

Государственное образовательное автономное учреждение  
дополнительного образования Ярославской области  
«Центр детей и юношества»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГОАУ ДО ЯО

«Центр детей и юношества»

Е.А. Дубовик

Приказ № 17-01/208 от 01.04.2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Спортивные бальные танцы. Начальный этап»**

направленность программы – физкультурно-спортивная

уровень программы – разноуровневая

возраст обучающихся – 5-9 лет

срок реализации – 4 года

Автор-составитель:

Капитонова Лариса Евгеньевна,

педагог дополнительного образования

## Оглавление

<b>1.</b>	<b>Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Учебно-тематический план по годам обучения	7
1.3.	Содержание программы	9
<b>2.</b>	<b>Комплекс организационно-педагогических условий</b>	
2.1.	Календарный учебный график	20
2.2.	Методическое обеспечение	20
2.3.	Оценочные материалы	22
2.4.	Материально-техническое обеспечение	23
2.5.	Кадровое обеспечение	23
<b>3.</b>	<b>Список информационных источников</b>	24
<b>4.</b>	<b>Приложения</b>	
1.	Примерный календарный график на 2024-2025 учебный год для группы 1 года обучения	25
2.	Примерный календарный график на 2024-2025 учебный год для групп 3 года обучения	27

# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные бальные танцы. Начальный этап» (далее – программа) разработана с учетом нормативно-правовой базы и локальных актов ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» (см. ниже в разделе «Список информационных источников»).

Процесс обучения спортивным бальным танцам можно считать своеобразной условной «пирамидой», на различных уровнях которой решаются те или иные задачи овладения этим видом спорта.

Обучаться бальным танцам можно с самого раннего возраста. Начальная подготовка – это основание пирамиды. Занятия детей бальными танцами дисциплинируют, помогают лучшему согласованию мысли и действий, воспитывают одаренную, трудолюбивую, физически крепкую, творческую личность.

Помимо физического развития бальные танцы позволяют справиться детям со многими комплексами. На начальной стадии обучения дети будут учиться основам этикета, ребёнок будет перенимать в свои ежедневные манеры благородство.

Программа реализуется в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» в объединении «Клуб спортивного танца «Альянс». Обучение спортивным танцам это длительный период. Обучающиеся занимаются танцами с 5 до 18 лет и очень важно правильно организовать этапы обучения. На начальном этапе – необходимо привить обучающимся важные качества, необходимые для занятий этим видом спорта в дальнейшем. Выработать координацию и баланс, основы музыкально-ритмического восприятия, основы техники танцев. А также дети могут стать уверенными в себе, ответственными, доброжелательными, трудолюбивыми.

Данная программа является программой физкультурно-спортивной направленности, по уровню освоения – разноуровневая: 1 и 2 год обучения – стартовый уровень, 3 и 4 год обучения – базовый уровень. Новизна программы заключается в том, что она соответствует одному из этапов многолетнего обучения в объединении «Клуб спортивного танца «Альянс» и ее содержание ориентировано на возрастные категории согласно положению «О массовом танцевальном спорте общероссийской общественной организации «Всероссийская федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла»».

Программа «Спортивные бальные танцы. Начальный этап» актуальна тем, что способствует всестороннему раскрытию и реализации природного творческого потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива, социума. Программа ориентирована на развитие творческого потенциала и танцевальных способностей детей разных возрастных групп.

Занятия танцами – это один из немногих видов деятельности, который позволяет сочетать в себе: искусство, пластику, владение телом, спорт, ритмику, движения, образ танца, выработку волевых качеств.

**Цель программы** – создание условий для развития индивидуальных творческих, интеллектуальных, физических возможностей детей, через занятия спортивными бальными танцами.

### **Задачи программы:**

Обучающие:

- обучить техникам исполнения бальных и латиноамериканских танцев;
- дать специальные знания по спортивным бальным танцам;
- сформировать музыкально-ритмические знания;
- обучить техникам исполнения танцев конкурсного направления;
- способствовать формированию навыков танцевального мастерства.

Развивающие:

- сформировать правильную красивую осанку;

- развить координацию движений, гибкость и пластику;
- развить чувство ритма;
- развить память и внимание;
- развить артистизм и эмоциональность;
- развить творческие танцевальные способности;
- развить индивидуальность каждой танцевальной пары и солиста;
- развить спортивные качества: силу, выносливость, скорость;
- развить творческую активность детей в процессе исполнения спортивных балльных танцев.

- развить умения и навыки для выступлений перед зрителями и судьями.

Воспитательные:

- познакомить с историей ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», коллектива КСТ «Альянс»;
- воспитать уважение к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;
- привить трудолюбие;
- воспитать собранность и дисциплину;
- воспитать стремление к саморазвитию;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни;
- воспитать эстетический вкус и исполнительскую культуру;
- привить навыки хорошего тона и культуры поведения;
- воспитать чувство коллективизма и взаимопомощи, чувство ответственности и патриотизма;
- воспитать физические качества обучающихся (гибкость, ловкость, координационные возможности, скоростные способности).

#### **Обучающиеся, для которых программа актуальна**

Возраст обучающихся по данной программе: 5-9 лет.

Прием в объединение «Клуб спортивного танца «Альянс» осуществляется на основе заявления родителей (законных представителей) ребенка. В объединение принимаются дети как без специальной физической и танцевальной подготовки, так и с развитыми физическими, музыкальными, танцевальными данными.

Для обучения по данной программе допускаются обучающиеся на основании сведений, содержащихся в заключении медицинской организации (справка).

Количество обучающихся в группе:

- 1 год обучения: 8-20 человек;
- последующие года обучения: 8-20 человек.

#### **Формы и режим занятий**

Основная форма обучения – очная, групповая.

Группа формируется с учетом возрастных особенностей, уровня подготовки и задач текущего года обучения.

Программа рассчитана на 4 года обучения. Общий объем – 720 часов: 1-2 год обучения – 144 часа в год; 3-4 год обучения - 216 часов в год.

Режим занятий:

1-2 год обучения – 2 раза в неделю по 2 учебных часа с перерывом не менее 10 минут;  
 3-4 год обучения – 3 раза в неделю по 2 учебных часа с перерывом не менее 10 минут.  
 Допускается 2 раза в неделю по 3 учебных часа с перерывами не менее 10 минут.

Продолжительность учебного часа:

- для детей 5-6 лет 35 минут;
- для детей 7-8 лет 45 минут.

В случае введения ограничительных мер на реализацию дополнительной общеобразовательной программы в очном формате, связанных с санитарно-

эпидемиологической обстановкой, реализация программы может осуществляться в дистанционном режиме с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Реализация программы будет осуществляться через специализированные сервисы организации занятий, утвержденные приказом директора образовательной организации. Выбор специализированного сервиса будет осуществляться по конкретным обстоятельствам ограничительных мер.

Программа рассчитана на 4 года обучения:

- первый год обучения: основы музыкальной грамоты и технические основы танцев «Медленный вальс», «Ча-ча-ча»;
- второй год обучения: основы музыкальной грамоты и технические основы танцев «Квикстеп», «Самба», а также исполнение небольших связок из фигур изученных танцев;
- третий год обучения: вариации из фигур изученных танцев и исполнение их под музыку;
- четвертый год обучения: исполнение 6 танцев, вариации из фигур по каждому из танцев, исполнение их под музыку.

### **Планируемые результаты обучения**

**В конце 1-го года обучения обучающиеся должны:**

**знать:**

- музыкальный размер каждого танца программы;
- основные понятия «линии движения» в конкурсных танцах;
- что такое спортивные бальные танцы, из чего они состоят, количество танцев;

**уметь:**

- самостоятельно работать в паре и сольно;
- владеть техникой исполнения танцев;
- владеть техникой исполнения основ конкурсных танцев
- владеть начальными навыками актёрского мастерства, уверенно чувствуя себя перед зрителями.

**В конце 2-го года обучения обучающиеся должны:**

**знать:**

- вариации конкурсных танцев;
- правила участия в конкурсах (соревнованиях) своей возрастной группы;

**уметь:**

- свободно ориентироваться на конкурсной площадке;
- эмоционально отображать характер танца;
- владеть техникой исполнения фигур.

**В конце 3-го года обучения обучающиеся должны:**

**знать:**

- музыкальный размер, количество тактов, темп музыки изученных танцев;
- правила и технику нанесения конкурсного макияжа и концертного грима;
- вариации конкурсных танцев;
- историю танцев;
- основные нормы поведения, обеспечивающие комфортное взаимодействие в коллективе;

**уметь:**

- владеть техникой исполнения фигур;
- владеть видами вращения в паре и по одному;
- танцевать в паре и по одному;
- работать с музыкальным материалом;
- ориентироваться в танцевальных и музыкальных направлениях.

**В конце 4-го года обучения обучающиеся должны:**

**знать:**

- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы;
- фигуры основных вариаций европейских, латиноамериканских танцев в паре;
- фигуры основных вариаций европейских, латиноамериканских танцев для солистов;
- рисунок бального танца, особенностей взаимодействия в паре;
- рисунок бального танца для солистов;
- все условия и требования для выступления на конкурсах (соревнованиях);

#### **уметь:**

- исполнять основные вариации: европейских, латиноамериканских танцев в паре;
- исполнять основные вариации европейских, латиноамериканских танцев для солистов;
- ориентироваться в различных танцевальных залах;
- технически чисто исполнять все движения в полной синхронности движения в паре;
- выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для танцоров-спортсменов;
- успешно представлять свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на конкурсах (соревнованиях).

#### **Личностные результаты:**

- чувство гордости и сопричастности к жизни объединения «Клуб спортивного танца «Альянс» и ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества»;
- осознанное выполнение правил поведения в различных образовательных ситуациях, публичных выступлениях, правил по технике безопасности, организованность, самостоятельность;
- следование общепринятым правилам и нормам поведения;
- конструктивное взаимодействие с членами учебной группы, обучающимися Клуба спортивного танца «Альянс», ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» и взрослыми;
- внимание, умение концентрироваться, способность к волевым действиям;
- физические качества (сила, гибкость, быстрота, выносливость, ловкость, подвижность);
- качества личности: самоорганизация, самоанализ.

#### **Метапредметные результаты:**

- иметь представление о собственном теле;
- знать правила гигиены костюма;
- иметь базовые представления о здоровом образе жизни;
- с уважением относиться к партнёру по паре и всем членам коллектива;
- знать историю развития бального танца;
- знать о ценности сотрудничества с другими людьми;
- быть уверенным в ценности здорового образа жизни

#### **Формы контроля и аттестации обучающихся**

Реализация программы «Спортивные бальные танцы. Начальный этап» предусматривает входную диагностику, текущий и промежуточный контроль, аттестацию обучающихся, который проводится в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и аттестации обучающихся ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества».

Входная диагностика – это оценка исходного уровня развития физических данных, выявления музыкально-ритмического и эмоционального развития обучающихся перед началом образовательного процесса (сентябрь).

Текущий контроль – проводится в течение всего учебного года, с тем чтобы определить уровень теоретических знаний, практических навыков и умений. Такой контроль осуществляется на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение за практической деятельностью, журнал посещаемости, просмотр, участие в соревнованиях.

Промежуточный контроль – осуществляется по итогам полугодия и учебного года с целью определения степени усвоения обучающимися материала программы, определения промежуточных результатов обучения, проходит в форме открытого или контрольного урока, устного опроса, выступления на соревнованиях.

Основным методом выявления результатов воспитания является педагогическое наблюдение за обучающимися в различных образовательных ситуациях: на учебных занятиях, во время сценических (концертных) выступлений, на соревнованиях, в зрительном зале и др.

Аттестация обучающихся – по окончании учебного года и полного освоения программы проходит (в апреле-мае) в форме открытого итогового занятия и результатов участия в соревнованиях.

## 1.2. Учебно-тематический план

### Первый год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Введение в программу. Техника безопасности</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>Основы музыкальной грамоты</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
2.1.	Ритм танца «Медленный вальс»	12	2	10
2.2.	Ритм танца «Ча-ча-ча»	12	2	10
<b>3.</b>	<b>Единичные технические действия</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
3.1.	Позиция	14	2	12
3.2.	Шаги и их направления	16	2	14
<b>4.</b>	<b>Техника исполнения танца «Медленный вальс»</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>30</b>
4.1.	Разучивание основных фигур	14	2	12
4.2.	Отработка основных фигур	20	2	18
<b>5.</b>	<b>Техника исполнения танца «Ча-ча-ча»</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>30</b>
5.1.	Разучивание основных фигур	14	2	12
5.2.	Отработка основных фигур	20	2	18
<b>6.</b>	<b>Соревнования по танцевальному спорту</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
<b>7.</b>	<b>Воспитательные мероприятия</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
<b>8.</b>	<b>Аттестация обучающихся</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>21</b>	<b>123</b>

### Второй год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Введение в программу. Техника безопасности</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>Культура взаимоотношений в паре</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>3.</b>	<b>Основы музыкальной грамоты</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
3.1.	Ритм танца «Медленный вальс»	5	1	4
3.2.	Ритм танца «Квикстеп»	5	1	4
3.3.	Ритм танца «Самба»	5	1	4
3.4.	Ритм танца «Ча-ча-ча»	5	1	4
<b>4.</b>	<b>Техника исполнения танца «Медленный вальс»</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
4.1.	Разучивание фигур	12	1	11
4.2.	Отработка основных фигур	12	1	11
<b>5.</b>	<b>Техника исполнения танца «Квикстеп»</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
5.1.	Разучивание основных фигур	12	1	11

5.2.	Отработка основных фигур	12	1	11
<b>6.</b>	<b>Техника исполнения танца «Самба»</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
6.1.	Разучивание основных фигур	12	1	11
6.2.	Отработка основных фигур	12	1	11
<b>7.</b>	<b>Техника исполнения танца «Ча-ча-ча»</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
7.1.	Разучивание фигур	12	1	11
7.2.	Отработка основных фигур	12	1	11
<b>8.</b>	<b>Соревнованиях по танцевальному спорту</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>
<b>9.</b>	<b>Воспитательные мероприятия</b>	<b>14</b>	<b>1</b>	<b>13</b>
<b>10.</b>	<b>Аттестация обучающихся</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>17</b>	<b>127</b>

### Третий год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Введение в программу. Техника безопасности</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>Основы музыкальной грамоты</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
2.1.	Ритм основных фигур европейских танцев	4	1	3
2.2.	Ритм основных фигур латиноамериканских танцев	4	1	3
<b>3.</b>	<b>Техника исполнения танца «Медленный вальс»</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
3.1.	Разучивание танцевальных связок и фигур	12	1	11
3.2.	Отработка основных фигур	18	1	17
<b>4.</b>	<b>Техника исполнения танца «Квикстеп»</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
4.1.	Разучивание танцевальных связок и фигур	12	1	11
4.2.	Отработка основных фигур	18	1	17
<b>5.</b>	<b>Техника исполнения танца «Самба»</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
5.1.	Разучивание танцевальных связок и фигур	12	1	11
5.2.	Отработка основных фигур	18	1	17
<b>6.</b>	<b>Техника исполнения танца «Ча-ча-ча»</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
6.1.	Разучивание танцевальных связок и фигур	12	1	11
6.2.	Отработка основных фигур	18	1	17
<b>7.</b>	<b>Техника исполнения танца «Джайв»</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
7.1.	Разучивание танцевальных связок и фигур	12	1	11
7.2.	Отработка основных фигур	18	1	17
<b>8.</b>	<b>Танцевальная практика</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>
<b>9.</b>	<b>Соревнования по танцевальному спорту</b>	<b>13</b>	<b>1</b>	<b>12</b>
<b>10.</b>	<b>Воспитательные мероприятия</b>	<b>21</b>	<b>1</b>	<b>20</b>
<b>11.</b>	<b>Аттестация обучающихся</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>16</b>	<b>200</b>

### Четвертый год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Введение в программу. Техника безопасности</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>2.</b>	<b>Основы музыкальной грамоты</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>
2.1.	Ритм основных фигур европейских танцев	9	1	8
2.2.	Ритм основных фигур латиноамериканских танцев	9	1	8
<b>3.</b>	<b>Техника исполнения танца «Медленный вальс»</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
3.1.	Разучивание вариации	10	2	8



3.2.	Отработка основных фигур	16	-	16
<b>4.</b>	<b>Техника исполнения танца «Венский вальс»</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
<b>5.</b>	<b>Техника исполнения танца «Квикстеп»</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
5.1.	5.1. Разучивание вариации	10	2	8
5.2.	5.2. Отработка основных фигур	16	-	16
<b>6.</b>	<b>Техника исполнения танца «Самба»</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
6.1.	Разучивание вариации	10	2	8
6.2.	Отработка основных фигур	16	-	16
<b>7.</b>	<b>Техника исполнения танца «Ча-ча-ча»</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
7.1.	Разучивание вариации	10	2	8
7.1.	Отработка основных фигур	16	-	16
<b>8.</b>	<b>Техника исполнения танца «Джайв»</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
8.1.	Разучивание вариации	10	2	8
8.2.	Отработка основных фигур	16	-	16
<b>9.</b>	<b>Танцевальная практика</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>
<b>10.</b>	<b>Соревнования по танцевальному спорту</b>	<b>13</b>	<b>1</b>	<b>12</b>
<b>11.</b>	<b>Воспитательные мероприятия</b>	<b>21</b>	<b>1</b>	<b>20</b>
<b>12.</b>	<b>Аттестация обучающихся</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>18</b>	<b>198</b>

### 1.3. Содержание программы

#### Первый год обучения

##### 1. Введение в программу. Техника безопасности

**Теория:** Знакомство с программой. Что такое танец? Особенности бальных танцев. Техника безопасности, правила поведения на занятиях.

**Практика.** Беседа с обучающимися. Пробные движения с музыкальным сопровождением. Просмотр видеофрагментов исполнения бальных танцев. Инструктаж по технике безопасности. Учебная эвакуация.

##### 2. Основы музыкальной грамоты

###### 2.1. Ритм танца «Медленный вальс»

**Теория.** Характер музыки: весёлый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый. Музыкальное сопровождение: оркестр, один или несколько музыкальных инструментов. Мелодический рисунок: вступление, тема. Сильные и слабые доли такта. Музыкальный размер – 3/4, основной удар – 1.

**Практика.** Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта: отхлопывание ритма изучаемого танца без музыки и с музыкой; спуск на три счёта вниз и подъём на три счёта вверх; проговаривание вслух ритм танца под музыку.

###### 2.2. Ритм танца «Ча-ча-ча»

**Теория.** Характер музыки: весёлый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый. Музыкальное сопровождение: оркестр, один или несколько музыкальных инструментов. Мелодический рисунок: вступление, тема. Сильные и слабые доли такта. Музыкальный размер – 4/4. Основной удар – 1, основной ритм.

**Практика.** Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта: отхлопывание ритма изучаемого танца без музыки и с музыкой; спуск на три счёта вниз и подъём на три счёта вверх; проговаривание вслух ритм танца под музыку.

##### 3. Единичные технические действия

###### 3.1. Позиция

**Теория.** Постановка корпуса, головы, рук и ног. Основные направления движения относительно зала.

**Практика.** Положения рук и ног. Выработка правильной осанки. Положения рук в открытых и закрытых позициях. Движения корпуса, работа головы.

### **3.2. Шаги и их направления**

**Теория.** Равновесие и баланс – способность не падать. Приложение единичной силы – давление в пол. Техника шагов.

**Практика.** Шаги с переносом веса, подъёмы и спуски. Направления шагов по отношению к корпусу: основные – вперёд, назад, налево, направо. Шаги вперёд, назад, в стороны с носка, с каблука, ребро стопы. Вынос правой ноги вперёд (каблук) без переноса веса, подтянуть обратно к левой ноге (каблук, вся стопа), то же с левой ноги; вынос правой ноги назад от бедра без переноса веса (носок, подтянуть обратно к левой ноге (носок, вся стопа), то же с левой ноги; шаг вперёд с правой ноги, подтягивая левую, шаг назад с левой ноги, подтягивая правую с опусканием и подъёмом, то же с левой ноги; в сторону с правой ноги, подтягивая левую ногу с опусканием и подъёмом, то с левой ноги; перенос веса с ноги на ногу; сгиб и разгиб коленей (положение треугольника).

## **4. Техника исполнения танца «Медленный вальс»**

### **4.1. Разучивание основных фигур**

**Теория.** Теоретические основы работы стопы, направления шагов.

**Практика.** Разучивание движений танца:

- перемена с правой ноги вперёд;
- перемена с левой ноги вперёд;
- перемена с правой ноги назад;
- перемена с левой ноги назад;
- движение «Маленький квадрат» (перемена вперёд с правой ноги и перемена назад с левой ноги);
- движение «Большой квадрат».

### **4.2. Отработка техники исполнения танца**

**Теория.** Теоретические основы танца.

**Практика.** Выполнение движений:

- работа стопы, перенос веса;
- контроль позиции рук и корпуса;
- танцевание под музыку.

## **5. Техника исполнения танца «Ча-ча- ча»**

### **5.1. Разучивание основных фигур**

**Теория.** Теоретические основы работы стопы, направления шагов.

**Практика.** Разучивание движений танца:

- открытое шассе налево и направо (тайм – степ);
- основное движение;
- тайм степ в произвольной паре;
- основное движение в произвольной паре.

### **5.2. Отработка техники исполнения танца**

**Теория.** Теоретические основы танца.

**Практика.** Выполнение движений:

- работа стопы, перенос веса;
- контроль позиции рук и корпуса;
- танцевание под музыку.

## **6. Соревнования по танцевальному спорту**

**Теория.** Правила проведения соревнований. Требования к участникам.

**Практика.** Предконкурсная подготовка пар к выступлениям. Практическое занятие.

## **7. Воспитательные мероприятия**

**Теория.** Правила поведения в общественных местах, этические и моральные нормы, принятые в обществе. Знакомство с многообразием традиций образовательного учреждения.

**Практика.** Участие в следующих мероприятиях: Новогодняя кампания, День рождения ЦДЮ, Масленица, День рождения клуба.

## **8. Аттестация обучающихся**

**Теория.** Подведение итогов учебного года и результатов участия в соревнованиях.

**Практика.** Открытое итоговое занятие с участием родителей. Награждение обучающихся и родителей.

## **Второй год обучения**

### **1. Введение в программу. Техника безопасности**

**Теория.** Правила поведения в клубе. Кто такой спортсмен? Соревнования по танцевальному спорту. Классификационная книжка спортсмена. Здоровый образ жизни для спортсмена. Техника безопасности.

**Практика.** Тестирование по правилам соревнований. Знакомство с книжкой спортсмена. Инструктаж по технике безопасности. Учебная эвакуация.

### **2. Культура взаимоотношений в паре**

**Теория.** Пара, как танцевальная единица. Взаимоотношения в паре. Постановка детей в пары.

**Практика.** Выполнение танцевальных движений в парах. Выполнение упражнения «Представление пары».

### **3. Основы музыкальной грамоты**

#### **3.1. Ритм танца «Медленный вальс»**

**Теория.** Характер музыки: весёлый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый. Музыкальное сопровождение: оркестр, один или несколько музыкальных инструментов. Мелодический рисунок: вступление, тема. Сильные и слабые доли такта. Музыкальный размер – 3/4, основной удар – 1.

**Практика.** Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта:

- отхлопывание ритма изучаемого танца без музыки и с музыкой;
- спуск на три счёта вниз и подъём на три счёта вверх;
- проговаривание вслух ритм танца под музыку;
- танцевание основных фигур под музыку;
- танцевание связок из фигур под музыку.

#### **3.2. Ритм танца «Квикстеп»**

**Теория.** Музыкальный размер - 4/4, ритмические раскладки и длительности.

**Практика.** Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта:

- отхлопывание ритма изучаемого танца без музыки и с музыкой;
- проговаривание вслух ритм танца под музыку;
- танцевание основных фигур под музыку;
- танцевание связок из фигур под музыку.

#### **3.3. Ритм танца «Самба»**

**Теория.** Музыкальный размер – 2/4, ритмические раскладки и длительности.

**Практика.** Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта:

- баунс;
- отхлопывание ритма изучаемого танца без музыки и с музыкой;
- проговаривание вслух ритм танца под музыку;
- танцевание основных фигур под музыку;
- танцевание связок из фигур под музыку.

### **3.4. Ритм танца «Ча-ча-ча»**

**Теория.** Музыкальный размер 4/4, ритмические раскладки и длительности.

**Практика.** Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта:

- поочерёдное сгибание колен;
- отхлопывание ритма изучаемого танца без музыки и с музыкой;
- проговаривание вслух ритм танца под музыку;
- танцевание основных фигур под музыку;
- танцевание связок из фигур под музыку.

## **4. Техника исполнения танца «Медленный вальс»**

### **4.1. Разучивание фигур**

**Теория.** Основы танца. Работа стопы, направления движения.

**Практика.** Выполнение танцевальных движений:

- перемена с правой ноги вперед и перемена с левой ноги назад (маленький квадрат),
- правый поворот по четвертям (большой квадрат),
- правый поворот;

### **4.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Направление движения относительно зала. Различные танцевальные связки на основе изученных фигур. Исполнение основных фигур по одному и в паре, работа над техникой исполнения.

**Практика.** Специальные упражнения для развития техники исполнения танца:

- спуски и подъемы;
- упражнение «качели»;
- спуск с выносом правой ноги в сторону, подъем собрать ноги вместе;
- тоже с левой ноги;
- спуск с выносом правой ноги вперед, затем подъем с подносом ноги к опорной ноге;
- спуск с выносом левой ноги назад, подъем подвести ногу в шестую позицию;
- движение «маятник».

## **5. Техника исполнения танца Квикстеп**

### **5.1. Разучивание основных фигур**

**Теория.** Основные фигуры и шаги танца.

**Практика.** Изучение основных фигур танца:

- четвертной поворот;
- типл шассе;
- локстеп вперед;
- локстеп назад.

### **5.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Техника исполнения основных фигур по одному и в паре. Постановка учебной композиции. Техника исполнения танца.

**Практика.** Специальные упражнения для развития техники танца:

- шаг вперед с правой ноги с каблука, вернуть вес на левую ногу, подтягивая правую ногу каблуком;

- то же с левой ноги;
- вынос правой ноги назад от бедра, без переноса веса, то же с левой ноги;
- вынос правой ноги назад, с последующим переносом веса, то же с левой ноги;
- ход по кругу лицом по линии танца (шаг прогулка), ход по кругу спиной по линии танца;
- ход по кругу парами в учебной позиции (соединив две руки) лицом и спиной;
- типл шассе в стороны, и по квадрату.

## **6. Техника исполнения танца «Самба»**

### **6.1. Разучивание основных фигур**

**Теория.** Основы танца, шаги и их направления.

**Практика.** Изучение основных фигур танца:

- альтернативный самбаход;
- виск;
- стационарный самбаход;
- вольта.

### **6.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Работа стопы и коленей. Основные позиции. Танцевальные связки. Учебная и конкурсная вариации. Техники исполняемых фигур по одному и в паре. Техники исполнения вариаций.

**Практика.** Постановка танцевальных связок. Постановка учебной и конкурсной вариации. Отработка техники исполняемых фигур по одному и в паре. Отработка техники исполнения вариаций. Специальные упражнения для развития техники танца:

- положение корпуса, распределение веса;
- баунс – основной принцип исполнения этого танца (по шестой позиции ног небольшое приседание на первом и втором ударах, подъем на «и», работа стопы и коленей по правилам классической хореографии);
- основное движение с правой ноги и с левой ноги (ритм 1 а 2).

## **7. Техника исполнения танца «Ча-ча-ча»**

### **7.1. Разучивание основных фигур**

**Теория.** Фигуры, шаги и их направления. Теоретические основы танца.

**Практика.** Специальные упражнения для развития техники танца:

- тайм – степ;
- основное движение;
- Нью-Йорк;
- спот-поворот.

### **7.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Движение в паре, закрытая лицевая позиция. Направление движения относительно зала. Различные комбинации изучаемых фигур. Постановка учебной композиции.

**Практика.** Отработка техники исполнения фигур по одному и в паре. Специальные упражнения для развития техники исполнения танца:

- положение корпуса;
- перенос веса с ноги на ногу;
- сгибание и выпрямление колена;
- шассе налево и направо (тайм степ), с использованием переката в стопе в обычном ритме.

## **8. Соревнования по танцевальному спорту**

**Теория.** Правила спортивного костюма. Знакомство детей с регламентом проведения соревнований.

**Практика.** Предконкурсная подготовка пар к выступлениям. Участие в муниципальных и региональных соревнованиях по спортивному бальному танцу в категории «начинающие» (массовый спорт).

## **9. Воспитательные мероприятия**

**Теория.** Правила поведения в общественных местах, этические и моральные нормы, принятые в обществе. Знакомство с многообразием традиций образовательного учреждения.

**Практика.** Участие в следующих мероприятиях: Новогодняя кампания, День рождения ЦДЮ, Масленица, День рождения клуба.

## **10. Аттестация обучающихся**

**Теория.** Подведение итогов учебного года и результатов участия в соревнованиях.

**Практика.** Открытое итоговое занятие с участием родителей. Награждение обучающихся и родителей.

## **Третий год обучения**

### **1. Введение в программу. Техника безопасности**

**Теория.** Программа 3-го года обучения. Культура взаимоотношений в паре. Роль партнёра в танце. Основы ведения в паре. Техника безопасности на занятиях и правила поведения.

**Практика.** Выполнение танцевальных движений в парах. Инструктаж по технике безопасности. Учебная эвакуация.

### **2. Основы музыкальной грамоты**

#### **2.1. Ритм основных фигур европейских танцев**

**Теория.** Музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца. Сильные и слабые доли такта: темп, ритм в танцах: медленный вальс и квикстеп.

**Практика.** Выполнение танцевальных движений в парах:

- отхлопывание основных ритмов, изучаемых танцев;
- прослушивание музыки и её анализ;
- танцевание связок из фигур и конкурсных вариаций;
- выполнение специальных упражнений для развития чувства ритма и ощущения сильных и слабых долей такта.

#### **2.2. Ритм основных фигур латиноамериканских танцев**

**Теория.** Музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца. Сильные и слабые доли такта: темп, ритм в танцах: самба, ча-ча-ча и джайв.

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- отхлопывание основных ритмов, изучаемых танцев;
- прослушивание музыки и её анализ;
- танцевание танцевальных связок из фигур и конкурсных вариаций;
- для развития чувства ритма.

### **3. Техника исполнения танца «Медленный вальс»**

#### **3.1. Разучивание танцевальных связок из фигур**

**Теория.** Основы теоретических знаний танца. Работа стопы. Основные направления исполняемых фигур. Движение в паре в учебной позиции. Постановка танцевальных связок и конкурсной вариации.

**Практика.** Изучение основных фигур танца:

- правый поворот;
- натуральный спин поворот;
- левый поворот;

- шассе.

### **3.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Техника исполнения элементов, фигур и вариации.

**Практика.** Специальные упражнения, включающие элементы и основные фигуры танца:

- подъемы и спуски в шестой позиции;
- движение «маятник»;
- в паре движение для равномерного распределения веса;
- перемена с правой ноги;
- перемена с левой ноги;
- перемена с правой и левой ноги по кругу (партнерша спиной), то же парами в учебном положении (с соединением двух рук).

## **4. Техника исполнения танца «Квикстеп»**

### **4.1. Разучивание танцевальных связок из фигур**

**Теория.** Основные направления фигур. Основы теоретических знаний танца. Постановка танцевальных связок, вариации.

**Практика.** Изучение основных фигур:

- четвертной поворот вправо;
- четвертной поворот влево;
- локстеп вперед и назад по одному и в паре (учебная позиция);
- типл шассе в различных направлениях;
- правый поворот;
- правый спин поворот

### **4.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Техника исполняемых фигур и вариации.

**Практика.** Специальные упражнения для развития техники танца, включающие элементы и основные фигуры танца:

- шаг прогулка по кругу вперед и назад по одному и в паре в учебной позиции;
- прыжки;
- типл шассе в различных направлениях.

## **5. Техника исполнения танца «Самба»**

### **5.1. Разучивание танцевальных связок из фигур**

**Теория.** Основы теоретических знаний танца. Объяснение основных позиций (положения партнеров по отношению друг к другу) в латиноамериканских танцах. Работа стоп, коленей и бедер. Постановка конкурсной вариации.

**Практика.** Изучение фигур:

- ботафого;
- вольтовый поворот;
- променадный и боковой самба ход;
- левый поворот;
- виск вправо и влево;
- самба ход на месте.

### **5.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Техники отдельных фигур и их различных сочетаний. Основной принцип исполнения танца. Ведение. Взаимодействие в паре, передача характера танца.

**Практика.** Отработка техники исполнения танца, выполнение специальных упражнений:

- положение корпуса, распределение веса;

- баунс – основной принцип исполнения этого танца (по шестой позиции ног небольшое приседание на первом и втором ударах, подъем на «и», работа стопы и коленей по правилам классической хореографии);
- отработка конкурсных вариаций.

## **6. Техника исполнения танца «Ча-ча-ча»**

### **6.1. Разучивание танцевальных связок из фигур**

**Теория.** Основной принцип исполнения танца. Конкурсные вариации. Работа стопы.

**Практика.** Разучивание фигур:

- Нью-Йорк;
- основное движение вправо и влево;
- плечо к плечу;
- рука к руке;
- повороты вправо и влево;
- алемана;
- кросс шассе;
- хип твист.

### **6.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Работа стопы и коленей. Техники отдельных фигур и их различных сочетаний.

**Практика.** Специальные упражнения (включающие элементы и основные фигуры танца):

- сгибание и выпрямление колена;
- шассе налево и направо (тайм степ), с использованием переката в стопе в обычном ритме;
- позиция «чек»;
- шаги вперед и назад.

## **7. Техника исполнения танца «Джайв»**

### **7.1. Разучивание танцевальных связок из фигур**

**Теория.** Основной принцип исполнения танца. Конкурсные вариации.

**Практика.** Изучение основных фигур танца:

- основное фоллевой движение;
- звено;
- шассе;
- смена мест справа налево;
- смена мест слева направо;
- американский спин поворот.

### **7.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Техника исполнения фигур танца по одному и в паре. Взаимодействие в паре.

**Практика.** Специальные упражнения для развития техники танца:

- положение корпуса, распределение веса;
- подъемы на стопе;
- подъем одной ноги в колене и тазобедренном суставе и выпрямление другой;
- открытое шассе налево и направо (основное движение на месте);
- шаг правой ногой назад и возвращение в подставку, то же с левой ноги.

## **8. Танцевальная практика**

**Теория.** Правила исполнения танцевальных движений и направлений.

**Практика.** Исполнение хореографии каждого танца под музыку. Непрерывность исполнения, чёткость. Эмоциональность исполнения.



## **9. Соревнования по танцевальному спорту**

**Теория.** Танцевальный имидж: костюм, прическа. Правила соревнований.

**Практика.** Предконкурсная подготовка пар к выступлениям. Участие в муниципальных и региональных соревнованиях по спортивному бальному танцу в категории «начинающие» (массовый спорт).

## **10. Воспитательные мероприятия**

**Теория.** Правила поведения в общественных местах, этические и моральные нормы, принятые в обществе. Знакомство с многообразием традиций образовательного учреждения.

**Практика.** Участие в следующих мероприятиях: Новогодняя кампания, День рождения ЦДЮ, Масленица, День рождения клуба.

## **9. Аттестация обучающихся**

**Теория.** Подведение итогов учебного года и результатов участия в соревнованиях.

**Практика.** Открытое итоговое занятие с участием родителей. Награждение обучающихся и родителей.

## **Четвертый год обучения**

### **1. Введение в программу. Техника безопасности**

**Теория.** Программа 4-го года обучения. Техника безопасности. Правила поведения в клубе.

**Практика.** Выполнение танцевальных движений в парах. Инструктаж по технике безопасности. Учебная эвакуация.

### **2. Основы музыкальной грамоты**

#### **2.1. Ритм основных фигур европейских танцев**

**Теория:** Музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца. Сильные и слабые доли такта: темп, ритм в танцах: «Медленный вальс», «Венский вальс» и «Квикстеп».

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- отхлопывание основных ритмов, изучаемых танцев;
- прослушивание музыки и её анализ;
- танцевание связок из фигур и конкурсных вариаций;
- выполнение специальных упражнений для развития чувства ритма и ощущения сильных и слабых долей такта.

#### **2.2. Ритм основных фигур латиноамериканских танцев**

**Теория.** Музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца. Сильные и слабые доли такта: темп, ритм в танцах: «Самба», «Ча-ча-ча» и «Джайв».

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- отхлопывание основных ритмов, изучаемых танцев;
- прослушивание музыки и её анализ;
- танцевание танцевальных связок из фигур и конкурсных вариаций;
- выполнение специальных упражнений для развития чувства ритма.

### **3. Техника исполнения танца «Медленный вальс»**

#### **3.1. Разучивание вариации.**

**Теория.** Основной принцип исполнения танца. Конкурсные вариации.

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- правый поворот;
- правый спин поворот;
- левый поворот;
- перемена;

- шассе;
- виск;
- перемена хэзителейшн;
- плетение;

### **3.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Техника исполнения элементов, фигур и вариации.

**Практика.** Специальные упражнения, включающие элементы и основные фигуры танца:

- подъемы и спуски в шестой позиции;
- движение «маятник»;
- в паре движение для равномерного распределения веса;
- перемена с правой ноги;
- перемена с левой ноги;
- перемена с правой и левой ноги по кругу (партнерша спиной), то же парами в учебном положении (с соединением двух рук).

### **4. Техника исполнения танца «Венский вальс»**

**Теория.** Работа стопы и направление шагов.

**Практика.** Изучение правого поворота, танцевание под музыку.

### **5. Техника исполнения танца «Квикстеп»**

#### **5.1. Разучивание вариации**

**Теория.** Основной принцип исполнения танца. Конкурсные вариации.

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- правый поворот;
- правый спин поворот;
- поступательное шассе;
- лок степ вперед;
- лок степ назад;
- наружная перемена;

#### **5.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Техника исполнения элементов, фигур и вариации.

**Практика.** Специальные упражнения для развития техники танца, включающие элементы и основные фигуры танца:

- шаг прогулка по кругу вперед и назад по одному и в паре в учебной позиции;
- прыжки;
- типл шассе в различных направлениях.

### **6. Техника исполнения танца «Самба»**

#### **6.1. Разучивание вариации.**

**Теория.** Основной принцип исполнения танца. Конкурсные вариации.

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- виски;
- вольта поворот;
- променадный самба ход;
- самба ход в сторону;
- самба ход на месте;
- ботофого в продвижении вперед;
- вольта;
- левый поворот.

#### **6.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Техника исполнения элементов, фигур и вариации.

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- положение корпуса, распределение веса;
- баунс – основной принцип исполнения этого танца (по шестой позиции ног небольшое приседание на первом и втором ударах, подъем на «и», работа стопы и коленей по правилам классической хореографии).

## **7. Техника исполнения танца «Ча-ча-ча»**

### **7.1. Разучивание вариации.**

**Теория.** Основной принцип исполнения танца. Конкурсные вариации.

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- тайм степ;
- основное движение;
- веер;
- хоккейная клюшка;
- поворот на месте вправо или влево;
- поворот-переключатель;
- Нью-Йорк;
- плечо к плечу;
- рука к руке;
- три ча-ча-ча;
- хип твист.

### **7.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Объяснение техники исполнения элементов, фигур и вариации.

**Практика.** Специальные упражнения, включающие элементы и основные фигуры танца:

- сгибание и выпрямление колена;
- шассе налево и направо (тайм степ), с использованием переката в стопе в обычном ритме;
- позиция «чек»;
- шаги вперед и назад.

## **8. Техника исполнения танца «Джайв»**

### **8.1. Разучивание вариации.**

**Теория.** Основной принцип исполнения танца. Конкурсные вариации.

**Практика.** Выполнение специальных упражнений:

- основное движение на месте;
- смена мест справа на лево;
- смена мест слева направо;
- смена рук за спиной;
- звено;
- стоп энд гоу;
- удар бедром.

### **8.2. Отработка основных фигур**

**Теория.** Объяснение техники исполнения элементов, фигур и вариации.

**Практика.** Специальные упражнения для развития техники танца:

- положение корпуса, распределение веса;
- подъемы на стопе;
- подъем одной ноги в колене и тазобедренном суставе и выпрямление другой;
- открытое шассе налево и направо (основное движение на месте);
- шаг правой ногой назад и возвращение в подставку, то же с левой ноги.

## 9. Танцевальная практика.

**Теория.** Правила исполнения танцевальных движений и направлений.

**Практика.** Исполнение хореографии каждого танца под музыку. Непрерывность исполнения, чёткость. Эмоциональность исполнения.

## 10. Соревнования по танцевальному спорту

**Теория.** Танцевальный имидж: костюм, причёска. Правила соревнований.

**Практика.** Предконкурсная подготовка пар к выступлениям. Участие в муниципальных и региональных соревнованиях по спортивному бальному танцу в категории «начинающие» (массовый спорт).

## 11. Воспитательные мероприятия

**Теория.** Правила поведения в общественных местах, этические и моральные нормы, принятые в обществе. Знакомство с многообразием традиций образовательного учреждения.

**Практика.** Участие в следующих мероприятиях: Новогодняя кампания, День рождения ЦДЮ, Масленица, День рождения клуба.

## 12. Аттестация обучающихся

**Теория.** Подведение итогов учебного года и результатов участия в соревнованиях.

**Практика.** Открытое итоговое занятие с участием родителей. Награждение обучающихся и родителей.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Дата начала	Дата окончания	Кол-во учебных недель	Кол-во часов в год	Место проведения занятий	Режим занятий
01.09.2024	31.05.2025	36	144 ч	ГООУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», Каб. № 601	2 раза в неделю по 2 учебных часа
			216 ч		3 раза в неделю по 2 учебных часа

Примерный календарный учебный график на 2024-2025 учебный год для группы 1-го и 3-го года обучения смотри ниже в разделе «Приложения» (Приложение 1, 2).

### 2.2. Методическое обеспечение программы

Реализация программы «Спортивные бальные танцы. Начальный этап» предполагает следующие формы организации образовательной деятельности: практические занятия, мастер-классы, выступления.

В целях качественной подготовки обучающихся предусмотрено участие в конкурсных мероприятиях муниципального и регионального уровня.

При реализации программы используются следующие образовательные технологии: здоровьесберегающие, личностно-ориентированные. Также могут быть использованы дистанционные образовательные технологии.

Обучение по программе предполагает использование системы разнообразных методов:

– Метод слова (метод устного изложения) – рассказ, описание, объяснение, беседа.

– Наглядный метод (метод иллюстрации и демонстрации) – схемы, презентации, представления, понятия.

– Практический метод – упражнения, приучение, самостоятельно выполняемые обучающимися действия.

– Метод закрепления изучаемого материала (метод повторности движений) – повторение пройденного материала до 3-х и более раз.

– Метод авансирования успеха – создание ситуации успеха для каждого ребенка, стимулирование.

– Метод самостоятельной работы обучающихся по осмысливанию и усвоению нового материала.

Основная часть данной программы построена на основе международной классификации фигур, рекомендаций Российского Танцевального Союза, документов и положений Федерации Танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

Для организации и проведения групповых занятий используются следующие формы

– теоретические: беседа, объяснение, рассказ.

– практические: изучение фигур, изучение связок из фигур, отработка фигур, соревнование.

### **Воспитывающий компонент программы**

Воспитание является неотъемлемым, приоритетным аспектом образовательной деятельности, логично «встроенным» в содержание учебного процесса. Содержание воспитания находится в зависимости от уровня программы, тематики занятий, этапа обучения и учебного занятия.

На вводном занятии очень важно познакомить обучающихся с историей объединения «Клуб спортивного танца «Альянс», Центра детей и юношества, правилами взаимодействия с педагогом и друг с другом.

Также важно проговорить и напомнить правила поведения и техники безопасности в учреждении, в учебном кабинете, на занятиях и репетициях. Вопросы техники безопасности, правила этикета обсуждаются на всех этапах организации образовательного процесса, что позволяет воспитывать у детей самодисциплину, бережное отношение к своему здоровью, внимательное отношение к окружающим, взаимоуважение, культуру исполнительского мастерства (сценическую культуру).

В процессе обучения приоритетным является стимулирование интереса к занятиям, воспитание бережного отношения к материалам и оборудованию, используемых на занятиях.

В процессе обучения педагог особое внимание обращает на воспитание эмоциональной отзывчивости, культуры поведения в различных ситуациях на занятиях, культуры общения в детско-взрослом коллективе, внимательного отношения к окружающим, взаимоуважении, стремлении к взаимопомощи, работоспособности, аккуратности, самодисциплины.

В целях качественной подготовки обучающихся предусмотрено участие в турнирах, конкурсах и соревнованиях различного уровня.

Большое воспитательное значение имеет подведение итогов, анализ и оценка ее. Надо помнить, что только критическое замечание не по существу лишает ребят радости, может вызвать нежелание продолжать работу, поэтому оценка должна носить объективный, обоснованный характер.

Оценивание результатов воспитательной работы происходит в процессе педагогического наблюдения на протяжении всего периода обучения.

Одним из условий реализации программы является сотрудничество с родителями с целью формирования у них интереса к деятельности детей и включение в совместные культурно – досуговые мероприятия. Традиционной формой работы с родителями является родительское собрание, которое проводится обычно в начале и в конце учебного года, а также перед концертными выступлениями и соревнованиями.

### **Методы воспитания**

1	Методы формирования сознания личности	Рассказ, объяснение, разъяснение, беседа, пример, диспут, анализ ситуаций.
2	Методы организации	Поручение, упражнение, создание воспитывающих

	жизнедеятельности и поведения воспитанников	ситуаций, педагогическое требование, инструктаж.
3	Методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения	Соревнование, поощрение, метод естественных последствий, дискуссия, эмоциональное воздействие.
4	Методы контроля и самоконтроля в воспитании	Педагогическое наблюдение, беседа, опросы, анализ результатов деятельности обучающихся, создание контрольных ситуаций.
5	Методы самовоспитания	Самооценка, самоодобрение, самоосуждение

### Наглядно-дидактический материал

- плакаты;
- видеоматериалы;
- фотографии.

## 2.3. Оценочный материал

С целью определения уровня усвоения образовательной программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса в объединении «Клуб спортивного танца «Альянс» проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичная диагностика, промежуточный контроль и аттестация обучающихся.

### Мониторинг освоения программы

НК – начальный контроль

ПК – промежуточный контроль

ИК – итоговый контроль

№ / Имя ребенка	Показатели и критерии														
	Темп и основной ритм			Линии корпуса (линии рук, спины, плеч, бедер, головы, шеи)			Правильность исполнения движений			Техника исполнения			Артистизм		
Периоды проведения	НК	ПК	ИК	НК	ПК	ИК	НК	ПК	ИК	НК	ПК	ИК	НК	ПК	ИК
1. ФИ															
2. ФИ															

№	Критерии, параметры	Степень выраженности	Кол-во баллов
1	Темп и основной ритм. Музыкальность	Самостоятельное, точное исполнение движений соответственно музыки, точное начало и окончание движений согласно музыкальной фразе. Чёткое следование ритмическому рисунку танца.	3
		Самостоятельное, но иногда неточное попадание в музыку.	2
		Слабое или отсутствие музыкального слуха, смешение темпа и ритма исполняемого танца. «Не дружит с музыкой»	1
2	Линии корпуса (линии рук, спины, плеч, бёдер, ног, головы, шеи)	Правильная постановка корпуса, и положение в паре на протяжении всей танцевальной композиции.	3
		Допущение неточностей и ошибок при постановке корпуса и положения в паре.	2
		Отсутствие правильной постановки корпуса и положения в паре.	1

3	Правильность исполнения движений	Точное выполнение последовательности движений в комбинации при заданных фигур.	3
		Выполняет действия самостоятельно, но допускает ошибки и неточности.	2
		Слабо ориентируется, действует по показу педагога или, глядя на товарищей.	1
4	Техника исполнения (свинг, равновесие, подъёмы, опускания)	Высокое качество исполнения движений, согласно характеру танца, темпа и ритма.	3
		Недостаточно точно и правильное исполнение танцевальных движений.	2
		Отсутствие заданных правил при исполнении движений.	1
5	Артистизм (эмоциональность, характер)	Точная передача характера танца с помощью мимики, жестов, поз.	3
		Недостаточно яркое и выразительное исполнение движений и постановок.	2
		Исполнение танцевальных движений и постановок без эмоциональной окраски.	1

#### **Критерии педагогического наблюдения:**

- проявляет/не проявляет интерес к знакомству с историей коллектива, Центра;
- активен/пассивен в учебной деятельности, в процессе получения музыкальной информации, в коллективных мероприятиях;
- проявляет/ не проявляет инициативу;
- проявляет/не проявляет усидчивость, терпение, дисциплинированность, ответственность, самоорганизованность;
- проявляет/не проявляет осознанное внимательное и бережное отношение к своему здоровью;
- стремиться/не стремиться к общению;
- проявляет/не проявляет активность и дружелюбие, взаимопомощь в коллективе, уважительность в общении с педагогом и другими учащимися;
- соблюдает/не соблюдает правила поведения во время занятий;
- контролирует/не контролирует своё поведение во время обучения.

#### **2.4. Материально-техническое обеспечение программы**

- танцевальный зал с паркетным покрытием размером не менее 10 x 15 м;
- магнитофон, аудиоколонка и аудиозаписи для проведения занятий;
- свет, отопление;
- зеркало;
- учебники и методические пособия по европейским танцам;
- учебники и методические пособия по латиноамериканским танцам;
- лекции, мастер классы, конгрессы, семинары и другая учебная видеoinформация.

#### **2.5. Кадровое обеспечение программы**

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы и постоянно повышающий уровень профессионального мастерства.

### 3. Список информационных источников

#### Нормативно-правовая база

1. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
2. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
4. Указ Президента Российской Федерации от 22.11.2023 № 875 «О проведении в Российской Федерации года семьи».
5. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
6. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ о внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».
7. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 N 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
13. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 30.07.2020 № 845/369 «Об утверждении Порядка зачета организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность».
14. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
15. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19 января 2022 г. № 29 «Правила вида спорта «Танцевальный спорт».



16. Решение Президиума ФТСАРР от 22 февраля 2022 г № 189 «Положение о массовом танцевальном спорте общероссийской общественной организации «Всероссийская федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла».
17. Решение Президиума ФТСАРР от 15 февраля 2022 г. № 213 «Положение «О классах мастерства спортсменов по танцевальному спорту общероссийской общественной организации «Всероссийская федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла».
18. Приказ департамента образования Ярославской области от 27.12.2019 г. № 47-нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области».
19. Положение об организации и осуществлении образовательного процесса в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утверждено приказом № 17-01/593 от 10.11.2023.
20. Положение о дополнительной общеобразовательной программе и порядке её утверждения в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утверждено приказом № 17-01/117 от 01.03.2023.

#### Литература для педагога:

1. Божович, Л.И. «Личность и её формирование в детском возрасте» / [Текст] Л.И. Божович. – СПб.: Питер, 2008.- 400 с.
2. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации/ Под ред. Е.Н. Степанова. – М., 2000.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / [Текст] А.Н. Леонтьев. – М., 1985.
4. Ховард, Г. Техника балльных танцев / [Текст] Г. Ховард. – М., 1995.
5. Лаерд, У. «Техника латиноамериканских танцев» / [Текст] У. Лаерд.
6. Попова, М.В. Психология растущего человека: краткий курс возрастной психологии / [Текст] М.В. Попова. – М., 2002.
7. Методика воспитательной работы. Учеб. Пособие для студ. высш. пед. уч. заведений/Под ред. В.А. Слостенина. – М., 2002.
8. Мясникова, Т.Ю, Воспитание успешно, если оно системно / [Текст] Т.Ю. Мясникова// Муниципальная система образования. – Вып.2. – Часть 1 – Ярославль, 2004.

#### Приложение 1

#### Примерный учебный календарный график на 2024 - 2025 учебный год год обучения - первый, группа ОХЭТ\_А\_НЭ\_06\_1

ВМ – воспитательное мероприятие

№ п/п	дата	тема занятия	кол-во часов	Форма аттестации и контроля
1		Вводное занятие. Входной контроль, инструктаж по технике безопасности	2	Диагностика
2		Ритм танца «Медленный вальс»	2	Наблюдение
3		Ритм танца «Медленный вальс»	2	Наблюдение
4		Ритм танца «Медленный вальс»	2	Наблюдение
5		Ритм танца «Медленный вальс»	2	Наблюдение
6		Ритм танца «Медленный вальс»	2	Наблюдение
7		Ритм танца «Медленный вальс»	2	Наблюдение
8		Ритм танца «Ча-ча-ча»	2	Наблюдение
9		Ритм танца «Ча-ча-ча»	2	Наблюдение
10		Ритм танца «Ча-ча-ча»	2	Наблюдение
11		Ритм танца «Ча-ча-ча»	2	Наблюдение
12		Ритм танца «Ча-ча-ча»	2	Наблюдение

13		Ритм танца «Ча-ча-ча»	2	Наблюдение
14		Позиция	2	Наблюдение
15		Позиция	2	Наблюдение
16		Позиция	2	Наблюдение
17		Позиция	2	Наблюдение
18		Позиция	2	Наблюдение
19		Позиция	2	Наблюдение
20		Позиция	2	Наблюдение
21		Шаги и их направления	2	Наблюдение
22		Шаги и их направления	2	Наблюдение
23		Шаги и их направления	2	Наблюдение
24		Шаги и их направления	2	Наблюдение
25		ВМ. День матери.	2	Наблюдение
26		Шаги и их направления	2	Наблюдение
27		Шаги и их направления	2	Наблюдение
28		Шаги и их направления	2	Наблюдение
29		Шаги и их направления	2	Наблюдение
30		«Медленный вальс». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
31		«Медленный вальс». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
32		ВМ. Новогодняя кампания.	2	Наблюдение
33		«Медленный вальс». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
34		«Медленный вальс». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
35		«Медленный вальс». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
36		«Медленный вальс». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
37		«Медленный вальс». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
38		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
39		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
40		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
41		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
42		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
43		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
44		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
45		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
46		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
47		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
48		ВМ. День защитника отечества	2	Наблюдение
49		«Ча-ча-ча». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
50		«Ча-ча-ча». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
51		ВМ. Масленица	2	Наблюдение
52		«Ча-ча-ча». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
53		ВМ. 8 марта	2	Наблюдение
54		«Ча-ча-ча». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
55		«Ча-ча-ча». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
56		«Ча-ча-ча». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
57		«Ча-ча-ча». Разучивание основных фигур	2	Наблюдение
58		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
59		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
60		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
61		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
62		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
63		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
64		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
65		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
66		ВМ. День рождения клуба	2	Наблюдение
67		Отработка основных фигур	2	Наблюдение

68		Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
69		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
70		Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
71		ВМ. День рождения ЦДЮ	2	Наблюдение
72		Аттестация. Итоговое занятие.	2	Контрольные задания
<b>Итого:</b>			<b>144 ч</b>	

## Приложение 2

### Примерный учебный календарный график на 2024 - 2025 учебный год год обучения – третий, группа ОХЭТ\_А\_НЭ\_01\_3

ВМ – воспитательное мероприятие

РТС – разучивание танцевальных связок

№ п/п	дата	тема занятия	кол-во часов	Форма аттестации и контроля
1		Вводное занятие. Культура взаимоотношений в паре. Входной контроль, инструктаж по ТБ.	2	Диагностика
2		Ритм основных фигур европейских танцев.	2	Наблюдение
3		Ритм основных фигур европейских танцев.	2	Наблюдение
4		Ритм основных фигур латиноамериканских танцев.	2	Наблюдение
5		Ритм основных фигур латиноамериканских танцев.	2	Наблюдение
6		Медленный вальс. РТС и фигур	2	Наблюдение
7		Медленный вальс. РТС и фигур	2	Наблюдение
8		Медленный вальс. РТС и фигур	2	Наблюдение
9		Медленный вальс. РТС и фигур	2	Наблюдение
10		Медленный вальс. РТС и фигур	2	Наблюдение
11		Медленный вальс. РТС и фигур	2	Наблюдение
12		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
13		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
14		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
15		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
16		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
17		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
18		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
19		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
20		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
21		Квикстеп. РТС и фигур	2	Наблюдение
22		Квикстеп. РТС и фигур	2	Наблюдение
23		Квикстеп. РТС и фигур	2	Наблюдение
24		Квикстеп. РТС и фигур	2	Наблюдение
25		Квикстеп. РТС и фигур	2	Наблюдение
26		Квикстеп. РТС и фигур	2	Наблюдение
27		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
28		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
29		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
30		Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
31		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
32		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
33		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
34		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
35		Отработка основных фигур	2	Наблюдение
36		ВМ. День матери	2	Наблюдение

37	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
38	Самба. РТС и фигур	2	Наблюдение
39	Самба. РТС и фигур	2	Наблюдение
40	Самба. РТС и фигур	2	Наблюдение
41	Самба. РТС и фигур	2	Наблюдение
42	Самба. РТС и фигур	2	Наблюдение
43	Самба. РТС и фигур	2	Наблюдение
44	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
45	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
46	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
47	Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
48	ВМ. Новогодняя кампания.	2	Наблюдение
49	ВМ. Новогодняя кампания.	2	Наблюдение
50	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
51	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
52	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
53	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
54	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
55	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
56	Ча-ча-ча. РТС и фигур.	2	Наблюдение
57	Ча-ча-ча. РТС и фигур.	2	Наблюдение
58	Ча-ча-ча. РТС и фигур.	2	Наблюдение
59	Ча-ча-ча. РТС и фигур.	2	Наблюдение
60	Ча-ча-ча. РТС и фигур.	2	Наблюдение
61	Ча-ча-ча. РТС и фигур.	2	Наблюдение
62	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
63	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
64	Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
65	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
66	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
67	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
68	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
69	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
70	ВМ. День защитника Отечества.	2	Наблюдение
71	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
72	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
73	ВМ. Масленица.	2	Наблюдение
74	Джайв. РТС и фигур.	2	Наблюдение
75	Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
76	ВМ. 8 марта.	2	Наблюдение
77	Джайв. РТС и фигур.	2	Наблюдение
78	Джайв. РТС и фигур.	2	Наблюдение
79	Джайв. РТС и фигур.	2	Наблюдение
80	Джайв. РТС и фигур.	2	Наблюдение
81	Джайв. РТС и фигур.	2	Наблюдение
82	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
83	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
84	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
85	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
86	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
87	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
88	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
89	Отработка основных фигур	2	Наблюдение
90	Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
91	Отработка основных фигур	2	Наблюдение

92		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
93		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
94		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
95		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
96		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
97		ВМ. День рождения клуба	2	Наблюдение
98		ВМ. День рождения клуба	2	Наблюдение
99		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
100		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
101		ВМ. Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
102		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
103		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
104		Соревнования по танцевальному спорту	2	Наблюдение
105		Танцевальная практика.	2	Наблюдение
106		ВМ. День рождения ЦДЮ	2	Наблюдение
107		ВМ. День рождения ЦДЮ	2	Наблюдение
108		Аттестация. Итоговое занятие.	2	Контрольные задания
<b>Итого:</b>			<b>216 ч</b>	