КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

ПРИНЯТО
На заседании
педагогического совета
МАУДО ДТД и М
«6» июня 2023 г.
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора МАУДО ДТД и М
_____М.Н. Жижилева

«6» июня 2023 г.

Подписан цифровой подписью: Жижилева Марина Николаевна
DN: OU=И.о. директора, O=МАУДО ДТД и М, CN= Жижилева Марина Николаевна, E= maudtdim@edu.klgd.ru

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Спортивный бальный танец «Грация»

Возраст обучающихся: 5-18 лет
Срок реализации: 6 лет

Автор-составитель:
Порохнявая Р.И.
Педагог дополнительного образования

Калининград 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность (профиль) программы.

Разноуровневая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивный бальный танец. Грация» относится к художественной направленности.

Актуальность программы. Свыше 90% современных детей и подростков имеют различные патологические отклонения в физическом развитии. Разнообразные движения и действия, выполняемые под музыку в танцевальном ритме оказывают на детей не только оздоровительное воздействие, но и способствуют творческому развитию.

Укрепление здоровья детей, привитие интереса к занятиям, одна из основных задач - способствовать гармоничному развитию личности в физическом и духовно-нравственном направлении.

Отличительная особенность программы.

Отличительная особенность данной программы состоит в том, что занятия спортивными бальными танцами – это один из немногих видов деятельности, позволяющий сочетать «несочетаемое» - искусство, пластику, владение телом, спорт, умение общаться, ритмику движения, образ танца, выработку волевых качеств. Именно в этом заложена основа методики систематической подготовки детей, которая отражает педагогическую целесообразность реализации программы. Программа состоит из 3 уровней: стартовый, базовый и уровень совершенствования. Каждый уровень в свою очередь подразделяется на 2 ступени. Программа предусматривает возможность прохождения каждого уровня по отдельности, а также пройти повторное обучение на определенной ступени для усовершенствования танцевальных навыков.

Адресат программы.

Программа предназначена для обучения детей 5-18 лет. На первый уровень «Стартовый» (1 и 2 год обучения) обучения принимаются все желающие. Группа может состоять из детей одного возраста или быть разновозрастной. На второй уровень «Базовый» (3 и 4 год обучения) принимаются обычно дети, освоившие программу «Стартового». На третий уровень (5 и 6 год обучения) принимаются дети освоившие программу «Базового» и «Стартового», а также прошедшие хореографическую или физическую подготовку в других учреждениях дополнительного образования. Зачисление вновь прибывших детей производится после входной диагностики.

Объем и срок освоения программы.

Срок освоения программы — 3 уровня по 2 года, 6 лет.

На полное освоение программы требуется 1080 часов: 72 часа первый уровень первая ступень обучения (1 год обучения) , 144 часа первый уровень вторая ступень обучения (2 год обучения) и по 216 часов каждая ступень второго (3 и 4 год обучения) и третьего уровня обучения (5 и 6 год обучения).

Формы обучения.

Формы обучения программы — очная**.**

В программе учитывается возможность перехода на дистанционную форму обучения по независящим от сторон обстоятельствам.

Особенности организации образовательного процесса.

Специального отбора детей в детское объединение для обучения по разноуровневой дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Спортивный бальный танец. Грация» не предусмотрено. Зачисление на тот или иной уровень обучения осуществляется в зависимости от возраста и способностей обучающихся.

Состав группы – 12-20 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Программа первого стартового уровня первой ступени обучения (1 год обучения) рассчитана на 72 часа - режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу; второй ступени (2 год обучения) - 144 часа - 2 раза в неделю по 2 часа. Программа второго базового уровня (3 и 4 год обучения) и третьего уровня соверщенства первой и второй ступени обучения(5 и 6 год обучения), рассчитана на 216 часов - режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

Педагогическая целесообразность программы заключается не только в укреплении здоровья, развитии общефизических и хореографических навыков обучающихся, но и в развитии творческих и коммуникативных качеств личности учащихся. В процессе занятий спортивными бальными танцами у ребят развиваются творческие способности, целеустремленность, стремление к самосовершенствованию и дальнейшей самореализации.

Практическая значимость.

Учащиеся знакомятся с основами спортивного бального танца, получают необходимые знания, навыки, овладевают танцевальной техникой.

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он произошел, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Непосредственная связь бальных танцев с музыкой прослеживается на всем этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Учащиеся должны усвоить понятия “ритм”, “счет”, “размер” и узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Цель программы:

Научить учащихся технически правильно и эмоционально исполнять латиноамериканскую и европейскую танцевальные.

Задачи:

образовательные:

-обучить основным шагам танца

-дать знания по истории возникновения и развития танца.

-научить технике выполнения танцевальных связок.

-научить правилам движения в различных стилях танца

-научить создавать хореографические композиции на музыкальные темы

воспитательные:

-прививать интерес к бальному искусству;

-воспитывать трудолюбие, выносливость, силу воли.

- воспитание желания укрепить здоровье, совершенствование физических качеств на основе разносторонней физической подготовки.

развивающие:

-развивать правильную осанку.

-развивать основные группы мышц.

-развивать основные физические качества: силу, гибкость, выносливость, ловкость, чувство динамического равновесия.

Принципы отбора содержания.

Образовательный процесс строится с учетом следующих принципов:

●Индивидуального подхода к учащимся.

Этот принцип предусматривает взаимодействие между педагогом и воспитанником. Подбор индивидуальных практических заданий необходимо производить с учетом личностных особенностей каждого учащегося, его заинтересованности и достигнутого уровня подготовки.

●Культуросообразности и природосообразности.

В программе учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей.

●Системности.

Полученные знания, умения и навыки учащиеся системно применяют на практике, исполняя изученные танцы европейской и латиноамериканской программы.

●Комплексности и последовательности.

Реализация этого принципа предполагает постепенное введение учащихся в мир спортивного бального танца, то есть, от простого к сложному, с каждым годом углубляя приобретенные знания, умения, навыки.

●Цикличности.

Учащиеся всех лет обучения осваивают последовательно одни и те же разделы, существует возможность предлагать вновь пришедшим детям фигуры сначала более простые, соответствующие первому году обучения, а затем более сложные.

●Наглядности.

Использование наглядности повышает внимание учащихся, углубляет их интерес к изучаемому материалу, способствует развитию внимания, воображения, наблюдательности, мышления.

В ходе реализации программы используются следующие формы обучения:

По охвату детей: групповые, коллективные.

По характеру учебной деятельности:

- беседы (вопросно-ответный метод активного взаимодействия педагога и учащихся на занятиях, используется в теоретической части занятия);
- игровая программа (представляет собой комплекс игровых методик или набор конкурсов, которые используются как целостная игровая программа и как этап занятия, позволяющие включать детей в различные виды игр);
- конкурсы и соревнования (форма итогового, иногда текущего) контроля проводится с целью определения уровня усвоения содержания образования, степени подготовленности к самостоятельной работе, выявления наиболее способных и талантливых детей);
- открытое занятие (проводится с приглашением родителей и коллег- педагогов с целью обмена опытом);
- практические занятия (проводятся после изучения теоретических основ с целью отработки практических умений и исполнения изученных танцев);
- наблюдение (применяется при изучении какой-либо фигуры или какого-либо танца);

На занятиях создается атмосфера доброжелательности, доверия, что во многом помогает развитию творчества и инициативы ребенка.

Планируемые результаты:

1. Укрепление и развитие мышц корпуса, рук и ног.
2. Развитие анализаторного аппарата детей: зрительной, слуховой, вестибулярной чувствительности.
3. Развитие координации движения. Достижение гармонии движения рук и корпуса.
4. Умение слушать музыку и двигаться в соответствии с музыкой, освоение азов ритмики.
5. Освоить социальные танцы Паучок, Крабик, Мышка, Зебра, Лесенка, Стирка. Автомобиль, Слонёнок, Вечный двигатель, Петушок и Ладошки, Пингвины, Телевизор, Руки вверх, Диско, Папуасы, Рикки Мартин, Модный рок, Джон Траволта.
6. Быть работоспособным, физически выносливым, волевым.
7. Умение четко и выразительно выполнять программные движения и танцевальные вариации в танцах европейской программы: Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп и Танго.
8. Умение четко и выразительно выполнять программные движения и танцевальные вариации в танцах латиноамериканской программы: Самба, Ча ча ча, Джайв и Румба.
9. Иметь развитую волю, чувство парного сотворчества, уметь трудиться самостоятельно, быть коммуникабельным, психологически устойчивым.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется таблица 1.

Таблица 1 - Оценка результативности обучения по программе

Этап обучения	**Низкий**	**Средний**	**Высокий**
1 уровень обучения	Повторение за педагогом несложных движений, музыкальных ритмов Терминология движений 1-го уровня обучения. Исполнение всех пройденных движений	Правильное повторение за педагогом движений и ритмических рисунков. Наличие стартовых знаний Знание терминологии и методики исполнения пройденных танцевальных фигур 1-го уровня обучения. Правильное их исполнение	Наличие начальных знаний. Хорошие природные специальные данные: выворотность, эластичность суставов и связок Выразительное исполнение пройденного материала 1-го уровня обучения. Четкость, координированность. Умение исполнять пройденные фигуры под музыку.

2 уровень обучения	Знание социальных танцев и основ классического танца 2 уровня Умение выполнять базовые фигуры латиноамериканской и европейской программы 2-го уровня обучения	Методически грамотное исполнение социальных танцев и основ классического танца 2 уровня Методически грамотное исполнение базовых фигур латиноамериканской и европейской программы 2-го уровня обучения.	Чувство ритма, характера исполняемых социальных танцев и основ классического танца 2 уровня Четкое и выразительное исполнение всех базовых фигур латиноамериканской и европейской программы 2-го уровня обучения, сочетание их в несложные вариации.
3 уровень обучения	Знание социальных танцев и основ классического танца 3 уровня Умение выполнять базовые фигуры латиноамериканской и европейской программы 3-го уровня обучения	Методически грамотное исполнение социальных танцев и основ классического танца 3 уровня Методически грамотное исполнение базовых фигур латиноамериканской и европейской программы 3-го уровня обучения.	Чувство ритма, характера исполняемых социальных танцев и основ классического танца 3 уровня Четкое и выразительное исполнение всех базовых фигур латиноамериканской и европейской программы 3-го уровня обучения, сочетание их в несложные вариации.

Формы подведения итогов реализации программы.

- Открытые занятия.
- Концерты для родителей внутри коллектива.
- Участие в мероприятиях и праздниках МАУДО ДТД и М.
- Проведение итоговых концертов в конце учебного года.
- Итоговые занятия, зачёты, мониторинг, диагностика.

Контроль, оценка результатов обучения детей:

- Вводный мониторинг - в начале учебного года.
- Текущий контроль - результат усвоения предложенного материала, декабрь.
- Промежуточная аттестация» - май.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
1 УРОВЕНЬ СТАРТОВЫЙ
1 ступень обучения (1-ый год обучения)

№ п/п	Разделы программы	Теория	Практика	Всего часов
1	Введение в образовательную программу	2		2
2	Ритмика и партерная гимнастика.	1	5	6
3	Социальные танцы. и основы классического танца 1 уровень.	1	4	5
4	Европейская программа танцев	2	20	22
5	Латиноамериканская программа танцев	2	24	26
6	Постановочная работа.		7	7
7	Концертная деятельность		2	2
8	Аттестация		2	2
	Итого	7	65	72

Учебно-тематический план:

№ занятия	Наименование раздела, темы	Теория	Практика	Всего
	Введение в образовательную программу:			
1	Техника безопасности в танцевальном зале и во Дворце Творчества;	1		1
2	Цели и задачи, форма и структура занятий, внешний вид.	1		1
	Ритмика и партерная гимнастика.			
3	Музыка, характер, темп.	1		
4	Упражнения на растягивание всех мышц тела.		1	1
5	Упражнения на развитие гибкости суставов.		1	1
6	Упражнение на расслабление мышц.		1	1
7	Упражнения на укрепление всех мышц тела.		1	1
8	Упражнения на координацию движений		1	1
	Социальные танцы и основы классического танца 1 уровень.			
9	Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения несложных танцевальных движений.	1		1
10	Изучение танца Паучок, Крабик.		1	1
11	Изучение танца Мышка, Зебра.		1	1
12	Изучение танца Лесенка, Стирка.		1	1
13	Классические позиции ног и рук		1	1
	Европейская программа танцев начинающий класс:			
14	История возникновения европейской программы.	1		1
	Медленный вальс:			
15	История, музыкально-образный характер танца.	1		1
16	Постановка корпуса, рук и ног.		1	1
17	Работа стопы (каблук, носок, ребро)		1	1
18	Работа стопы (каблук, носок, ребро)		1	1
19	Изучение фигуры закрытые перемены .		1	1
20	Техника исполнения шага впёред, назад и в сторону.		1	1
21	Изучение фигуры квадрат.		1	1
22	Техника исполнения изученных фигур.		1	1
23	Изучение фигуры большой квадрат.		1	1
24	Техника исполнения фигуры.		1	1
25	Подъёмы и опускания.		1	1
26	Вариация на основе изученных фигур		1	1
27	Техника исполнения вариации.		1	1
28	Техника исполнения вариации.		1	1
	Квикстеп:			
29	История, музыкально-образный характер танца.	1		1
30	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		1	1
31	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		1	1
32	Изучение фигуры шоссе в сторону.		1	1
33	Техника исполнения шага вперёд.		1	1
34	Техника исполнения шага назад.		1	1
35	Изучение основного шага на месте.		1	1
	Латиноамериканская программа начинающий класс:			
36	История возникновения латиноамериканской программы	1		1
	Ча ча ча:			

37	Музыкально-образный характер танца.		1	1
38	Постановка корпуса, рук и ног.		1	1
39	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		1	1
40	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		1	1
41	Работа колен в танце.		1	1
42	Изучение фигуры основное движение на месте.		1	1
43	Изучение фигуры основное движение вправо и влево.		1	1
44	Изучение фигуры основное движение вправо и влево.		1	1
45	Техника исполнения фигуры.		1	1
46	Изучение шага вперёд-назад		1	1
47	Изучение шага вперёд-назад		1	1
48	Техника исполнения изученного.		1	1
49	Техника исполнения изученного.		1	1
50	Исполнение под музыку изученного.		1	1
	Джайв:			
51	Музыкально-образный характер танца.		1	1
52	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		1	1
53	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		1	1
54	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		1	1
55	Работа колен в танце.		1	1
56	Изучение фигуры шоссе в сторону.		1	1
57	Изучение фигуры шоссе в сторону.		1	1
58	Изучение основного движения.		1	1
59	Изучение основного фоловей движения.		1	1
60	Техника исполнения изученного.		1	1
61	Техника исполнения изученного.		1	1
	Постановочная работа.			
62	Постановка концертной композиции на основе социальных танцев.		1	1
63	Постановка концертной композиции на основе социальных танцев.		1	1
64	Постановка концертной композиции на основе социальных танцев.		1	1
65	Отработка композиции.		1	1
66	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		1	1
67	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		1	1
68	Отработка композиции.		1	1
	Концертная деятельность			
69	Выступление на мероприятиях МАУДО ДТД и М		1	1
70	Участие в соревнованиях муниципального, регионального уровня.		1	1
	Промежуточная ат тестация			
71	Текущая аттестация		1	1
72	Промежуточная аттестация		1	1
	Итого	7	65	72

Задачи:

- Ознакомить с азами ритмики и партерной гимнастики.
- Освоить социальные танцы 1 ступени.
- Ознакомить с музыкально-образным характером и ритмом в танцах Медленный вальс, Квикстеп, Ча ча ча и Джайв.
- Разучить фигуры начинающего класса в танцах Медленный вальс, Квикстеп, Ча ча ча и Джайв.

Планируемые результаты:

1. Укрепление и развитие мышц корпуса, рук и ног.
2. Развитие анализаторного аппарата детей: зрительной, слуховой, вестибулярной чувствительности.
3. Развитие координации движения.
4. Умение слушать музыку и двигаться в соответствии с музыкой, освоение азов ритмики.
5. Социальные танцы 1 ступень: Паучок, Крабик, Мышка, Зебра, Лесенка, Стирка.
6. Знание основных сведений о разучиваемых танцах, умение исполнять фигуры начинающего класса :

- Медленный вальс (закрытые перемены, квадрат, большой квадрат)
- Квикстеп (шоссе в сторону).
- Ча ча ча (основное движение на месте, вправо-влево, вперед-назад)
- Джайв (шоссе в сторону, основное движение на месте.)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. Введение в образовательную программу.

Теория. Знакомство с педагогом, друг с другом. Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Ритмика и партерная гимнастика.

Теория. Умение слушать музыку, определять её характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Умение выполнять движения в различных темпах.

Практика.

Ритмико-гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения на растягивание, укрепление всех мышц тела, а также на развитие гибкости суставов.

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (резиновые ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (палка, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения, направленные на укрепление необходимых групп мышц. Упражнения на гимнастическом коврике.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц.

Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Игры под музыку: выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Игры на правое и левое. Изменение направления и формы ходьбы, бега, подскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких

акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. Формы контроля: педагогическое наблюдение, мини-конкурс, опрос, практический показ

3. Социальные танцы и основы классического танца 1 и 2 ступени.

Теория. Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения несложных танцевальных движений.

Практика. Изучение социальных танцев 1 уровня: Паучок, Крабик, Мышка, Зебра, Лесенка, Стирка, Петушок и Ладошки . Изучение основ классического танца, позиции ног, позиции рук, используемых в бальной хореографии, смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Упражнения на растягивание и выворотность.

4. Европейская программа танцев.

Теория. История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Квикстепа. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Квикстеп — 4/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений начинающего класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс(закрытые перемены, квадрат, большой квадрат), Квикстеп (шоссе в сторону). Техника исполнения основных фигур. Освоение простейших базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

5. Латиноамериканская программа танцев.

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Ча-ча-ча, Джайв. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер. Ча ча ча — 2/4, Джайв — 4/4.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Ча-ча-ча (шассе, тайм-степ, основное движение Ча-ча-ча,), Джайв (основное движение джайва, основное фоловей движение). Техника исполнения основных фигур танцев ча-ча-ча и джайв. Освоение простейших базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

6. Постановочная работа.

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно- бального танца. Постановка концертного номера на основе освоенных социальных танцев.

7. Концертная деятельность.

Практика. Показательные выступления для родителей. Участие в конкурсах и мероприятиях Дворца творчества. Участие в соревнованиях по спортивному бальному танцу.

8. Аттестация.

Практика. Текущая аттестация в середине и промежуточная в конце учебного года в виде открытого занятия или конкурса.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
2 ступень обучения (2-ой год обучения)

№ п/п	Разделы программы	Теория	Практика	Всего часов
1	Введение в образовательную программу	4		4
2	Ритмика и партерная гимнастика.	2	6	8
3	Социальные танцы и основы классического танца 2 ступень.	2	8	10
4	Европейская программа танцев Н класс	4	44	48
5	Латиноамериканская программа танцев Н класс	4	46	50
6	Постановочная работа.		14	14
7	Концертная деятельность		6	6

8	Аттестация		4	4
	Итого	14	130	144

Учебно-тематический план .

№ занятия	Наименование раздела, темы	Теория	Практика	Всего
	Введение в образовательную программу:			
1	Техника безопасности в танцевальном зале и во Дворце Творчества;	2		2
2	Цели и задачи, форма и структура занятий, внешний вид.	2		2
	Ритмика и партерная гимнастика.			
3	Упражнения на растягивание и укрепление всех мышц тела.		2	2
4	Упражнения на развитие гибкости суставов.		2	2
5	Развитие координации движений.		2	2
6	Упражнения на расслабление.		2	2
	Социальные танцы и основы классического танца 2 уровень.			
7	Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения несложных танцевальных движений.	2		2
8	Изучение танца Автомобиль, Слоненок		2	2
9	Изучение танца Петушок, Ладошки.		2	2
10	Изучение танца Вечный двигатель.		2	2
11	Классические позиции рук и ног.		2	2
	Европейская программа танцев начинающий класс:			
	Медленный вальс:			
12	История, музыкально-образный характер танца.	2		2
13	Постановка корпуса, рук и ног.		2	2
14	Позиция в паре.		2	2
15	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
16	Повторение фигур 1 года обучения.		2	2
17	Техника исполнения шага вперёд, назад и в сторону.		2	2
18	Техника исполнения шага вперёд, назад и в сторону.		2	2
19	Изучение фигуры правый поворот, движение по кругу.		2	2
20	Изучение фигуры правый поворот, движение по кругу		2	2
21	Техника исполнения фигуры		2	2
22	Техника исполнения фигуры.		2	2
23	Подъёмы и опускания.		2	2
24	Вариация на основе изученных фигур		2	2
25	Техника исполнения вариации.		2	2
26	Техника исполнения вариации.		2	2
	Квикстеп:			
27	История, музыкально-образный характер танца.	2		2
28	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
29	Техника исполнения шага вперёд и назад		2	2
30	Подъёмы и спуски.		2	2
31	Повторение фигуры шоссе в сторону.		2	2
32	Повторение фигуры шоссе в сторону.		2	2
33	Изучение основного движения по квадрату.		2	2
34	Изучение основного движения по квадрату.		2	2
35	Техника исполнения.		2	2
	Латиноамериканская программа начинающий класс:			
	Ча ча ча:			

36	Музыкально-образный характер танца.	2		2
37	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
38	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
39	Работа колен		2	2
40	Изучение фигуры поворот на месте		2	2
41	Изучение фигуры поворот на месте		2	2
42	Техника исполнения изученного.		2	2
43	Изучение фигуры поворот под рукой.		2	2
44	Изучение фигуры поворот под рукой.		2	2
45	Изучение фигуры туда обратно		2	2
46	Изучение фигуры туда обратно		2	2
47	Техника исполнения изученного.		2	2
48	Постановка вариации		2	2
49	Техника исполнения вариации		2	2
50	Взаимодействие в паре.		2	2
	Джайв:			
51	Музыкально-образный характер танца.	2		2
52	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
53	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
54	Работа колен в танце.		2	2
55	Изучение фигуры смена мест.		2	2
56	Техника исполнения изученного.		2	2
57	Изучение фигуры удар бедром		2	2
58	Техника исполнения изученного.		2	2
59	Вариация на основе изученного.		2	2
60	Техника исполнения вариации.		2	2
	Постановочная работа.			
61	Постановка концертной композиции на основе социальных танцев.		2	2
62	Постановка концертной композиции на основе социальных танцев.		2	2
63	Постановка концертной композиции на основе социальных танцев.		2	2
64	Постановка концертной композиции на основе социальных танцев.		2	2
65	Отработка композиции.		2	2
66	Отработка композиции.		2	2
67	Отработка композиции.		2	2
	Концертная деятельность:			
68	Участие в конкурсах и концертных программах МАУДО ДТД и М.		2	2
69-70	Участие в соревнованиях муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня.		4	4
	Аттестация:			
71	Текущая аттестация		2	2
72	Промежуточная аттестация		2	2
	Итого	14	130	144

Задачи:

- Ознакомить с азами ритмики и партерной гимнастики.
- Освоить социальные танцы 2 ступени.
- Ознакомить с музыкально-образным характером и ритмом в танцах Медленный вальс, Квикстеп, Ча ча ча и Джайв.
- Разучить фигуры начинающего класса в танцах Медленный вальс, Квикстеп, Ча ча ча и Джайв.

Планируемые результаты:

1. Достижение гармонии движения рук и корпуса.
2. Социальные танцы 2 ступень: Автомобиль, Слонёнок, Вечный двигатель, Петушок и Ладошки.
3. Уметь ориентироваться на танцевальной площадке, знать основные направления и построение.
4. Умение выполнять основные технические элементы и базовые фигуры латиноамериканской и европейской программы:

- Медленный вальс (закрытые перемены вперёд и назад по кругу, правый поворот)
- Квикстеп (четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе)
- Ча ча ча (повороты на месте, поворот под рукой, туда и обратно)
- Джайв (смена мест, удар бедром)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. Введение в образовательную программу.

Теория. Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы, занятий, инструктаж по технике безопасности и правилам поведения.

2. Ритмика и партерная гимнастика.

Теория. Умение слушать музыку, определять её характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Умение выполнять движения в различных темпах.

Практика.

Ритмико-гимнастические упражнения на развитие и укрепление всех мышц тела:

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (резиновые ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (палка, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения, направленные на укрепление необходимых групп мышц. Упражнения на гимнастическом коврике.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнение на расслабление мышц.

Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Игры под музыку: выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Игры на правое и левое. Изменение направления и формы ходьбы, бега, подскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

3. Социальные танцы и основы классического танца 2 ступень.

Теория. Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения танцевальных движений.

Практика. Изучение социальных танцев 2 уровня: Автомобиль, Слонёнок, Вечный двигатель. Изучение основ классического танца: demi-plie, releve, battement tendus, grand-plie, grand battement,

battement relevelent, упражнения на растягивание и выворотность. Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения, направленные на укрепление необходимых групп мышц.

4. Европейская программа танцев.

Теория. История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Квикстепа. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Квикстеп — 4/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс (правый поворот, левый поворот), Квикстеп (основное движение по квадрату). Техника исполнения основных фигур. Освоение простейших базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

5. Латиноамериканская программа танцев.

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Ча-ча-ча, Джайв. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Ча-ча-ча (Нью-Йорк, рука в руке, повороты на месте, алемана, туда и обратно), Джайв (смена мест, удар бедром). Техника исполнения основных фигур танцев ча-ча-ча и джайв. Освоение простейших базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

6. Постановочная работа.

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно- бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев.

7. Концертная деятельность. Показательные выступления для родителей. Участие в конкурсах и мероприятиях Дворца творчества. Участие в соревнованиях по спортивному бальному танцу.

8. Аттестация. Текущая аттестация в середине года и промежуточная в конце.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
2 УРОВЕНЬ БАЗОВЫЙ
1 ступень обучения (3-ий год обучения)

№ п/п	Разделы программы	Теория	Практика	Всего часов
1	Введение в образовательную программу	4		4
2	Социальные танцы и основы классического танца	2	14	16
3	Европейская программа танцев «Е» класс.	2	64	66
4	Латиноамериканская программа танцев «Е» класс.	2	86	88
5	Постановочная работа.	2	28	30
6	Концертная деятельность		6	6
7	Промежуточная аттестация	4	4	4
	Итого	16	200	216

Учебно-тематический план

№ занятия	Наименование раздела, темы	Теория	Практика	Всего
	Введение в образовательную программу.			
1	Техника безопасности в танцевальном зале и во Дворце Творчества;	2		2
2	Цели и задачи, форма и структура занятий, внешний вид.	2		2

	Социальные танцы и основы классического танца 3 уровень.			
3	Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения несложных танцевальных движений.	2		2
4	Повторение изученного за прошлый год.		2	2
5	Изучение танца Телевизор.		2	2
6	Изучение танца Пингвины.		2	2
7	Изучение танца Руки вверх.		2	2
8	Развитие координации движений, гибкости и пластики: plie, demi-plie, grand- plie.		2	2
9	Развитие координации движений, гибкости и пластики: plie, demi-plie, grand- plie.		2	2
10	Повторение изученных социальных танцев.		2	2
	Европейская программа танцев Е класс.			
11	История возникновения европейской программы.	2		2
	Медленный вальс:			
12	Музыкально-образный характер танца.		2	2
13	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
14	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
15	Повторение ранееизученных фигур		2	2
16	Техника исполнения шага вперёд, назад и в сторону.		2	2
17	Техника исполнения шага вперёд, назад и в сторону.		2	2
18	Изучение фигуры левый поворот на месте		2	2
19	Изучение фигуры левый поворот на месте.		2	2
20	Техника исполнения фигуры.		2	2
21	Изучение фигуры левый поворот по кругу.		2	2
22	Изучение фигуры левый поворот по кругу.		2	2
23	Техника исполнения фигуры.		2	2
24	Вариация на основе изученных фигур		2	2
25	Вариация на основе изученных фигур		2	2
26	Техника исполнения вариации.		2	2
	Квикстеп:			
27	Музыкально-образный характер танца.		2	2
28	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
29	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
30	Повторение изученных фигур.		2	2
31	Техника исполнения шагов вперёд и назад.		2	2
32	Изучение фигуры четвертной поворот		2	2
33	Изучение фигуры четвертной поворот		2	2
34	Техника исполнения.		2	2
35	Изучение фигуры прогрессивное шоссе.		2	2
36	Изучение фигуры прогрессивное шоссе.		2	2
37	Техника исполнения.		2	2
38	Построение вариации.		2	2
	Венский вальс			
39	Музыкально-образный характер танца,		2	2
40	Изучение фигуры правый поворот.		2	2
41	Изучение фигуры правый поворот.		2	2
42	Техника исполнения.		2	2
43	Техника исполнения.		2	2
	Латиноамериканская программа Е класс.			
44	Самба.			
45	История возникновения и музыкально-образный характер танца Самба.	2		2
46	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2

47	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
48	Ввести понятие баунс.		2	2
49	Изучение фигуры основное движение вперёд, назад		2	2
50	Изучение фигуры основное движение вперёд, назад		2	2
51	Техника исполнения.		2	2
52	Изучение фигуры виск		2	2
53	Изучение фигуры виск		2	2
54	Техника исполнения.		2	2
55	Постановка вариации.		2	2
56	Техника исполнения вариации.		2	2
	Ча ча ча:			
57	Музыкально-образный характер танца.		2	2
58	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
59	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
60	Работа колен в танце.		2	2
61	Понятие ротация и изоляция.		2	2
62	Повторение изученных фигур.		2	2
63	Изучение фигуры Нью-Йорк.		2	2
64	Техника исполнения.		2	2
65	Изучение фигуры плечо к плечу.		2	2
66	Техника исполнения, взаимодействие.		2	2
67	Изучение фигуры кросс бэйсик.		2	2
68	Техника исполнения.		2	2
69	Постановка вариации.		2	2
70	Постановка вариации.		2	2
71	Взаимодействие в паре.		2	2
72	Техника исполнения.		2	2
	Джайв:		2	2
73	Музыкально-образный характер. Позиция в паре.		2	2
74	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
75	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
76	Изучение фигуры свивлы с носка на каблук.		2	2
77	Изучение фигуры свивлы с носка на каблук.		2	2
78	Взаимодействие в паре.		2	2
79	Взаимодействие в паре.		2	2
80	Техника исполнения.		2	2
81	Изучение вариации на основе изученного.		2	2
82	Техника исполнения вариации.		2	2
	Румба:			
83	Музыкально-образный характер танца. Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
84	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро). Работа тела.		2	2
85	Изучение фигуры основной шаг.		2	2
86	Изучение фигуры спот поворот.		2	2
87	Изучение фигуры Нью-Йорк.		2	2
88	Изучение вариации.		2	2
89	Техника исполнения.		2	2
90	Взаимодействие в паре.		2	2
	Постановочная работа.			
91	Особенности работы в концертных номерах	2		2
92	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
93	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2

94	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
95	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
96	Отработка композиции.		2	2
97	Отработка композиции.		2	2
98	Постановка концертной номера на основе европейской программы.		2	2
99	Постановка концертной номера на основе европейской программы.		2	2
100	Постановка концертной номера на основе европейской программы.		2	2
101	Постановка концертной номера на основе европейской программы.		2	2
102	Отработка композиции.		2	2
103	Отработка композиции.		2	2
	Концертная деятельность:			
104	Участие в конкурсах и концертных программах МАУДО ДТД и М.		2	2
105	Участие в соревнованиях муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня. .		2	2
106	Участие в соревнованиях муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня. .		2	2
	Промежуточная аттестация.			
107	Промежуточная аттестация по европейской программе		2	2
108	Промежуточная аттестация по латиноамериканской программе		2	2
	Итого	16	200	216

Задачи:

- Укрепить мышцы корпуса, рук и ног.
- Освоить социальные танцы 2 уровня.
- Освоить основы классического танца.
- Ознакомить с музыкально-образным характером и ритмом в танцах Венский вальс, Самба и Румба.
- Освоить фигуры Е класса в танцах Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, Ча ча ча, Самба, Джайв и Румба.

Планируемые результаты:

1. Умение исполнять упражнения со слитной координацией рук, ног и корпуса.
2. Быть работоспособным, физически выносливым, волевым.
3. Социальные танцы 3 уровень: Пингвины, Телевизор, Руки вверх.
4. Четко и выразительно выполнять программные движения «Е» классса в различных музыкальных размерах.

- Медленный вальс (левый поворот)
- Венский вальс (правый поворот)
- Квикстеп (четвертной поворот, прогрессивное шоссе)
- Самба (основное движение, виск)
- Ча ча ча (Нью-Йорк, плечо к плечу, кросс бэйсик)
- Джайв (свивлы с носка на каблук).
- Румба (основной шаг, Нью-Йорк, спот поворот).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. **Введение в образовательную программу.**

Теория. Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы 2-го уровня обучения, занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. **Социальные танцы и основы классического танца.**

Теория. Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения танцевальных движений.

Практика. Изучение социальных танцев 2 уровня: Пингвины, Телевизор, Руки вверх. Изучение основ классического танца, позиции ног, позиции рук, используемых в бальной хореографии, развитие координации движений, гибкости и пластики: plie, demi-plie, grand-plie упражнения на растягивание и выворотность. Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения, направленные на укрепление необходимых групп мышц.

3. **Европейская программа танцев.**

Теория. История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Венского вальса, Квикстепа. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Венский вальс — ¾, Квикстеп — 4/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс (левый поворот), Венский вальс (правый поворот), Квикстеп (четвертной поворот, прогрессивное шоссе). Техника исполнения основных фигур. Освоение базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

4. **Латиноамериканская программа танцев.**

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Самба, Ча-ча-ча, Джайв и Румба. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Самба — 2/4, Ча ча ча — 4/4, Джайв — 4/4 и Румба - 4/4.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Самба (основное движение, виск), Ча ча ча (Нью-Йорк, плечо к плечу, кросс бэйсик), Джайв (свивлы с носка на каблук), Румба (основной шаг, Нью-Йорк, спот поворот) Совершенствование техники исполнения движений танцев латиноамериканской программы «Е» класса. Объединение движений в танцевальную схему. Правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

5. **Постановочная работа.**

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно- бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев, латиноамериканских танцев.

6. **Концертная деятельность.** Участие в областных, городских фестивалях и праздниках. Участие в соревнованиях по спортивному бальному танцу.

7. Промежуточная аттестация. Открытое занятие.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
2 УРОВЕНЬ БАЗОВЫЙ
2 ступень обучения (4-ый год обучения)

№ п/п	Разделы программы	Теория	Практика	Всего часов
1	Введение в образовательную программу	4		4
2	Социальные танцы и основы классического танца	2	14	16
3	Европейская программа танцев «Е» класс.	2	64	66
4	Латиноамериканская программа танцев «Е» класс.	2	86	88
5	Постановочная работа.	2	28	30
6	Концертная деятельность		6	6
7	Промежуточная аттестация	4	4	4
	Итого	16	200	216

Учебно-тематический план

№ занятия	Наименование раздела, темы	Теория	Практика	Всего
	Введение в образовательную программу.			
1	Техника безопасности в танцевальном зале и во Дворце Творчества;	2		2
2	Цели и задачи, форма и структура занятий, внешний вид.	2		2
	Социальные танцы и основы классического танца.			
3	Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения несложных танцевальных движений.	2		2
4	Повторение изученного за прошлый год.		2	2
5	Изучение танца Диско.		2	2
6	Изучение танца Папуасы.		2	2
7	Классические позиции рук и ног.		2	2
8	Развитие координации движений, гибкости и пластики: plie, demi-plie, grand- plie.		2	2
9	Работа у станка: releve, bettment tendu, bettment tendus jete		2	2
10	Повторение изученных социальных танцев.		2	2
	Европейская программа танцев Е класс.			
11	История возникновения европейской программы.	2		2
	Медленный вальс:			
12	Музыкально-образный характер танца.		2	2
13	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
14	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
15	Повторение фигур изученных ранее.		2	2
16	Техника исполнения шага вперёд, назад и в сторону.		2	2
17	Техника исполнения шага вперёд, назад и в сторону.		2	2
18	Изучение фигуры правый поворот с хезитейшн		2	2
19	Изучение фигуры шоссе вправо.		2	2
20	Техника исполнения фигур.		2	2
21	Изучение фигуры наружная перемена.		2	2
22	Изучение фигуры наружная перемена.		2	2
23	Техника исполнения фигуры.		2	2
24	Вариация на основе изученных фигур		2	2
25	Вариация на основе изученных фигур		2	2
26	Техника исполнения вариации.		2	2
	Квикстеп:			
27	Музыкально-образный характер танца.		2	2
28	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
29	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
30	Повторение изученных фигур.		2	2
31	Техника исполнения шагов вперёд и назад.		2	2
32	Изучение фигуры лок степ вперед		2	2
33	Изучение фигуры лок степ вперед		2	2
34	Техника исполнения.		2	2
35	Изучение фигуры лок степ назад.		2	2
36	Изучение фигуры лок степ назад.		2	2
37	Техника исполнения.		2	2
38	Построение вариации.		2	2
	Венский вальс			
39	Музыкально-образный характер танца,		2	2
40	Повторение фигуры правый поворот.		2	2
41	Повторение фигуры правый поворот.		2	2

42	Техника исполнения.		2	2
43	Техника исполнения.		2	2
	Латиноамериканская программа Е класс.			
44	Самба.			
45	История возникновения и музыкально-образный характер танца Самба.	2		2
46	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
47	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
48	Повторение пройденного		2	2
49	Изучение фигуры стационарный самба ход.		2	2
50	Изучение фигуры стационарный самба ход.		2	2
51	Техника исполнения.		2	2
52	Изучение фигур самба ход в ПП, боковой самба ход		2	2
53	Изучение фигур самба ход в ПП, боковой самба ход		2	2
54	Техника исполнения.		2	2
55	Постановка Вариации.		2	2
56	Техника исполнения вариации.		2	2
	Ча ча ча:			
57	Музыкально-образный характер танца.		2	2
58	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
59	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
60	Работа колен в танце.		2	2
61	Понятие ротация и изоляция.		2	2
62	Повторение изученных фигур.		2	2
63	Изучение фигуры локстеп шоссе		2	2
64	Техника исполнения.		2	2
65	Изучение фигуры три ча ча		2	2
66	Техника исполнения, взаимодействие.		2	2
67	Изучение фигуры закрытый хип-твист.		2	2
68	Техника исполнения.		2	2
69	Постановка вариации.		2	2
70	Постановка вариации.		2	2
71	Взаимодействие в паре.		2	2
72	Техника исполнения.		2	2
	Джайв:		2	2
73	Музыкально-образный характер. Позиция в паре.		2	2
74	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
75	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
76	Изучение фигуры амриканский спин.		2	2
77	Изучение фигуры смена рук за спиной.		2	2
78	Взаимодействие в паре.		2	2
79	Взаимодействие в паре.		2	2
80	Техника исполнения.		2	2
81	Изучение вариации на основе изученного.		2	2
82	Техника исполнения вариации.		2	2
	Румба:			
83	Музыкально-образный характер танца. Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
84	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро). Работа тела.		2	2
85	Изучение фигуры рука в руке.		2	2
86	Изучение фигуры алемана.		2	2
87	Изучение фигуры кросс бэйсик.		2	2
88	Изучение вариации.		2	2
89	Техника исполнения.		2	2

90	Взаимодействие в паре.		2	2
	Постановочная работа.			
91	Особенности работы в концертных номерах	2		2
92	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
93	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
94	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
95	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
96	Отработка композиции.		2	2
97	Отработка композиции.		2	2
98	Постановка концертной номера на основе европейской программы.		2	2
99	Постановка концертной номера на основе европейской программы.		2	2
100	Постановка концертной номера на основе европейской программы.		2	2
101	Постановка концертной номера на основе европейской программы.		2	2
102	Отработка композиции.		2	2
103	Отработка композиции.		2	2
	Концертная деятельность:			
104	Участие в конкурсах и концертных программах МАУДО ДТД и М.		2	2
105	Участие в турнирах муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня.		2	2
106	Участие в турнирах муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня.		2	2
	Промежуточная аттестация.			
107	Промежуточная аттестация по европейской программе		2	2
108	Промежуточная аттестация по латиноамериканской программе		2	2
	Итого	16	200	216

Задачи:

- Укрепить мышцы корпуса, рук и ног.
- Освоить социальные танцы 2 уровня.
- Освоить основы классического танца.
- Ознакомить с музыкально-образным характером и ритмом в танцах Венский вальс, Самба и Румба.
- Освоить фигуры и вариации Е класса в танцах Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, Ча ча ча, Самба, Джайв и Румба.

Планируемые результаты:

1. Умение исполнять упражнения со слитной координацией рук, ног и корпуса.
2. Социальные танцы 3 уровень: Диско, Папуасы.
3. Четко и выразительно выполнять программные движения «Е» классса в различных музыкальных размерах.
4. Умение исполнять танцевальные вариации Е класса в танцах латиноамериканской и европейской программы:

- Медленный вальс (правый поворот с хезитейшн, шоссе вправо, наружная перемена)
- Венский вальс (правый поворот)
- Квикстеп (лок степ вперед, лок степ назад)

- Самба (стационарный самба ход, самба ход в ПП, боковой самба ход)
- Ча ча ча (локстеп шоссе, три ча ча, закрытый хип-твист)
- Джайв (американский спин, смена рук за спиной).
- Румба (рука в руке, кросс бэйсик, алемана).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. **Введение в образовательную программу.**

Теория. Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы 2-го уровня обучения, занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. **Социальные танцы и основы классического танца.**

Теория. Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения танцевальных движений.

Практика. Изучение социальных танцев 2 уровня: Диско и Папуасы. Изучение основ классического танца, позиции ног, позиции рук, используемых в бальной хореографии, развитие координации движений, гибкости и пластики: plie, demi-plie, grand-plie, releve, battement tendu, bettment tendus jete, упражнения на растягивание и выворотность. Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения, направленные на укрепление необходимых групп мышц.

3. **Европейская программа танцев.**

Теория. История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Венского вальса, Квикстепа. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Венский вальс — ¾, Квикстеп — 4/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс (правый поворот с хезитейшн, шоссе вправо, наружная перемена), Венский вальс (правый поворот), Квикстеп (лок степ вперед, лок степ назад). Техника исполнения основных фигур. Освоение базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

4. **Латиноамериканская программа танцев.**

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Самба, Ча-ча-ча, Джайв и Румба. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Самба — 2/4, Ча ча ча — 4/4, Джайв — 4/4 и Румба - 4/4.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Самба (стационарный самба ход, самба ход в ПП, боковой самба ход), Ча ча ча (локстеп шоссе, три ча ча, закрытый хип-твист), Джайв (американский спин, смена рук за спиной), Румба (рука в руке, кросс бэйсик, алемана) Совершенствование техники исполнения движений танцев латиноамериканской программы «Е» класса. Объединение движений в танцевальную схему. Правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

5. **Постановочная работа.**

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно- бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев.

6. **Концертная деятельность.** Участие в областных, городских фестивалях и праздниках.Участие в концертах в МАУДО ДТД и М, участие в соревнованиях по спортивному бальному танцу.

7. **Промежуточная аттестация.** Открытое занятие.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
3 УРОВЕНЬ СОВЕРШЕНСТВА
1 ступень обучения (5-ый год обучения)

№ п/п	Разделы программы	Теория	Практика	Всего часов
1	Введение в образовательную программу	4		4
2	Социальные танцы и основы классического танца 4	2	12	14

	уровень.			
3	Европейская программа танцев «D” класс.	2	70	72
4	Латиноамериканская программа танцев «D” класс.	2	86	88
5	Постановочная работа.	2	28	30
6	Концертная деятельность.		6	6
7	Промежуточная аттестация		2	2
	Итого	16	200	216

Учебно-тематический план

№ занятия	Наименование раздела, темы	Теория	Практика	Всего
	Введение в образовательную программу.			
1	Техника безопасности в танцевальном зале и во Дворце Творчества;	2		2
2	Цели и задачи, форма и структура занятий, внешний вид.	2		2
	Социальные танцы и основы классического танца 4 уровень.			
3	Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения несложных танцевальных движений.	2		2
4	Изучение танца Рикки Мартин, Джон Траволта		2	2
5	Изучение танца Модный рок.		2	2
6	Классические позиции рук и ног.		2	2
7	Развитие координации движений, гибкости и пластики: plie, demi-plie, grand- plie.		2	2
8	Работа у станка: releve, bettment tendu, bettment tendus jete		2	2
9	Развитие координации движений, гибкости и пластики: grand battement, battement relevelent.		2	2
	Европейская программа танцев D класс.			
10	История возникновения европейской программы.	2		2
	Медленный вальс:			
11	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
12	Изучение фигуры правый спин поворот.		2	2
13	Изучение фигуры правый спин поворот.		2	2
14	Техника исполнения фигур.		2	2
15	Изучение фигур виск, виск назад.		2	2
16	Техника исполнения фигур.		2	2
17	Изучение фигур лок назад, лок вперед.		2	2
18	Изучение фигур левое кортэ.		2	2
19	Техика исполнения фигур.		2	2
20	Вариация на основе изученных фигур		2	2
21	Техника исполнения вариации.		2	2
	Квикстеп:			
22	Музыкально-образный характер танца.		2	2
23	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
24	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
25	Изучение фигуры правый спин поворот.		2	2
26	Изучение фигуры правый с хезетейшн.		2	2
27	Изучение фигуры открытый левый поворот.		2	2
28	Техника исполнения.		2	2
29	Изучение фигуры бегущее окончание.		2	2
30	Изучение фигуры бегущее окончание.		2	2
31	Техника исполнения изученного.		2	2

32	Построение вариации.		2	2
	Танго.			
33	Музыкально-образный характер танца.		2	2
34	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
35	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
36	Техника исполнения шагов вперёд и назад.		2	2
37	Изучение фигур ход, закрытый и открытый променад.		2	2
38	Изучение фигур основной левый поворот, файф степ.		2	2
39	Изучение фигуры наружный свивл.		2	2
40	Техника исполнения изученных фигур		2	2
41	Изучение вариации.		2	2
	Венский вальс			
42	Музыкально-образный характер танца,		2	2
43	Изучение фигуры левый поворот.		2	2
44	Техника исполнения.		2	2
45	Техника исполнения.		2	2
	Латиноамериканская программа D класс.			
	Самба.			
46	История возникновения и музыкально-образный характер танца Самба.	2		2
47	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
48	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
49	Работа тела.		2	2
50	Изучение фигуры левый поворот.		2	2
51	Изучение фигуры ботафога с продвижением.		2	2
52	Техника исполнения.		2	2
53	Постановка тренировочной вариации.		2	2
54	Изучение фигуры вольта с продвижением влево и вправо.		2	2
55	Техника исполнения.		2	2
56	Постановка Вариации.		2	2
57	Техника исполнения вариации.		2	2
	Ча ча ча:			
58	Музыкально-образный характер танца.		2	2
59	Постановка корпуса, рук и ног. Позиции в паре.		2	2
60	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
61	Изучение фигуры веер.		2	2
62	Упражнения на ротацию и изоляцию.		2	2
63	Изучение фигуры клюшка .		2	2
64	Техника исполнения.		2	2
65	Изучение фигуры алемана.		2	2
66	Изучение фигуры правый волчок.		2	2
67	Изучение фигуры турецкое полотенце.		2	2
68	Техника исполнения.		2	2
69	Постановка вариации.		2	2
70	Взаимодействие в паре.		2	2
71	Техника исполнения вариации.		2	2
	Джайв:			
72	Музыкально-образный характер. Позиция в паре.		2	2
73	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
74	Работа тела. Свинг		2	2
75	Повторение изученных фигур.		2	2
76	Изучение фигур хлыст, медленный ход .		2	2
77	Изучение фигур кик болл чейндж .		2	2
78	Техника исполнения.		2	2

79	Изучение вариации на основе изученного.		2	2
80	Техника исполнения вариации.		2	2
	Румба:			
81	Музыкально-образный характер танца. Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
82	Изучение фигуры кукарача.		2	2
83	Изучение фигур закрытый и продолженный хип твист.		2	2
84	Техника исполнения изученных фигур.		2	2
85	Изучение фигуры веер.		2	2
86	Изучение фигуры клюшка.		2	2
87	Техника исполнения изученных фигур.		2	2
88	Изучение вариации.		2	2
89	Техника исполнения.		2	2
90	Взаимодействие в паре.		2	2
91	Взаимодействие в паре.		2	2
	Постановочная работа.			
92	Особенности работы в концертных номерах	2		2
93	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
94	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
95	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
96	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
97	Отработка композиции.		2	2
98	Отработка композиции.		2	2
99	Отработка композиции.		2	2
100	Постановка концертного вальса.		2	2
101	Постановка концертного вальса.		2	2
102	Постановка концертного вальса.		2	2
103	Отработка композиции.		2	2
104	Отработка композиции.		2	2
	Концертная деятельность:			
105	Участие в концертах и мероприятиях МАУДО ДТД и М.		2	2
106	Участие в турнирах и фестивалях муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня.		2	2
107	Участие в турнирах муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня.		2	2
	Промежуточная аттестация.			
108	Промежуточная аттестация.		2	2
	Итого	16	200	216

Задачи:

- Развить волю, чувство парного сотворчества, умение работать самостоятельно.
- Освоить социальные танцы 3 уровня.
- Ознакомить с музыкально-образным характером и ритмом танца Танго.
- Освоить фигуры и вариации D класса в танцах Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, Ча ча ча, Самба, Джайв и Румба.

Планируемые результаты:

1. Умение понимать характер исполняемых танцев и передать его в движении.
2. Иметь развитую волю, чувство парного сотворчества, уметь трудиться самостоятельно, быть коммуникабельным, психологически устойчивым.
3. Социальные танцы : Рикки Мартин, Модный рок, Джон Траволта.

4. Умение исполнять программные движения и вариации «D” класса в паре:

- Медленный вальс (правый спин поворот , виск назад, лок степ вперед, лок назад, левое кортэ)
- Венский вальс (закрытые перемены)
- Квикстеп (правый спин поворот, правый поворот с хезетейшн, левый шоссе поворот, типл шоссе, бегущее окончание)
- Танго (ход, закрытый и открытый променад, основной левый поворот, фор степ, наружный свивл).
- Самба (левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, коса)
- Ча ча ча (веер, клюшка, алемана, правый волчок, турецкое полотенце)
- Джайв (кик болл чейндж, хлыст, медленный ход)
- Румба (кукарача, закрытый и продолженный хиптвист, веер, клюшка.)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. **Введение в образовательную программу.**

Теория. Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы 3-го уровня обучения, занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. **Социальные танцы и основы классического танца.**

Теория. Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения танцевальных движений.

Практика. Изучение социальных танцев 3 уровня: Модный рок, Рикки Мартин, Джон Траволта. Изучение основ классического танца, позиции ног, позиции рук, используемых в бальной хореографии, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi-plie, releve, battement tendus, grand-plie, grand battement, battement relevelent, упражнения на растягивание и выворотность. Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения направленные на укрепление необходимых групп мышц.

3. **Европейская программа танцев.**

Теория. История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Венского вальса, Квикстепа и Танго. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Венский вальс — ¾, Квикстеп — 4/4, Танго — 2/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «D» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс (правый спин поворот, виск назад, лок степ вперед, лок назад)

Венский вальс (левый поворот), Квикстеп (правый спин поворот, правый поворот с хезетейшн, левый шоссе поворот, типл шоссе, бегущее окончание), Танго (ход, закрытый и открытый променад, основной левый поворот, фор степ, наружный свивл). Техника исполнения изученных фигур. Освоение вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

4. **Латиноамериканская программа танцев.**

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Самба, Ча-ча-ча, Джайв и Румба. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «D» класса по отдельности и в паре танцев: Самба (левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, коса), Ча ча ча (правый волчок, три ча-ча-ча, турецкое полотенце), Джайв (кик болл чейндж, хлыст, медленный ход), Румба (кукарача, закрытый и продолженный хиптвист, веер, клюшка) Освоение базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

5. **Постановочная работа.**

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно- бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев.

6. **Концертная деятельность.** Участие в областных, городских фестивалях и праздниках. Участие в концертах в МАУДО ДТД и М, участие в соревнованиях по спортивному бальному танцу.

7. **Промежуточная аттестация**. Конкурс по спортивному бальному танцу. Открытое занятие.

3 УРОВЕНЬ СОВЕРШЕНСТВА
2 ступень обучения (6-ой год обучения)

№ п/п	Разделы программы	Теория	Практика	Всего часов
1	Введение в образовательную программу	4		4
2	Европейская программа танцев «D» класс.	2	78	80
3	Латиноамериканская программа танцев «D» класс.	2	92	94
4	Постановочная работа.	2	28	30
5	Концертная деятельность		6	6
6	Итоговая аттестация		2	2
	Итого	16	200	216

Учебно-тематический план

№ занятия	Наименование раздела, темы	Теория	Практика	Всего
	Введение в программу .			
1	Техника безопасности в танцевальном зале и во Дворце Творчества;	2		2
2	Цели и задачи, форма и структура занятий, внешний вид.	2		2
	Европейская программа танцев D класс.			
	Медленный вальс:			
3	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
4	Подъёмы и опускания.		2	2
5	Техника исполнения каблучного поворота.		2	2
6	Изучение фигуры закрытый импетус-поворот.		2	2
7	Променадная позиция в паре.		2	2
8	Изучение фигуры открытый импетус-поворот.		2	2
9	Техника исполнения фигур.		2	2
10	Тренировочная вариация.		2	2
11	Изучение фигуры плетение в ритме вальса.		2	2
12	Изучение фигуры плетение из променадной позиции.		2	2
13	Техника исполнения фигуры.		2	2
14	Тренировочная вариация		2	2
15	Вариация на основе изученных фигур		2	2
16	Техника исполнения вариации.		2	2
	Квикстеп:			
17	Музыкально-образный характер танца.		2	2
18	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
19	Техника исполнения шагов вперёд и назад, каблучного.		2	2
20	Изучение фигур закрытый и открытый импетус поворот.		2	2
21	Техника исполнения.		2	2
22	Изучение фигуры двойной обратный поворот.		2	2
23	Техника исполнения		2	2
24	Изучение фигуры плетение из променадной позиции.		2	2
25	Техника исполнения.		2	2
26	Построение вариации.		2	2
27	Техника исполнения вариации.		2	2
	Танго.			

28	История возникновения танца Танго.	2		2
29	Музыкально-образный характер танца.		2	2
30	Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре.		2	2
31	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
32	Техника исполнения шагов вперёд, назад и в сторону.		2	2
33	Изучение фигуры открытый левый поворот.		2	2
34	Техника исполнения фигуры.		2	2
35	Изучение фигуры рок поворот.		2	2
36	Техника исполнения фигуры.		2	2
37	Изучение вариации.		2	2
38	Техника исполнения вариации.		2	2
	Венский вальс.			
39	Музыкально-образный характер танца,		2	2
40	Изучение фигуры флекер.		2	2
41	Техника исполнения фигуры.		2	2
42	Техника исполнения танца.		2	2
	Латиноамериканская программа D класс.			
	Самба.			
43	История возникновения и музыкально-образный характер танца Самба.	2		2
44	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро)		2	2
45	Работа тела.		2	2
46	Изучение фигуры кортеджака.		2	2
47	Изучение фигуры самбалок.		2	2
48	Техника исполнения.		2	2
49	Изучение фигуры променадный бег.		2	2
50	Техника исполнения.		2	2
51	Изучение фигуры закрытые рокки.		2	2
52	Техника исполнения.		2	2
53	Постановка Вариации.		2	2
54	Техника исполнения вариации.		2	2
	Ча ча ча:			
55	Музыкально-образный характер танца.		2	2
56	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
57	Работа колен в танце.		2	2
58	Работа тела. Ротация.		2	2
59	Изучение фигуры кубинские брейки.		2	2
60	Техника исполнения.		2	2
61	Изучение фигуры следуй за лидером.		2	2
62	Техника исполнения.		2	2
63	Изучение фигуры «сладкое сердце».		2	2
64	Техника исполнения.		2	2
65	Постановка вариации.		2	2
66	Постановка вариации.		2	2
67	Техника исполнения вариации.		2	2
68	Взаимодействие в паре.		2	2
	Джайв:			
69	Музыкально-образный характер.		2	2
70	Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро)		2	2
71	Работа колен в танце.		2	2
72	Понятие Свинг.		2	2
73	Изучение фигуры муч.		2	2
74	Техника исполнения.		2	2
75	Изучение фигуры раскручивание с руки.		2	2

76	Техника исполнения.		2	2
77	Изучение фигуры катапульта и майами спешл.		2	2
78	Техника исполнения.		2	2
79	Изучение вариации на основе изученного.		2	2
80	Техника исполнения вариации.		2	2
	Румба:			
81	Музыкально-образный характер танца.		2	2
82	Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Работа тела.		2	2
83	Изучение фигуры кукарача, три алемана.		2	2
84	Техника исполнения.		2	2
85	Изучение фигуры леска спининга.		2	2
86	Техника исполнения.		2	2
87	Изучение вариации.		2	2
88	Техника исполнения вариации.		2	2
89	Взаимодействие в паре.		2	2
	Постановочная работа.			
90	Особенности работы в концертных номерах	2		2
91	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
92	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
93	Постановка композиции на основе латиноамериканской программы.		2	2
94	Отработка композиции.		2	2
95	Отработка композиции.		2	2
96	Отработка композиции.		2	2
97	Отработка композиции.		2	2
98	Постановка концертного номера на основе европейской программы.		2	2
99	Постановка концертного номера на основе европейской программы.		2	2
100	Постановка концертного номера на основе европейской программы.		2	2
101	Отработка композиции.		2	2
102	Отработка композиции.		2	2
103	Отработка композиции.		2	2
104	Отработка композиции.		2	2
	Концертная деятельность:			
105	Участие в конкурсах и мероприятиях Дворца Творчества.		2	2
106	Участие в турнирах и фестивалях муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня.		2	2
107	Участие в турнирах муниципального, регионального уровня, всероссийского и международного уровня.		2	2
	Итоговая аттестация.			
108	Исполнение европейской и латиноамериканской программы.		2	2
	Итого	16	200	216

Задачи:

- Развить волю, чувство парного сотворчества, умение работать самостоятельно.
- Освоить социальные танцы 3 уровня.
- Ознакомить с музыкально-образным характером и ритмом танца Танго.

- Освоить фигуры и вариации D класса в танцах Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, Ча ча ча, Самба, Джайв и Румба.

Планируемые результаты:

1. Иметь развитую волю, чувство парного сотворчества, уметь трудиться самостоятельно, быть коммуникабельным, психологически устойчивым.
2. Уметь ориентироваться на танцевальной площадке, знать основные направления и степени поворота.
3. Умение исполнять программные движения и вариации «D» класса по одному и в паре:

- Медленный вальс (закрытый и открытый импетус поворот, плетение в ритме вальса и из променадной позиции.)
- Венский вальс (левый поворот)
- Квикстеп (закрытый и открытый импетус, двойной обратный поворот, плетение из променадной позиции.)
- Танго (открытый левый поворот, рок поворот).
- Самба (кортеджака, локстеп, променадный бег, закрытые рокки)
- Ча ча ча (кубинские брейки, следуй за лидером, «сладкое сердце»)
- Джайв (муч, раскручивание с руки, катапульта, майами спешл.).
- Румба (кукарача, три алемана, леска спининга.)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

1. **Введение в образовательную программу.**

Теория. Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы 3-го уровня обучения, занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. **Европейская программа танцев.**

Теория. История возникновения танца Танго. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Венский вальс — ¾, Квикстеп — 4/4, Танго — 2/4.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Променадная позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро) при шаге вперёд, в сторону, назад. Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение фигур «D» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс (закрытый и открытый импетус поворот, плетение в ритме вальса и из променадной позиции)

Венский вальс (левый поворот), Квикстеп (закрытый и открытый импетус поворот, двойной обратный поворот, плетение из променадной позиции), Танго (ход, закрытый и открытый променад, основной левый поворот, фор степ, наружный свивл). Техника исполнения изученых фигур. Освоение вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

3. **Латиноамериканская программа танцев.**

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Самба, Ча-ча-ча, Джайв и Румба. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «D» класса по отдельности и в паре танцев: Самба (левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, коса), Ча ча ча (правый волчок, три ча-ча-ча, турецкое полотенце), Джайв (болл чейндж, хлыст, фоллэвей с откидыванием), Румба (турецкое полотенце, волчок) Освоение базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

4. **Постановочная работа.**

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно- бального танца. Постановка концертных номеров на основе Европейских и латиноамериканских танцев.

5. **Концертная деятельность.** Выступление на областных, городских мероприятиях, а также мероприятиях Дворца Творчества, участие в соревнованиях по спортивному бальному танцу.

6**. Итоговая аттестация.** Открытое занятие. Отчётный концерт.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

1. Материально-техническое обеспечение.

- Танцевальный зал площадью 100 квадратных метра, оснащённый хореографическим станком, зеркалами.
- Музыкальный центр.
- Концертные костюмы.

2. Формы аттестации.

- Фестиваль.
- Турнир по спортивному бальному танцу.
- Отчётный концерт.

Кадровое обеспечение.

Образовательную деятельность по программе осуществляет педагог дополнительного образования, соответствующий требованиям ст. 46 Закона об образовании в Российской Федерации и профессиональному стандарту.

Методическое обеспечение программы.

Методы и приемы обучения, используемые в работе с детьми, можно разделить на **наглядные, словесные и практические**.

Кроме того, в методическом арсенале педагога есть и методы с ярко выраженной психолого-педагогической доминанты, а так же более локальные, частные и специфические приёмы, в которых преобладает составляющая бального танца.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога,
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем,
- подражание образам окружающей действительности,
- приём тактильно-мышечной наглядности,
- наглядно-слуховой приём,
- демонстрация эмоционально-мимических навыков,
- использование видео-семинаров и ресурсы интернета.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ,
- объяснение,
- инструкция, лекция, беседа, анализ и обсуждение,
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца,
- приём раскладки танцевального движения,
- приём закрепления целостного танцевального движения.

Практический метод обогащен комплексом различных приёмов, взаимосвязанных

- наглядностью и словом:
- игровой приём,
- соревновательность и переплясность,
- использование ассоциаций-образов,
- комплексный приём обучения,
- фиксация отдельных этапов движения,
- сравнение и контрастное чередование движений,
- приём пространственной ориентации,
- развитие основных пластических линии,
- музыкальное сопровождение танца с использованием аудиоаппаратуры как методический прием,
- танцевальная импровизация.

Кроме того, в работе с воспитанниками очень эффективен и **психологический метод:**

- приём педагогического наблюдения,
- приём индивидуального подхода к каждому ребёнку,
- педагогическая оценка исполнения ребёнком танцевальных упражнений.

Основной формой организации учебного процесса является

- групповое занятие.

Календарный учебный график

Учебный период продлится с 1 сентября по 31 мая (ведение занятий по расписанию) и включает в себя каникулярный период с 30.12.2023 по 08.01.2024. ***Начало учебного года – 1 сентября. Окончание учебного года – 31 мая***

Продолжительность учебного периода (аудиторные занятия) – 36 недель.
Зимний каникулярный период с 30.12.2023 по 08.01.2024
Летний каникулярный период с 01.06.2024 по 31.08.2024

1. Комплектование групп 1 года обучения – с 1 по 15 сентября 2023 года.

2. Календарь аудиторных занятий

Начало учебного года	I учебный период	Зимний каникулярный период	II учебный период	Летний каникулярный период			Продолжительность учебного периода
				июнь	июль	август	
01.09.	16 недель	2 недели	20 недель	4 недель	4 недель	4 недели	36 недель
	01.09.-30.12.	30.12. - 08.01.	10.01. -31.05.	01.06. -31.08.			

– ведение занятий по расписанию

– промежуточная аттестация учащихся

– итоговая аттестация учащихся

– зимний каникулярный период

– летний каникулярный период

3. Регламент образовательного процесса:

Продолжительность учебной недели – 7 дней с 09.00 до 20.00 часов (для учащихся в возрасте 12-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 час).

4. Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками

4 ноября – День народного единства

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 января – Новогодние каникулы

23 февраля – День защитника Отечества
8 марта – Международный женский день
1 мая – Праздник Весны и труда
9 мая – День Победы
12 июня – День России

Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется в соответствии с рабочей программой воспитания МАУДО ДТД и М.

Цель программы:

обеспечить системное педагогическое сопровождение личностного развития учащихся, создающее условия для реализации их субъектной позиции, формирования гражданских, патриотических и нравственных качеств, развития их способностей и одарённостей через реализацию **воспитательного** потенциала **дополнительной** общеобразовательной общеразвивающей **программы**.

Задачи:

- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;

- выявление и развитие творческих способностей, учащихся путем создания творческой атмосферы в коллективе;
- способствовать развитию личности учащегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- формирование у детей гражданско-патриотического сознания;
- формировать и пропагандировать здоровый образ жизни.

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

- овладение учащимися способностью выбора деятельности, которая им поможет достичь наибольшего успеха;
- создание системы гражданско-патриотического и нравственного воспитания учащихся, способствующей воспитанию человека и гражданина, ответственного за свою судьбу и судьбу своего отечества;
- развитие потребности в творческой деятельности, интереса к культурным традициям разных народов, к истории края, государства;
- усиление ориентации учащихся на духовные ценности, воспитание юного гражданина.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4.	Мероприятия с детским коллективом (ярмарки, праздники, фестивали, акции, конкурсы, викторины, интеллектуальные игры и экскурсии)	Нравственное воспитание, воспитание; гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
5.	Участие в соревнованиях, конкурсах различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

Литература
Нормативные правовые акты

Нормативные документы

- Федеральный Закон от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, от 31.03. 2022 г. № 678-р (в редакции от 15.05. 2023 г.);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 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";
- СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01. 2021 года.
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МАУДО ДТД и М;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.

Основная литература

1. Громова Е.Н., Детские танцы, С-Пб., 2010г.,
2. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым. М., 2010.
3. Техника освоения европейских танцев, под ред. Ю. Пина, Лондон - Санкт- Петербург, 2013 год.
4. Техника освоения латиоамериканских танцев, под ред. Ю. Пина, Лондон - Санкт- Петербург, 2013 год.
5. Говард Г. Техника европейских танцев, М., 2013г.
6. Книги по спортивным бальным танцам в электронном виде (А. Мур, У. Лайред и др.) – ресурсы Интернета.