться из линии в колонны, из колонны в круг, знать, как проходит линия танца и т.д.;
- правильно распределять свои силы и дыхание во время разминки, овладеют основными приемами, позволяющими полностью разогреть мышцы тела, для подготовки к основной части занятия;
- самостоятельно исполнять выученные танцевальные элементы европейской программы: переменки с правой ноги на месте, по линии танца, квадрат, полправого поворота;
- самостоятельно исполнять выученные танцевальные элементы латиноамериканской программы: маятник вперед, назад, вправо, влево, квадрат, самба, виск вправо, влево, основной шаг.



## 7. Условия реализации программы

**Материально-техническое обеспечение.** Для организации работы детского объединения по данной программе предполагается наличие:

- танцевальный зал с зеркалами и паркетным покрытием;
- технические средства обучения (музыкальный центр, аудио, видеоматериалы, видеоаппаратура для проведения открытых занятий, праздников, конкурсов, фестивалей, соревнований);
- музыкальный инструмент;
- станки – для экзерсиса;
- гимнастические коврики;
- скамейки;
- учительский стол, стулья.
- ноутбук для работы с Интернет-ресурсами.

Гигиенические требования к проведению занятия: температурный режим; размещение в зоне зеркал гимнастических поручней; тренировочная воздухопроницаемая одежда; специальная обувь, поддерживающая амортизационную функцию стопы.

**Учебно-наглядные пособия.** Методические комплексы, состоящие из: информационного материала, методических разработок и планов конспектов занятий; методических указаний и рекомендаций к практическим занятиям.

1. Учебные и методические пособия:

- учебники и методические пособия по европейским танцам,
- учебники и методические пособия по латиноамериканским танцам.

2. Видеоинформация:

- лекции, мастер-классы, конгрессы, семинары и другая учебная видеоинформация;
- видеоинформация по соревнованиям, фестивалям, конкурсам, концертам, показательным выступлениям.

**Кадровое обеспечение:** программа реализуется специалистом, имеющим высшее педагогическое хореографическое образование.

**Формы аттестации:** наблюдение педагога, участие в учебно-тренировочных соревнованиях, заполнение диагностической карты.

## 8. Оценочные материалы

Диагностическая карта определения уровня сформированности результатов обучения по программе представлена в Приложении 1.

## 9. Методические материалы

Учебно-методический комплект включает:

1. Схемы и описания танцевальных фигур: подробные пошаговые инструкции и схемы базовых и сложных элементов европейской (Standard) и латиноамериканской (Latin) программ.
2. Аудио- и видеоматериалы: Музыкальные сборники для тренировок с указанием темпа и ритма для каждого танца (вальс - 3/4, ча-ча-ча - 4/4 и т.д.). Видеозаписи мастер-классов, эталонного исполнения танцев ведущими танцорами, обучающие видеоуроки.
3. Иллюстративные материалы: плакаты с изображением правильных позиций корпуса, рук и ног, основных танцевальных позиций в паре.
4. Теоретические материалы: краткая история возникновения бальных танцев, информация о стилях, выдающихся танцорах, правилах этикета на паркете.
5. Методические пособия по подготовке к соревнованиям: советы по выбору танцевальных композиций, психологической подготовке спортсменов, правилам поведения на паркете.

*Краткое описание общей методики работы.* Курс рассчитан на изучение материала под контролем педагога с обязательным освоением основных навыков и приёмов практической работы, соблюдением всех правил техники безопасности. Занятия носят характер теоретических и практических занятий. Основной упор сделан на практические занятия, в ходе которых воспитанники приобретают устойчивые навыки работы.

Приемы работы:

- стимулирование познавательной деятельности;
- формирование опыта эмоционально-ценностных отношений у воспитанников, интереса к деятельности и позитивному поведению, долга и ответственности;
- приемы контроля: тестирование, опрос, беседа;
- создание положительной мотивации у воспитанников.

Эмоциональные: ситуация успеха, поощрение и порицание, удовлетворение желания быть значимой личностью.

Волевые: формирование ответственного отношения воспитанников к получению знаний.

Социальные: создание ситуаций взаимопомощи, заинтересованность в результатах коллективной работы.

Познавательные: опора на субъективный опыт ребенка, решение творческих задач, создание проблемных ситуаций.

Познавательное значение программы усиливается за счет систематического проведения бесед о спортивных танцах, выездов на соревнования, совместных посещений концертов.

## 10. Рабочая программа воспитания

**Направление воспитания:** духовно- нравственное.

**Цель программы:** развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государств; формирование у воспитанников чувства патриотизма, гражданственности.

**Задачи программы:**

- создание психологически комфортного культурно-образовательного пространства для всестороннего развития личности ребенка;
- приобретение социального опыта детьми;
- развитие познавательных, коммуникативных и эмоциональных способностей, характерных для возраста ребёнка;
- развитие личности ребёнка в единстве его эмоционально-личностных, познавательных и поведенческих качеств;
- усвоение воспитанниками знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);

**Ожидаемые результаты:**

- развиты навыки включения ребёнка в интеллектуально-познавательную, творческую, общественно-полезную, художественно-эстетическую, игровую деятельность;
- сформированы навыки духовно-нравственной культуры, уважения своей семьи, своего народа.
- сформированы навыки оценки поступков с позиции их соответствия нравственным нормам, осознание ответственности за свои поступки.
- сформированы навыки эмпатии, доброжелательности, проявления сопереживания, готовности оказать помощь другому человеку, неприятия поведения, причиняющего физический и моральный вред окружающим людям.

### Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Модуль	Мероприятия	Сроки
-------	--------	-------------	-------

	воспитательной работы		проведения
1	Медиа	Школьный медиацентр: Музыка, объявления, информационные сообщения	В течение года
		Проект «Школьное радио»	Каждая среда
2	Музей	Экспедиция в культуру: «Купеческий Сарапул. В гости к рыжей девочке»	Октябрь
		Урок в обсерватории ДТЮ 4 класс Экспедиция в Лудорвай. Масленица Экспедиция в Варяжскую Дружину. Краеведческий музей им. К.Герда. Урок в музее о ВОВ Экспедиция в Воткинск в «Музей П.И.Чайковского» - 2 к. Экспедиция в Елабугу – 3 и 4 классы	Ноябрь Февраль Март Май
3	Театр	<b>«Театральное закулисье»:</b> Кукольный театр – 1 класс Удмуртский драматический театр – 2 класс Театр Оперы и балета – 2 класс Театр для детей «Шурум-Бурум» - 3 класс Цирк – 4 класс	Ноябрь
		<b>«Театральный Ижевск»</b> Балет «Щелкунчик» ТОиБ Театр «Молодой человек» Спектакль «Цветик-семицветик»	декабрь январь
4	Спортивный клуб	Спартакиада Осенняя / Турслет Зимний поход в «ТАУ» Лыжная эстафета Семейный спортивный праздник «Будь здоров!» Спартакиада Весенняя	Сентябрь Декабрь Январь Апрель Май

## 11. Список литературы

Список литературы, используемой педагогом

1. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе / Пер. с англ. С.Ю. Бардиной. – М: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2014. – 141 с.
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии: книга / Т. Барышникова. – М.: «Айрис пресс», 2018. – 264 с.
3. Кауль, Н. Как научиться танцевать: учебник / Н. Кауль. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2015. – 339 с.
4. Мур, А. Бальные танцы: учебник /А. Мур; перевод с англ. С. Ю. Бардиной. – М: ООО «Издательство АСТ», 2016. – 319 с.

5. Озолин, Н.Г. Настольная книга педагога / Н.Г. Озолин. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2017. – 864 с.

6. Хаас, Ж.Г. Анатомия танца: книга / Ж.Г. Хаас; пер. с англ. С.Э. Борич. – Минск: «Попурри», 2018. – 200 с.

Список литературы, рекомендуемой для детей и родителей

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии: книга / Т. Барышникова. – М.: «Айрис пресс», 2000. – 264 с.

2. Кауль, Н. Как научиться танцевать: учебник / Н. Кауль. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2004. – 339 с.

## Приложение 1

### Диагностическая карта определения уровня сформированности результатов обучения по программе

Усвоение воспитанниками программного материала отслеживается в ходе проведения следующего контроля:

- *Входной контроль*. Проводится в начале каждого учебного года для оценки исходного уровня знаний обучающихся перед началом образовательного процесса. Проходит в форме беседы, тестирования.

- *Текущий контроль*. Проводится в течение всего срока реализации программы (по окончании изучения темы программы). Проходит в форме открытого занятия.

- *Итоговый контроль*. Проводится в конце обучения (полного курса обучения по программе) в форме учебно-тренировочных соревнований по спортивно-бальным танцам.

Для контроля и отслеживания результатов освоения программы в каждом разделе предусмотрен *диагностический инструментарий*, который помогает педагогу оценить уровень и качество освоения учебного материала.

<i>Время проведения</i>	<i>Цель проведения</i>	<i>Форма аттестации, контроля; оценочные материалы</i>
<i>Входной контроль</i>		
В начале учебного года	Определение общего уровня развития ребёнка	Тестирования двигательных качеств
<i>Текущий контроль</i>		
По итогам изучения темы	Направлен на закрепление практического материала по изучаемым танцам	Открытое занятие в форме показательных выступлений
<i>Итоговый контроль</i>		
В конце года	Выявление уровня усвоения учащимися программного материала, соответствие прогнозируемым результатам программы. Выдача свидетельств о прохождении программы	Учебно-тренировочные соревнования по спортивно-бальным танцам

*Диагностические материалы*: высокий уровень – 3 балла, средний уровень – 2 балла, низкий уровень – 1 балл.

<i>Критерии</i>	<i>Низкий уровень</i>	<i>Средний уровень</i>	<i>Высокий уровень</i>
Освоение детьми содержания образования.	имеет слабые умения и навыки в хореографии, отсутствует умение правильно исполнять движения.	имеет отдельные умения и навыки в хореографии, умеет правильно исполнять движения.	имеет четкие теоретические умения и навыки, умеет правильно исполнять движения в танцах.

Детские практические и творческие достижения.	не активен, выполняет работы только по конкретным заданиям педагога.	проявляет интерес к деятельности, настойчив в достижении цели, проявляет активность на определенных этапах работы.	проявляет активный интерес к деятельности, стремится к самостоятельной творческой активности, занимается дома, оказывает помощь другим, активно участвует в различных мероприятиях, конкурсах.
Характер отношений в коллективе.	неактивен, отказывается общаться с товарищами.	не склонен к конфликту, но и не стремится к общению с товарищами.	доброжелателен в коллективе, стремится оказать помощь, поделится идеями с другими учащимися, проявляет желание участвовать в коллективных работах.

### **Оценочные материалы**

#### **Входной контроль**

Цель проведения: определение общего уровня развития ребёнка.

Форма: тестирование

#### **Упражнение для определения равновесия «ЦАПЛЯ»**

Тест для определения равновесия «ЦАПЛЯ» выполняется следующим образом.

И.П. – стойка на правой (левой) ноге, колено левой (правой) развёрнуто в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги. Руки вперёд ладонями книзу.

**Критерии оценивания (сек):** по команде воспитанник должен закрыть глаза и сохранять неподвижное положение максимальное количество времени. Включается секундомер. Как только начинали наблюдаться небольшие колебания движения, секундомер останавливали. Чем дольше сохраняется равновесие, тем лучше результат.

#### **Упражнение для определения способности к асимметричным согласованным движениям**

И.П. – Стоя, стопы ног в VI позиции. Взгляд перед собой. Руки разведены в стороны ладонями в пол.

1 – сгибание рук в локтевых суставах, ладонями к себе. В ногах – plie (приседание, сгибание коленей);

2 – опустить оба локтя вниз ладонями вверх. Колени выпрямить.

3 – поднять обе руки наверх. Ладони наверху параллельны друг, другу. В ногах – plie.

4 – разогнуть колени, руки развести в стороны, ладонями параллельно в пол.

**Критерии оценивания** (в баллах):

«3» балла – упражнение выполнено без ошибок;

«2» балла – при одном нарушении последовательности, нарушении ритма;

«1» балл – сбой в темпе, последовательности движения.

#### **Упражнение на освоение нового движения**

И.П. – встать прямо, стопы по VI позиции, руки опущены вдоль туловища.

1 – поднять правое плечо вверх, левое вниз;

2 – опустить плечи вперед;

3 – поднимаем левое плечо вверх;

4 – оба плеча отвести назад.

И тоже, в обратном направлении.

1 – поднять левое плечо вверх, правое вниз;

2 – опустить плечи вперед;

3 – поднимаем правое плечо вверх;

4 – оба плеча отвести назад.

**Критерии оценивания** (сек): педагог показывает движение один раз, включается секундомер. Воспитанник должен повторить его за короткий промежуток времени.

Чем меньше количества времени потрачено на освоение нового движения, тем выше координационные способности испытуемого.

#### **Текущий контроль**

Цель проведения: закрепление практического материала по изучаемым танцам.

Форма: открытое занятие

Открытое занятие в форме показательных выступлений, в котором каждый ребёнок исполняет танец за определенное количество времени.

№ п/п	Критерии оценивания	Баллы		
		1	2	3
1.	Освоил теоретический материал по разделу программы: классический танец			
2.	Освоил теоретический материал по разделу программы: современный танец			
3.	Освоил практический материал по разделу программы: европейская и латиноамериканская программа			
4.	Знает отличительные особенности элементов европейских и латиноамериканских танцев			
5.	Научился использовать полученные на занятиях знания в практической деятельности			
6.	Научился самостоятельно выполнять творческие задания			

7.	Научился взаимодействовать с детьми в процессе исполнения коллективных танцев			
8.	Научился чувствовать музыкальный ритм, вести музыкальный счет			
9.	Знает последовательность движений в каждом танце			

**Диагностические материалы:** Высокий уровень – 27-25 баллов. Средний уровень – 24-20 балла. Низкий уровень – ниже 19 баллов.

### **Итоговый контроль**

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

Форма: учебно-тренировочные соревнования

Учебно-тренировочные соревнования, в котором каждый ребёнок исполняет танец за определенное количество времени.

### **Примерный репертуар:**

1. Медленный вальс
2. Квикстеп
3. Самба
4. Ча-ча-ча
5. Венский вальс
6. Джайв

**Критерии оценивания:** освоение детьми содержания образования, детские практические и творческие достижения, характер отношений в коллективе, где:

- высокий - имеет четкие теоретические умения и навыки, умеет правильно исполнять движения в танцах; проявляет активный интерес к деятельности, стремится к самостоятельной творческой активности, занимается дома, оказывает помощь другим, активно участвует в различных мероприятиях, конкурсах; доброжелателен в коллективе, стремится оказать помощь, поделится идеями с другими воспитанниками, проявляет желание участвовать в коллективных работах.

- средний - имеет отдельные умения и навыки в хореографии, умеет правильно исполнять движения; проявляет интерес к деятельности, настойчив в достижении цели, проявляет активность на определенных этапах работы; не склонен к конфликту, но и не стремится к общению с товарищами.

- низкий - имеет слабые умения и навыки в хореографии, отсутствует умение правильно исполнять движения; не активен, выполняет работы только по конкретным заданиям педагога; неактивен, отказывается общаться с товарищами.