



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 60

Рассмотрено:  
на педагогическом совете школы  
Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
директор школы № 60  
\_\_\_\_\_ Спекторский А.М.  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Дополнительная образовательная программа  
Подготовка конкурсного танцора в условиях общеобразовательной  
школы**

Возраст детей с 6 лет  
Срок реализации 7 лет

Автор:  
Абрамова И.А.  
Педагог дополнительного образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа, *художественной направленности*, для детей 6-17 лет, продолжительность обучения - 7 лет.

Духовно-нравственное становление детей, подготовка их к самостоятельной жизни есть важнейшая составляющая развития общества, государства. В соответствии с «Конвенцией о правах ребенка» объективной потребностью общества в подготовке новых поколений к жизни и деятельности в условиях демократии и социального обновления общества является необходимость поиска новых путей повышения эффективности воспитания и образования, ориентированных на развитие личности, талантов и способностей ребенка в их полном объеме. Современному обществу нужна творческая, духовно и физически здоровая личность – это социальный заказ общества. И будет ли этот заказ выполнен, во многом зависит и от школы. Практика показывает, что эти требования к уровню образованности человека не могут быть удовлетворены только базовым образованием – оно все больше нуждается в повышении роли дополнительного образования детей в современной школе.

В системе эстетического воспитания подрастающего поколения значительная роль принадлежит танцу. Его неразрывная связь с музыкой и другими искусствами, эмоциональность и яркая образность, возникающие в процессе взаимоотношения выгодно выделяют танец среди других искусств.

Наиболее действенным способом распространения танцевальной культуры среди школьников является организация широкой сети студий и ансамблей бального танца. Танцевальное воспитание детей предполагает не только приобретение ими навыков и знаний в области бальной хореографии, умений красиво и свободно двигаться, танцевать, но и формирование их художественного вкуса, эстетическое и физическое развитие.

Занятия танцами выполняют и другие важные функции - они развивают наблюдательность, дисциплинируют, сплачивают в дружный, объединенный общими интересами коллектив, способствуют росту общей культуры детей. В свою очередь рост культуры поведения начинает сказываться не только во время занятий, но и в быту, где приобретенные полезные навыки легко и естественно ими применяются. Дети начинают понимать эстетику поведения в быту. Подтянутость, вежливость в отношении с окружающими становятся нормой их поведения. Они заботливо следят за своей внешностью, за чистотой, аккуратностью и изяществом своего костюма и прически.

### **Цель программы:**

Воспитание и подготовка спортивных пар от «N» до «M» класса.

### **Задачи:**

- Формировать прочные танцевальные умения и навыки индивидуальными и групповыми занятиями, конкурсами.
- Развивать эстетический и художественный вкус на лучших образцах отечественного опыта и мировых достижений в области спортивного (бального) танца.
- Воспитывать личность путем формирования и развития нравственных и патриотических качеств.
- Формировать адекватную самооценку, позитивный эмоциональный тонус.

## ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРОГРАММЫ

1. Принцип гуманистической направленности - предполагает отношение педагога к воспитанникам как к ответственным субъектам собственного развития, а также стратегию взаимодействия, основанную на субъект - субъектных отношениях.

2. Принцип культуросообразности - основывается на общечеловеческих ценностях, строится в соответствии с ценностями и нормами, национальной культуры и региональным традициям, не противоречащим общечеловеческим ценностям.

3. Принцип сознательности предусматривает заинтересованное, а не механическое усвоение детьми необходимых знаний и умений, сознательное отношение к занятиям.

4. Принцип наглядности выражается в том, что у ребенка более развито наглядно-образная память, поэтому мышление опирается на зрительное восприятие или представление: это показ движений, просмотр видеоматериалов, прослушивание ритма и темпа движения. Наглядное восприятие способствует более глубокому и прочному усвоению отрабатываемых упражнений, помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений.

5. Принцип комплексности, системности, последовательности.

Учебная деятельность связана со всеми сторонами воспитательной работы, овладением новыми знаниями и умениями, опирается на то, что уже усвоено. Предусматривается непрерывный процесс формирования музыкально-двигательных навыков, чередование работы и отдыха для поддержки работоспособности и активности детей, последовательность решения музыкально-двигательных заданий.

6. Принцип взаимодействия на нескольких уровнях, а именно: взаимоотношение между взрослыми и ребенком в процессе занятий.

7. Сотрудничество с учетом интересов партнеров, потребности возможности, ценности по творческой деятельности.

8. Принцип доступности. Постоянное усложнение вариаций в обучении танцам дает возможность поэтапного обучения учащихся и перехода его из класса в класс.

9. Принцип прочности - основан на неоднократном повторении каждой фигуры с усложнением отдельных нюансов исполнения.

10. Принцип индивидуального подхода - индивидуальных занятий с каждым учащимся в зависимости от его способностей и индивидуального восприятия материала.

11. Принцип сознательности и активности - участие в различных конкурсах дает возможность сознательно подойти к оценке своих сил и активизация занятий при достижении своей цели.

## МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

При обучении бальным танцам применимы различные методы обучения, которые могут дать результат только при умелом сочетании педагогом различных методов.

### *1. Метод рассказа и показа.*

При этом методе необходимо рассказ педагога о различных фигурах сопровождать грамотным показом или самого педагога или показательной пары - исполнителя»

### *2. Метод индивидуальных занятий.*

Этот метод наиболее эффективный при разучивании новых вариаций и отработывании исполнения фигур.

### *3. Метод соревновательной методике.*

Участие в различных конкурсах и соревнованиях дает возможность оценивать свои силы и успешность своих занятий.

Данная программа представляет 4 этапа развития ученика:

- 1 этап - 1 год обучения
- 2 этап - 2 год обучения
- 3 этап - 3-4 год обучения
- 4 этап – 5-7 год обучения.
- 

В рамках реализации программы обучение проводится в форме групповых, индивидуальных и комбинированных занятий, а так же репетиций, конкурсов и концертов.

### Учебно-тематический план Групповые занятия

Возраст детей	Год обучения	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
6-7 лет	1 год	1	1	36
8-9 лет	2 год	1	1	36
10-11 лет	3 год	1	1	36
12-14 лет	4-5 год	1	1	36
15-18 лет	6-7 год	1	1	36

### Ожидаемый результат:

1. Сформированы прочные танцевальные умения и навыки:
  - Свободное владение теорией и техникой танцев
  - Свободное внесение различных вариаций в танец
  - Эмоциональное исполнение танцев
2. Наличие эстетического и художественного вкуса:
  - Умение видеть прекрасное
  - Умение слушать и анализировать музыку
  - Умение отличать подлинную культуру от псевдокультуры
  - Свободное формирование образа соответствующего внутреннему состоянию танца
3. Сформированы нравственные и патриотические качества личности ребенка:

- Уважительное отношение к другой личности
  - Уважительное отношение к национальным ценностям страны
  - Личностные отношения к национальной культуре
- Контроль за реализацией программы будет складываться из:
- Участия в конкурсах - 2 раза в месяц.

## **Этапы обучения**

### **1 этап**

#### **1 год обучения**

##### **Задачи педагога:**

- пробудить у детей любовь к бальным танцам;
- научить детей слушать, чувствовать музыку.

##### **На 1 этапе проводятся:**

Коллективные занятия - 1 раз в неделю;  
 Выступления на школьных праздниках;  
 Выступления на открытых занятиях;  
 Индивидуальные занятия.

### **2 этап**

#### **2 год обучения**

##### **Задачи педагога:**

- развить танцевальные возможности ребёнка;
- развить эстетический и художественный вкус;

##### **На 2 этапе проводятся:**

Коллективные занятия - 1 раз в неделю;  
 Индивидуальные занятия;  
 Выступления на школьных праздниках;  
 Участие в конкурсах для начинающих.

### **3 этап**

#### **3 - 4 года обучения**

##### **Задачи педагога:**

- совершенствование танцевальных знаний;
- совершенствование умений и навыков работы в паре;
- расширение терминологического кругозора;
- воспитание личности путем формирования и развития нравственных и патриотических качеств.

##### **На 3 этапе проводятся:**

Коллективные занятия - 1 раз в неделю;  
 Индивидуальные занятия;  
 Выступления на концертах;  
 Участие в конкурсах Нижегородской федерации танцевального Спорта (НФТС);  
 Участие в конкурсах Федерации танцевального спорта России (ФТСР).

### **4 этап**

#### **5 - 7 года обучения**

##### **Задачи педагога:**

- формирование навыков работы с литературой и видеоматериалами;
- развитие педагогических навыков;
- формирование адекватной самооценки, позитивного эмоционального тонуса.

##### **На 4 этапе проводятся:**

Коллективные занятия - 1 раз в неделю;  
 Индивидуальные занятия;  
 Выступления на концертах;  
 Участие в конкурсах Нижегородской федерации танцевального Спорта (НФТС);  
 Участие в конкурсах Федерации танцевального спорта России (ФТСР);  
 Участие в конкурсах в других городах и за рубежом.

## ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### Количество часов:

В год: 36 часов

В неделю: 1 час

Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу

### Разделы программы

№ п\п	Тема	Количество часов
1	Организационный урок. Техника безопасности. Правила поведения	1
2	Знакомство с видом спорта «танцевальный спорт»	1
3	Программы, виды соревнований, организация тела для занятий спортивными танцами	1
4	Знакомство с музыкальными размерами	5
5	Простые танцы на развитие координации в музыкальном размере 4/4	5
6	Простые танцы на развитие координации в музыкальном размере 3/4	2
7	Простые танцы на развитие координации в музыкальном размере 2/4	2
8	Знакомство с европейской программой	2
9	Правила перемещения в зале	1
10	Постановка вариации танца «медленный вальс»	4
11	Знакомство с латиноамериканской программой	2
12	Постановка вариации танца «самба»	4
13	Постановка вариации танца «ча-ча-ча»	4
14	Понятие парного вида спорта. Постановка в пары. Танцевальная стойка. Взаимодействие в паре	1
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1 год обучения

№ п\п	Тема	Количество часов
1	Техника безопасности во время перемещения по школе и во время нахождения в зале	1
2	Танцевальный спорт – виды соревнований, программы – европейская и латиноамериканская. Особенности танцев с точки зрения характера и музыкального сопровождения. Достижения российских спортсменов	1
3	Позиции рук и ног (классические и свободные) Понятия «веса тела» и «линии тела» Хорошая осанка – как цель работы над телом	1
4	Развитие слухового восприятия через упражнения «проговаривание счета» и «прохлопывание счета» Музыкальный размер 4/4	2
	Музыкальный размер 3/4	2
	Музыкальный размер 2/4	1
5	Разучивание танцев: «веселая зарядка»	1

	«снейк» «стирка» «вару-вару» «диско» «тип-топ»	<b>1</b> <b>1</b> <b>1</b> <b>1</b>
6	Разучивание танца «вальс дружбы»	<b>1</b>
7	Разучивание танцев: «макарена» «ламбада»	<b>1</b> <b>1</b>
8	Основные движения танца «медленный вальс». Закрытые перемены на месте	<b>2</b>
9	Знакомство с линиями танца в зале и расположением тела относительно главных ориентиров – центра зала и стен	<b>1</b>
10	Разучивание фигур танца «медленный вальс»: «правый поворот» «левый поворот»	<b>2</b> <b>2</b>
11	Разучивание основных шагов: «самба» «ча-ча-ча»	<b>1</b> <b>1</b>
12	Разучивание фигур танца «самба»: «виск» «стационарный ход»	<b>2</b> <b>2</b>
13	Разучивание фигур танца «ча-ча-ча»: «нью-йорк» «тайм степ» «спот поворот»	<b>1</b> <b>1</b> <b>2</b>
14	Формирование стойки для европейской программы Формирование стойки для латиноамериканской программы Взаимодействие в паре во время исполнения танцев	<b>1</b>
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

## ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Количество часов:

В год: 36 часов

В неделю: 1 час

Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу

### Разделы программы

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Техника безопасности и правила поведения на соревнованиях по спортивным танцам для начинающих	1
2	Знакомство с танцем «быстрый фокстрот»	3
3	Разучивание конкурсных вариаций европейских танцев	6
4	Разучивание конкурсных вариаций латиноамериканских танцев	6
5	Понятие контакта и взаимодействия в европейских танцах	3
6	Понятие ведения и взаимодействия в латиноамериканских танцах	3
7	Характер танца с точки зрения темпа и эмоциональной окраски	2
8	Знакомство с танцем «венский вальс»	3
9	Знакомство с танцем «джайв»	3
10	Техника работы стоп в европейских танцах	1
11	Техника работы колен в европейских танцах	1
12	Техника работы стоп в латиноамериканских танцах	1
13	Техника работы колен в латиноамериканских танцах	1
14	Работа бедер – как иллюстрация правильного переноса веса	2
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 2 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Техника безопасности и правила поведения на соревнованиях по спортивным танцам для начинающих	1
2	Знакомство с музыкой и схемой основного шага в медленном темпе	1
	Исполнение основного шага в полный ритм	1
	Разучивание фигуры «лок степ»	1
3	Разучивание фигур танца «медленный вальс»:	
	«спин поворот»	1
	«виск»	1
	«поступательное шассе»	1
	«лок степ»	1
	«боковое шассе»	
	Разучивание фигур танца «быстрый фокстрот»:	
	«спин поворот»	1
	«шассе»	1
	«лок степ»	
	Разучивание фигур танца «самба»:	



4	«бота фога» «левый поворот» «променадный ход» «вольта» «соло вольтовый поворот» Разучивание фигур танца «ча-ча-ча»: «рука к руке» «хип твист» «ронд шассе», «слип шассе», «хип твист шассе» «алемана» «веер»	1 1 1 1 1 1 1
5	Взаимодействие партнеров в танцах: «медленный вальс» «быстрый фокстрот»	1 2
6	Взаимодействие партнеров в танцах: «самба» «ча-ча-ча»	1 2
7	Работа над характером танца: «медленный вальс» «быстрый фокстрот» «самба» «ча-ча-ча»	1 1
8	Разучивание фигур танца «венский вальс»: «закрытые перемены» «правый поворот»	1 2
9	Разучивание фигур танца «джайв»: музыкальное сопровождение, темп, схема основного шага в S ритма «основной шаг» в полный ритм «перемены справа налево и слева направо»	1 1 1
10	Работа стоп в европейских танцах: «медленный вальс» «быстрый фокстрот» «венский вальс»	1
11	Работа колен в европейских танцах: «медленный вальс» «быстрый фокстрот» «венский вальс»	1
12	Работа стоп в латиноамериканских танцах: «самба» «ча-ча-ча» «джайв»	1
13	Работа колен в латиноамериканских танцах: «самба» «ча-ча-ча» «джайв»	1
14	Работа бедер в латиноамериканских танцах: «самба» «ча-ча-ча» «джайв»	1 1
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

## ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Количество часов:

В год: 36 часов

В неделю: 1 час

Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу

### Разделы программы

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Знакомство с понятиями «класс мастерства» и «возрастная группа»	1
2	Соревнование, как возможность повышения класса мастерства	1
3	Знакомство с танцем «танго»	7
4	Усложнение конкурсных вариаций европейских танцев	5
5	Работа головы, как средство выразительности	1
6	Знакомство с танцем «румба»	7
7	Усложнение конкурсных вариаций латиноамериканских танцев	5
8	Понятие «фокуса» и «ракурса» (степень поворота) в латиноамериканских танцах	1
9	Работа опорной ноги, как залог грамотной техники исполнения танцев	2
10	Линии свободных ног – эстетика танца	1
11	Работа корпуса в европейских и латиноамериканских танцах	3
12	Работа над линиями рук в латиноамериканских танцах	1
13	Понятие «ведение» в латиноамериканских танцах	1
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Знакомство с понятиями «класс мастерства» и «возрастная группа»	1
2	Разъяснение системы набора очков, необходимых для перехода в следующий класс мастерства	1
3	Знакомство с музыкой и способом перемещения веса, понятие «дискретность» в танце «танго» Разучивание фигур танца «танго»: «основной шаг» «прогрессивное звено» «променадная позиция» «закрытый променад»	1 1 2 1 2
4	Усложнение конкурсных вариаций в европейских танцах: «медленный вальс» – «хезитейшен» «венский вальс» – «левый поворот» «быстрый фокстрот» – «типпл шассе» «танго» – «файв степ»	1 1 1 2
	Работа головы в европейских танцах: «медленный вальс», «танго», «быстрый фокстрот»	1

5	«венский вальс»	
6	Знакомство с музыкой, ритмом, основным шагом танца «румба» Разучивание фигур: «спот поворот» «шаги кукарача» фигуры аналогичные фигурам танца «ча-ча-ча»	<b>1</b>  <b>2</b> <b>2</b> <b>2</b>
7	Усложнение конкурсных вариаций в латиноамериканских танцах: «самба» - «теневые ботофого» «ча-ча-ча» - «плечо к плечу» «румба» - «хип твист», «веер», «алемана» «джайв» - «смена рук за спиной», «американский спин»	<b>1</b> <b>1</b> <b>1</b> <b>2</b>
8	Ракурс и фокус в латиноамериканских танцах: «самба» - на примере «стационарного хода» «ча-ча-ча» - на примере «ню-йорка» «румба» - на примере «рука к руке» «джайв» - на примере «перемен справа налево»	<b>1</b>
9	Техника работы опорной ноги в европейских танцах: «медленный вальс» - спуск-подъем «танго» - концентрация веса, накопление энергии «венский вальс» - выталкивание опорной ногой «быстрый фокстрот» - исполнение медленных шагов Техника работы опорной ноги в латиноамериканских танцах: «самба» - «баунс-движение» «ча-ча-ча» - «выключение» колена «румба» - «давление в колено» «джайв» - «пружинистое» движение	<b>1</b>    <b>1</b>
10	Линии свободных ног в европейских танцах: «медленный вальс» - подача ноги в шаге назад «танго» - променадные позиции «венский вальс» - подача ноги в шаге назад «быстрый фокстрот» - подача ноги в шаге назад Линии свободных ног в латиноамериканских танцах: «самба» - вытягивание подъема стопы и колена «ча-ча-ча» - вытягивание подъема стопы и колена «румба» - вытягивание подъема стопы и колена «джайв» - вытягивание подъема стопы, работа согнутого колена наверх	<b>1</b>
11	Наклоны в танцах: «медленный вальс», «венский вальс», «быстрый фокстрот» Ротация в танце «танго» Движение бедер по «восьмерке» в танце «самба» Работа бедер диагонально назад-наверх в танце «ча-ча-ча» Сокращение бока в танце «румба» Поворот и «сдвиг» в танце «джайв»	<b>1</b>  <b>1</b>  <b>1</b>
12	Работа рук в латиноамериканских танцах: «самба», «ча-ча-ча», «румба», «джайв»	<b>1</b>
13	«Ведение» в латиноамериканских танцах: «ведение» с помощью физического контакта «визуальное ведение»	<b>1</b>

<b>Итого:</b>	<b>36</b>
---------------	-----------

### ЧЕТВЕРТЫЙ-ПЯТЫЙ ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Количество часов:

В год: 36 часов

В неделю: 1 час

Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу

#### Разделы программы

№ п\п	Тема	Количество часов
1	Знакомство с понятием статус соревнования, рейтинг, рейтинговое соревнование	1
2	Реализация спортивной формы на соревнованиях – комплексный подход	1
3	Знакомство с танцем медленный фокстрот	5
4	Разучивание новых фигур в европейских танцах	5
5	Знакомство с танцем пасодобль	5
6	Разучивание новых фигур в латиноамериканских танцах	5
7	Позы, как динамические остановки (линии в европейских танцах)	5
8	Позы в латиноамериканских танцах, как способ демонстрации физических кондиций	5
9	Особенности танца быстрый фокстрот. Дифференциация шагов по характеру исполнения	1
10	Повороты и вращения в латиноамериканских танцах	1
11	Особенности техники исполнения поворотных и вращательных фигур в европейских танцах	1
12	Визуальный контакт, как средство выразительности	1
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 4-5 года обучения

№ п\п	Тема	Количество часов
1	Знакомство с понятием «статус соревнования» - рейтинг, рейтинговое соревнование	1
2	Реализация спортивной формы на соревновании – комплексный подход	1
3	Знакомство с музыкой, ритмом, основным шагом танца «медленный фокстрот»	1
	Разучивание фигур:	
	«двойной обратный спин»	2
	«левый поворот»	1
	«ховер-кросс»	1
4	Разучивание новых фигур медленного вальса:	
	«импетус поворот»	1
	«телемарк»	
	«крыло»	
	Разучивание новых фигур танго:	
	«левый поворот»	1
	«твист поворот»	

	«левый поворот на поступательном боковом шаге» Разучивание новых фигур венского вальса: «спины», «контр-чек», «флекер» Разучивание новых фигур медленного фокстрота: «импетус поворот» «плетение» «фалловой-виск» Разучивание новых фигур быстрого фокстрота: «кросс-шассе», «двойной обратный спин», «шпилька»	<b>1</b>  <b>1</b>  <b>1</b>
5	Знакомство с музыкой, ритмом, основным движением танца «пасодобль» Особенности работы кистей рук Разучивание фигур: «апель» «променад» «шассе» «большой круг»	<b>1</b>  <b>1</b> <b>1</b>  <b>1</b>
6	Разучивание новых фигур танца «самба»: «роки» «бег из променада в контрпроменад» «правый и левый роли» Разучивание новых фигур танца «ча-ча-ча»: «правый волчок» «турецкое полотенце» «свит-хат» Разучивание новых фигур танца «румба»: «лассо» «фенсинг» «скользящие дверцы» Разучивание новых фигур танца «пасодобль»: «шестнадцать» «шассе-плац» «променадный и контрпроменадный спин повороты» Разучивание новых фигур танца «джайв»: «стоп энд гоу», «хлыст», «цыплячий ход»	<b>1</b>   <b>1</b>   <b>1</b>   <b>1</b>   <b>1</b>
7	Левые линии Правые линии Комбинации линий Изменение скорости при исполнении линий	<b>1</b> <b>1</b> <b>1</b> <b>2</b>
8	Нижние позы Верхние позы Комбинации поз Музыкальная интерпретация при исполнении поз	<b>1</b> <b>1</b> <b>2</b> <b>1</b>
9	Прыжки Бег	<b>1</b>
10	Вращения на одной ноге Вращения на двух ногах Ритмическая интерпретация вращений	<b>1</b>
11	Внешняя и внутренняя стороны поворотов Правые вращения Левые вращения	<b>1</b>
12	Использование визуального контакта в европейских танцах Использование визуального контакта в	<b>1</b>

	латиноамериканских танцах	
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

### ШЕСТОЙ-СЕДЬМОЙ ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Количество часов:

В год: 36 часа

В неделю: 1 час

Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу

#### Разделы программы

№ п\п	Тема	Количество часов
1	Условия стрессоустойчивости на соревнованиях	1
2	Постановка задач и анализ результатов турниров	1
3	Понятие «дизайн» танца (европейского)	3
4	«Дизайн» латиноамериканского танца	4
5	Модные тенденции в европейских танцах	3
6	Модные тенденции в латиноамериканских танцах	2
7	Музыкальная интерпретация основных фигур, как средство демонстрации усложненной техники в латиноамериканских танцах	5
8	Музыкальная интерпретация основных фигур, как средство демонстрации усложненной техники в европейских танцах	6
9	Заимствование фигур в европейских танцах	1
10	Заимствование фигур в латиноамериканских танцах	4
11	Модные фигуры в европейских танцах	2
12	Модные фигуры в латиноамериканских танцах	2
13	Принципы составления вариаций в европейских танцах	1
14	Принципы составления вариаций в латиноамериканских танцах	1
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 6-7 года обучения

№ п\п	Тема	Количество часов
1	Условия стрессоустойчивости на соревнованиях	1
2	Постановка задач и анализ результатов турниров	1
3	Променадные и контрпроменадные позиции головы Линии Ронды, девлюпе, атетюд	1 1 1
4	Линии рук Жесты Работа корпуса Позы	1 1 1 1
5	Позы – амплитуда, степень спуска Венский вальс – контрчек, левый виск Работа головы партнерши в горизонтальной позиции	1 1 1
6	Растяжки горизонтальные и вертикальные Трюки	1 1
7	Самба – на примере ролла Ча-ча-ча – синкопированный чек Румба – перенос акцентов внутри такта	1 1 1

	Пасодобль – твисты	<b>1</b>
	Джайв – чек и простой спин	<b>1</b>
8	Медленный вальс – синкопированный обратный спин	<b>1</b>
	Танго – синкопированный фалловей-виск	
	Венский вальс – синкопированные спины	<b>1</b>
	Медленный фокстрот – замедление и ускорение	<b>1</b>
	исполнения спинов	<b>1</b>
	Быстрый фокстрот – исполнение шпильки в разном ритме	<b>2</b>
9	Заимствование фигур в европейских танцах	<b>1</b>
10	Заимствование фигур в латиноамериканских танцах	<b>4</b>
11	Использование чарльстона, польки, «бабочка»	<b>2</b>
12	«Караоке», рол, батокадо	<b>2</b>
13	Принципы составления вариаций в европейских танцах	<b>1</b>
14	Принципы составления вариаций в латиноамериканских танцах	<b>1</b>
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>

## ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ

<b>Сроки</b>	<b>Какие знания, умения и</b>	<b>Форма контроля</b>	<b>Методы контроля</b>
Октябрь	Постановка корпуса, рук, ног.	Контрольная работа,	Наблюдение Оценка за выступление
Ноябрь	Исполнение ритмических	Зачетное занятие	Оценка за выступление
Октябрь, январь	Грамотное исполнение танцев. Практическое	Контрольная работа	Оценка
Декабрь, май	Выразительное исполнение танцев, культура	Турниры и конкурсы	Наблюдение Анализ Результаты соревнований
Ноябрь, февраль	Точность исполнения техники танцев	Турниры и конкурсы	Наблюдение Анализ исполнения Результаты соревнований
Декабрь, март, май	Качество исполнения танцев.	Показательные выступления	Наблюдение Результаты соревнований
Октябрь, февраль	Качество исполнения различных	Контрольная работа	Наблюдение Оценка



## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№ п/п	Название темы	Формы занятия	Приемы и методы организации учебно-воспитательного	Техническое оснащение, дидактический материал	Формы подведения итогов
1.	<b>Танец «Веселая зарядка»</b>	Групповое занятие	Рассказ, объяснение, репетиции	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, аудиозаписи	Опрос, анализ
2.	<b>Танец «Стирка»</b>	Комбинированное занятие	Рассказ, объяснение, репетиции	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, аудиозаписи	Опрос, анализ
3.	<b>Вальс «Дружба»</b>	Комбинированное занятие	Объяснение, репетиции, упражнения, тренаж	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, аудиозаписи	Опрос, анализ, наблюдение
4.	<b>Танец «Диско»</b>	Комбинированное занятие	Объяснение, репетиции	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, аудиозаписи	Наблюдение, анализ
5.	<b>Танец «Вару-вару»</b>	Комбинированное занятие. репетиции.	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, зачет	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, аудиозаписи	Анализ, опрос Наблюдение

6.	<b>«Тип-топ»</b>	Комбинированное занятие	Объяснение, репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки, просмотр	Зал, оснащенный паркетным полом. Магнитофон, аудиозаписи, зеркалами. аудиозаписи, видеозаписи	Наблюдение анализ выступления
7.	<b>Танец «Медленный Вальс»</b>	Контрольное занятие, показательные выступления, конкурсы, турниры	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки просмотр видеозаписей	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, видеозаписи, аудиозаписи	Наблюдение Анализ выступлений
8.	<b>Танец «Самба»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления, турниры	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки просмотр	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, видеозаписи, аудиозаписи	Наблюдение Анализ выступлений
9.	<b>Танец «Ча-ча-ча»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления, турниры	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки просмотр видеозаписей Контрольная работа	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, видеозаписи, аудиозаписи	Наблюдение Анализ выступлений

10.	<b>Танец «Быстрый фокстрот»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления, турниры	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки просмотр	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, видеозаписи, аудиозаписи	Оценка, опрос Анализ выступлений
11.	<b>«Венский вальс»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления, конкурсы, турниры, концерты	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки просмотр видеозаписей Контрольная	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, видеозаписи, аудиозаписи	Наблюдение Анализ выступлений
12.	<b>«Джайв»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления, конкурсы, турниры	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки, просмотр видеозаписей	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, видеозаписи, аудиозаписи	Наблюдение Анализ выступлений
13.	<b>«Танго»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления конкурсы, турниры	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки, просмотр видеозаписей Контрольная работа	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, видеозаписи, аудиозаписи	Наблюдение Анализ выступлений

14.	<b>«Медленный фокстрот»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления, конкурсы, турниры, концерты	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки, просмотр видеозаписей	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, видеозаписи, аудиозаписи	Наблюдение Анализ выступлений
15.	<b>«Румба»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления, конкурсы, турниры	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки, просмотр видеозаписей	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, аудиозаписи, видеозаписи	Наблюдение Анализ выступлений
16.	<b>«Пассадобль»</b>	Индивидуальные занятия, контрольное занятие, показательные выступления, конкурсы, турниры	Объяснение репетиции, упражнения, тренаж, прослушивание музыки, просмотр видеозаписей	Зал, оснащенный паркетным полом, зеркалами. Магнитофон, аудиозаписи	Наблюдение Анализ выступлений

### Учебный план программы

№	раздел	1 год			2 год			3 год			4 год			5 год			6 год			7 год		
		т	п	о	т	п	о	т	п	о	т	п	о	т	п	о	т	п	о	т	п	о
1	вводное занятие	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
2	теория танца	1	-	1	2	2	4	2	2	4	2	2	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	танец в паре	2	8	10	1	1	2	2	4	6	1	4	5	1	2	3	1	2	3	1	2	3
4	освоение основ в европейских и латинских танцах	4	14	18	2	4	6	3	7	10	2	4	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	формирование навыков работы с литературой и видеоматериалами	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	2	4	2	2	4	2	2	4
6	расширение терминологического кругозора	-	-	-	3	10	13	1	2	3	2	3	5	3	1	4	3	1	4	3	1	4
7	конкурсная деятельность	-	4	4	-	8	8	-	8	8	-	9	9	2	15	17	2	15	17	2	15	17
8	модные тенденции в танцах	-	-	-	-	-	-	1	1	2	1	4	5	1	4	5	1	4	5	1	4	5
	итого	8	28	<b>36</b>	9	27	<b>36</b>	10	26	<b>36</b>	8	28	<b>36</b>	10	26	<b>36</b>	10	26	<b>36</b>	10	26	<b>36</b>

**Т** - теория (кол-во часов)

**П** - практика (кол- часов)

**О** – общее кол-во часов

**Календарно-тематическое планирование на 2014-2015 учебный год**

№	месяц	тема	дата	руководитель
1	сентябрь	Техника безопасности. Повторение прошлогоднего материала Открытый урок	02.09- 23.09.14 24.09.14	Абрамова
2	октябрь	Значение постановки стоп в Латинских и Европейских танцах Подготовка к турниру Вращения в Латинских танцах. Понятие «фокус», «ракурс». М. Фокстрот- основные фигуры	01.10- 14.10.14 18.10-19.10 15.10-30.10	Абрамова
3	ноябрь	Подготовка к МС МС Работа над ошибками. Танго- променадные позиции. Пасадобль- визуальное ведение. Линии рук и ног	04.11- 06.11.14 08.11-09.11 18.11-27.11	Абрамова
4	декабрь	Повторение пройденного. Позы. Вариации «от простого к сложному». Линии свободных ног – эстетика танца Работа бедер в Латинских танцах. «Флики» и «Кики». Фигуры с зеркальным исполнением	04.12- 17.12.14  18.12- 30.12.14	Абрамова
5	январь	Работа головы, как средство выразительности. Знакомство с понятиями «Класс мастерства» и «Возрастная группа» Усложнение конкурсных вариаций Европейских танцев	06.01.- 13.01.15 15.01- 22.01.15 22.01-29.01	Абрамова
6	февраль	Разучивание новых фигур в Европейских танцах Наклоны в танцах М.вальс, В.вальс, Б.фокстрот	03.02- 17.02.15 19.02-26.02	Абрамова
7	март	Разучивание новых фигур в латинских танцах Позы в Латинских танцах, как способ демонстрации физических кондиций Открытый урок	03.03- 12.03.15 17.03-26.03 31.03.15	Абрамова
8	апрель	Модные тенденции в Латинских танцах Модные тенденции в Европейских танцах РС «Сиреневый бал» Постановка задач и анализ результатов соревнований	02.04- 09.04.15 14.04-17.04 18.04-19.04 21.04-30.04	Абрамова
9	май	Принцип составления вариаций Латинских танцев Принцип составления вариаций Европейских танцев	05.05- 14.05.15 19.05-28.05	Абрамова

## Мониторинг образовательных результатов

**Таблица № 1**

	теория, знание основных понятий	практические умения и навыки	личностное развитие
1 год	Понятие ритма танца. Основы хореографии танца. Постановка рук и стоп	Умение слышать ритм, двигаться в музыку. Умение правильно выстраивать линии в руках и ногах	Терпение, аккуратность, интерес к занятиям
2 г	Основные движения в Европейских и Латинских танцах. Понятие контакта и ведения в танце	Умение правильно исполнять основные фигуры в танцах. Умение управлять партнершей. Самостоятельный контроль линии рук	Терпение, аккуратность, интерес к занятиям
3 г	Знакомство с понятием «класс мастерства». Соревнование, как возможность повышения класса мастерства. Работа корпуса в Латинских и Европейских танцах	Умение самостоятельно разбираться в программе турнира. Умение контролировать свои заходы на турнире. Основные принципы работы корпуса в танцах	Терпение, аккуратность, интерес к занятиям, самоконтроль умение слушать и слышать педагога
4-5 г	Знакомство с понятием статус соревнования, рейтинг, рейтинговое соревнование. Позы, как динамические остановки	Знать особенности исполнения поворотных и вращательных фигур. Правые и левые вращения. Знать верхние и нижние позы. Музыкальная интерпретация при исполнении поз	Терпение, аккуратность, интерес к занятиям, самоконтроль самооценка
6-7 г	Понятие «дизайн» танца. Модные тенденции в танцах. Принципы составления вариаций	Умение выполнять растяжки горизонтальные и вертикальные. Демонстрация усложненной техники в Европейских танцах. Линии рук, жесты	Терпение, аккуратность, интерес к занятиям, самоконтроль

**Таблица №2**

	показатели (оцениваемые параметры)	критерии	степень выраженности оцениваемого качества	возможное количество баллов	методы диагностики	
1	Теория 1.1 Теоретические знания (по разделам учебно - тематического плана, программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	Минимальный уровень (ребенок освоил менее, чем S объема знаний предусмотренных программой)	1	Наблюдение, контрольный опрос	
			средний (объем знаний более, чем S программы)	5		
	1.2 Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	максимальный (ребенок освоил всю программу)	10		Собеседование
			Минимальный (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины)	1		
			Средний (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой)	5		
			Максимальный (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	10		
2	Практика 2.1 Практические умения и навыки предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Минимальный Средний Максимальный	1 5 10	Наблюдение, конкурс, соревнование	
3	Личностное развитие 3.1 Терпение	Способность переносить нагрузки в течении определенного времени, преодолевать трудности.	Минимальный (терпения хватает менее, чем на S занятия)	1	Наблюдение	
			Средний (терпения хватает больше, чем на S занятия)	5		
			Максимальный (терпения хватает на все занятие)	10		
	3.2 Самоконтроль	Умение контролировать	-Ребенок постоянно находится под	1		



		свои поступки (приводить к должному своим действиям)	воздействием контроля извне -Периодически контролирует себя сам -Постоянно контролирует себя сам	5 10	
	3.3 Самооценка	Способность оценивать себя адекватно, осознанно	Завышенная Заниженная Нормальная	1 5 10	
	3.4 Интерес к занятиям	Участие в освоение образовательной программы	-Интерес к занятиям продиктован ребенку извне -Интерес периодически поддерживается самим ребенком - Интерес поддерживается ребенком самостоятельно	1 5 10	
	3.5 Аккуратность	Аккуратность и ответственность в работе	Удовлетворительно -Хорошо -Отлично	3 4 5	
	3.6 Умение слышать и слушать педагога	Адекватность восприятия информации идущей от педагога	-Минимальный -Средний -Максимальный	1 5 10	Наблюдение, тестирование

Показателем образовательного результата выступает динамика продвижения ребенка в личностном развитии, овладении ЗУН и творческом самовыражении.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Кручинин В.А. Ритмика в специальной школе. 1990г.
2. Рогозин И.В. Танец в коллективе художественной самодеятельности». 1960г.
3. Алекс Мур. Бальные танцы. 1986г.
4. Имперское общество учителей танцев. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. 2 часть. 1993г.
5. Подласный И.П. Педагогика. В 2 книгах. - М: «Владос», 2000 г.
6. Басова Н.В. Педагогика и практическая психология. - Ростов н/Д.: «Феникс», 2000г.
7. Байкова Л.А., Гребенкина Д.К. Педагогическое мастерство и педагогические технологии. - М.: «Педагогическое общество России», 2001г.
8. Современный бальный танец. Сост. Стриганова В.М., Уральская В.И. 1978г.
9. Учимся танцевать. ООО «Попурри», 2002г.

## ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Современные бальные танцы. - М., 1981г.
2. Бальные танцы. - М., 1983г.
3. Бальные танцы. - М, 1976г.
4. Кудряков В., Школьников Л. Разрешите пригласить. - М., 1978г.
5. Новые бальные танца. - М., 1969г.
6. Новые бальные танцы. - М., 1966г.
7. Богаткова Л. 2-х том. Танцы для детей. - М., 1959г.