Подписано цифровой подписью: Субботин Алексей Андреевич
DN: E=uc_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, OID.1.2.643.100.4=7710568760, ОГРН=1047797019830, STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1", L=г. Москва, C=RU, O=Казначейство России, CN=Казначейство России
Причина: Я утвердил этот документ
Дата: 23 Сентябрь 2022 г. 16:09:57

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТУЛЫ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ И НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА»
(МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ»)

ПРИНЯТА
на заседании педагогического
совета МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ»
(протокол от 31.08.2022 №1)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ»
А.А. Субботин
Приказ от 31.08.2022 №142-осн

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности

«Диалог»

Возраст обучающихся: 7 -18 лет
Срок реализации: 4 года

Автор-составитель: Гудкова Оксана Николаевна,
педагог дополнительного образования

г. Тула, 2022

Пояснительная записка

Детское объединение «Диалог» организовано в Городском центре развития и научно-технического творчества детей и юношества (ранее – «Дворец детского творчества») с 1994 года. Танцевальный коллектив «Диалог» является членом Тульской региональной федерации танцевального спорта.

За время деятельности коллектив бальных танцев «Диалог» стал многократным победителем и призёром конкурсов, фестивалей, первенств и чемпионатов по спортивным бальным танцам различного уровня (от муниципального до всероссийского и международного). Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Диалог» (спортивные бальные танцы) (далее – программа) реализуется на базе МБУДО «Городской центр развития и научно-технического творчества детей и юношества».

Спортивные танцы – это вид спорта, в котором требуется выносливость, высокая физическая тренировочная самоотдача, эмоциональная вовлечённость и способность чувствовать музыку, навыки работы в паре и в команде, уважение к партнёру.

Спортивные танцы - это сложно-координационный вид спорта. Их специфика проявляется в выполнении большого количества сложно-технических движений свободного характера, которые объединяются в композицию. Для развития вида сегодня характерны тенденции омоложения спортсменов, усложнения композиций, расширение географии участников Международных соревнований, обострение конкурентной борьбы. Правила соревнований, с учетом современных тенденций развития спортивных танцев, предъявляют повышенные требования к технической сложности композиций, совершенной хореографии и абсолютной музыкальности ее построения и исполнения. Чтобы успешно решить эти задачи, необходима прочная основа двигательного потенциала танцоров, а также эстетическое чутье, основанное на музыкальности и хореографичности уже в детском возрасте.

Под «бальными танцами» в настоящее время подразумевают словосочетания «спортивные танцы» (СБТ, «спортивные бальные танцы») и «танцевальный спорт». Во всем танцевальном мире соревнования по спортивным танцам делятся на 2 программы: европейскую (Standard, Modern или Ballroom), латиноамериканскую (Latin) или их иногда называют десяткой танцев. В европейскую программу входят: медленный вальс, квикстеп (быстрый фокстрот), венский вальс, танго, медленный фокстрот. В Европейской программе контакт между мужчиной и женщиной более плотный и осуществляется как за счет рук,

так и правильной постановки тела. Он сохраняется в течение всего танца. В латиноамериканскую входят: самба, ча-ча-ча, джайв, румба и пасодобль. В латиноамериканской программе контакт более свободный, чаще всего осуществляется за счет соединенных рук и иногда может, как вообще теряться, так и усиливаться за счет поддержек и других фигур.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Нормативно-правовой аспект создания программы

Программа создана и обновлена на основании действующих нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность педагогов учреждения дополнительного образования:

1. «Конвенция о правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп.);
3. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изм. и доп.);
4. Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изм. и доп.);
5. Указ Президента РФ от 21.07.2020 N 474 "О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года";
6. Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изм. и доп.);
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (вместе с "СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...");
8. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
9. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
10. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 N652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (начало действия с 01.09.2022);
11. Устав МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ», другие нормативные правовые документы федерального, регионального и муниципального уровней в рамках дополнительного образования детей и взрослых с учетом изменений и

дополнений действующего законодательства Российской Федерации, в т.ч. письмо Минпросвещения России от 31.01.2022 N ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий"), а также с использованием методических рекомендаций Министерства образования и науки Российской Федерации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые) от 18.11.2015 № 09-3242 и от 29.03.2016 № ВК-641/09 по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей; письмо Минпросвещения России от 15.04.2022 № СК-295/06 «Об использовании государственных символов Российской Федерации».

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена образовательным запросом и потребностями учащихся и их родителей на развитие творческих способностей в области танцевального спорта. Работа на учебных занятиях, участие в конкурсах, выступлениях, фестивалях обеспечивают мотивацию к непрерывному личностному росту обучающихся, развитие их коммуникативных способностей. Программа ориентирована на решение наиболее значимых в современном образовании и воспитании проблем:

- творческая самоактуализация и самореализация личности;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- развитие мотивации к познанию, творчеству, труду, спорту;
- обеспечение конкурентоспособности личности;
- приобщение к общечеловеческим ценностям;
- интеллектуальное и духовное развитие личности ребенка;
- интеграция личности в систему мировой и отечественной культур.
- приобщением детей к массовому спорту и спорту высших достижений.
- укрепление психического и физического здоровья детей, их эмоционального благополучия и положительную социализацию.

Уровень сложности

Программа имеет базовый уровень сложности, т.к. предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые обеспечивают освоение специализированных знаний:

-формирование спортивной мотивации;

-развитие эмоциональности и артистизма;

- обучение приемам самостоятельной и коллективной работы, взаимоконтроля и самоконтроля;

- развитие психических познавательных процессов (память, внимание, мышление, воображение);

- изучение базовых элементов бальных танцев;

- формирование навыков правильного и выразительного движения;

- включение в постановочную и концертную деятельности (разработка и разучивание танцевальных композиций и номеров, участие детей в конкурсах и фестивалях);

- развитие потребности в творческой самоактуализации, саморазвитии, самореализации

Педагогическая целесообразность

В основе программы лежит **комплексный подход к** обучению спортивным танцам. Он заключается в гармоничном сочетании основ хореографии, музыки, общей физической подготовки (ОФП), пластики, изучении детских «игровых» танцев. Данная программа основывается на положениях современной хореографической науки, психологии, физиологии, общей концепции школьного воспитания, соответствует современным методикам и формам обучения, общемировой практике. Большое значение при составлении программы имеет огромный личный опыт педагога.

Отличительные особенности: образовательная программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в используемых формах обучения, методах и принципах. В основе программы лежит идея последовательного, ступенчатого освоения и, исходя из этого, поэтапное обучение ребенка. Программа позволяет решить задачи танцевального обучения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей школьников.

Новизна программы состоит в том, что наряду с адаптацией основных направлений танцевального искусства, включающих гимнастику, ритмику, классический и бальный танец, учитываются возможности детей разных возрастов. В связи с включением бальных танцев в единую систему спортивной квалификации программа обрела не только художественную, а физкультурно-спортивную направленность. В связи с этим обязательным условием обучения по данной программе стало участие детей в спортивных конкурсах различного уровня.

Программа может быть реализована в дистанционном формате.

Программа предполагает наличие вариативной части. Вариативная часть разрабатывается педагогом дополнительного образования самостоятельно в случае введения в учреждении дистанционной формы обучения. Вариативная часть предоставляется возможность педагогу менять темы, разделы программы.

В рамках дистанционной формы обучения данная программа будет реализована с использованием платформ и сервисов для проведения онлайн и видео-конференций, мессенджеров, социальных сетей.

Дистанционная форма предполагает изучение не менее 55% объема программы в режиме онлайн с использованием выбранной платформы и мессенджеров. Допускается использование электронных образовательных ресурсов сети Интернет, не противоречащих нормам этики и морали, в форме мастер-классов, видео-экскурсий и т.п. по направлению деятельности, электронную почтовую рассылку (методические рекомендации, информационные материалы), работу в мессенджерах (консультационная работа), кейс-технологии, презентации и др.

Адресаты программы: дети 7-18 лет (Приложение №1).

Срок реализации программы – 4 года.

Объём программы: 576 часов.

1 год обучения – 144 часа

2 год обучения – 144 часа

3 год обучения – 144 часа

4 год обучения – 144 часа

Форма обучения – очная

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, групповая, коллективная.

Тип занятий: комбинированный, тренировочный, репетиционный.

Режим занятий:

2 раза в неделю по 2 академических часа продолжительностью 45 минут, перерыв – 10 минут.

Цели и задачи программы

Цель Программы: гармоничное развитие личности обучающегося, формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, освоение системы специальных знаний, умений, навыков и компетенций в области танцевального спорта, направленные на его дальнейшую успешную социализацию.

Задачи обучения:

- укрепление психического и физического здоровья детей и молодежи, их эмоционального благополучия и положительную социализацию;
- формирование культуры общения и поведения в социуме;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- формирование спортивной мотивации;
- развитие ответственности, дисциплинированности, аккуратности, требовательности к себе;
- развитие потребности в творческой самоактуализации, саморазвитии, самореализации.
- развитие двигательных умений и навыков;
- развитие эмоциональности и артистизма;
- обучение приемам самостоятельной и коллективной работы, взаимоконтроля и самоконтроля;
- развитие психических познавательных процессов (память, внимание, мышление, воображение);
- изучение базовых элементов и специальной техники бальных танцев;
- формирование навыков правильного и выразительного движения;
- организация постановочной и концертной деятельности (разработка и разучивание танцевальных композиций и номеров, участие детей в конкурсах и фестивалях).

Ожидаемые результаты освоения программы

В обучающемся будет преобладать потребность в развитии личности и стремление к здоровому образу жизни.

Субъект образовательного процесса (ребёнок) может решить следующие жизненно-практические задачи:

Личностные: воспитать в процессе обучения такие личностные качества как общественная активность, гражданская позиция, культура общения и поведения, сформировать потребность в здоровом образе жизни;

Метапредметные: в процессе освоения программы развить ответственность, дисциплинированность, аккуратность, требовательность к себе, проявить потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, самореализации;

Образовательные: обучающийся от поверхностного интереса перейдёт к углубленному изучению бальных танцев, разовьет двигательные умения и навыки, координацию, эмоциональность и артистизм, память, внимание, воображение.

В результате освоения данной программы у обучающихся сформируются

следующие ***компетентности:***

- в сфере самостоятельной познавательной деятельности - компетенции, основанные на усвоении способов приобретения знаний, умений, навыков и опыта (когнитивная сфера);

- в сфере гражданско - общественной деятельности (общекультурная и информационная сферы), воспитание гражданина, изучение культуры не только своего народа, но и культуры других народов;

- в сфере социально - трудовой деятельности (мотивационно-ценностные, социальные и креативные сферы), формируются установки на постоянное самообразование и самовоспитание, подготовка для профильного поступления в ССУЗы и ВУЗы, приобретение навыков организаторской деятельности;

- в бытовой сфере (здоровьесбережение рассматривается в качестве фактора достижения намеченных жизненных целей);

- в сфере культурно-досуговой деятельности (выбор путей и способов использования свободного времени, культурно и духовно обогащающих личность).

Способы проверки и подведения итогов

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проходит в форме аттестации. Основным способом аттестации служит *конкурсные выступления*. Критериями оценки работы каждого обучающегося по отдельности служат:

- зачёт (тест).
- стремление обучающегося к концертной деятельности и результативность в конкурсах различного уровня (портфолио);
- заполнение индивидуальной карты усвоения дополнительной общеобразовательной программы по годам обучения: первичное (стартовое) – в сентябре, промежуточное - в декабре - и итоговое – в мае - обследование.

Содержание программы

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации и контроля
1.	Вводное занятие.	1	1	-	**Анкета**
2.	**История спортивных танцев**	**2**	**2**	**-**	**Беседа**
2.1	История развития танцев стандартно-европейской	1	1	-	

	программы.				
2.2	История развития танцев латиноамериканской программы.	1	1	-	
3.	**Раздел № 1. Музыкальная грамота**	**7**	**2**	**5**	**Практический тест**
3.1	Понятие такта. Целое, половина, четверть.	3	1	2	
3.2	Сильные слабые доли	4	1	3	
4.	**Раздел № 2 . Стандартно-европейская программа «Н» класса (4 танца)**	**44**	**5**	**39**	**Зачёт**
4.1	Постановка корпуса.	8	1	7	
4.2	Изучение фигур (равнение, позиция ступней, шаги)	8	1	7	
4.3	Ритм. Музыкальность.	8	1	7	
4.4	Работа голеностопа, колена.	10	1	9	
4.5	Взаимодействие в паре.	10	1	9	
5.	**Раздел № 3. Латиноамериканская программа «Н» класса (4 танца)**	**44**	**5**	**39**	**Зачёт**
5.1	Постановка корпуса.	10	1	9	
5.2	Изучение фигур (построение, позиция, технический элемент).	6	1	5	
5.3	Ритм. Музыкальность.	10	1	9	
5.4	Работа голеностопа, колена.	10	1	9	
5.5	Позиции рук, взаимодействие.	8	1	7	
6.	**Раздел № 4. Общефизическая подготовка**	**21**	**3**	**18**	**Практический тест**
6.1	Развитие специальной выносливости.	7	1	6	
6.2	Развитие скоростно-	7	1	6	

	силовых качеств.				
6.3	Развитие гибкости и растяжки.	7	1	6	
7.	**Раздел № 5. Элементы хореографической подготовки**	**13**	**3**	**10**	**Практический тест**
7.1	Положение и позиции корпуса.	6	1	5	
7.2	Позиции рук. Позиции ног.	7	1	6	
8.	**Раздел № 6. Подготовка и участие в конкурсах**	**12**	**2**	**10**	**Промежуточный и итоговый конкурсы**
	Итого:	**144**	**22**	**122**	

Содержание учебного плана первого года обучения

Тема 1. Вводное занятие

Теория: Инструктаж по технике безопасности, противопожарной, антитеррористической безопасности. Правила поведения воспитанников в ГЦР НТТД и ЮТ.

Тема 2. История развития спортивных танцев

Теория: Ознакомление с современной танцевальной культурой изучаемых танцев (медленный вальс, квикстеп, самба, ча-ча-ча). ***Практика***: Просмотр видеоматериала соревнований детей данной возрастной группы.

Раздел № 1. Музыкальная грамота

Теория: Строение музыкального произведения. Вступление, музыкальная фраза.

Практика: Слушание музыки с определением тактов, сильных, слабых долей, вступления, музыкальной фразы. Выполнение комбинированных упражнений, используя хлопки и притопы.

Раздел № 2. Стандартно-европейская программа «Н» класса (4 танца) ***Теория:*** Технические и музыкальные особенности танцев европейской программы. ***Практика:*** Постановка корпуса. Разучивание фигур (по классу мастерства). Изучение позиции стоп, величины поворота, подъемов и опусканий, характерных для изучаемых фигур. Ритм. Выполнение специальных упражнений для тренировки стопы и колена. Тренировка баланса соло и баланса пары

(Приложение №1).

Раздел № 3. Латиноамериканская программа «Н» класса (4 танца) ***Теория:*** Теоретические выкладки о технических и музыкальных особенностях изучаемых танцев латиноамериканской программы (самба, ча-ча-ча).

Практика: Постановка корпуса, разучивание фигур (согласно классу мастерства), Ритм, музыкальный размер самбы и ча-ча-ча. Выполнение специальных упражнений для тренировки стопы, колена. Отработка позиций рук, взаимодействие в паре *(Приложение №1).*

Раздел № 4. Общефизическая подготовка

Теория: Беседы о значении физической культуры, сохранения здоровья, необходимости физических упражнений для достижения результатов в танцевальном спорте.

Практика: Разучивание упражнений необходимых для укрепления физических данных детей с учетом их возрастных и физиологических возможностей. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса, рук. Ног. Упражнения на развитие гибкости и растяжки.

Раздел № 5. Элементы хореографической подготовки

Теория: Позиции рук и их постановка: 1-я, 3-я и 2-я (на середине зала) Полупозиция рук. Понятие опорной и работающей ноги. Понятие вытягивания пальцев ног (носка).

Практика: Demi-plie. Releve - подъем на полупальцы.Прыжки: temps saute в полувыворотной позиции ног. Переступание на полупальцах, подготовка ко вращению.

Раздел № 6. Подготовка и участие в конкурсах

Теория: Правила поведения на конкурсной площадке, эмоционально-артистическая окраска танца.

Практика: Моделирование конкурсных ситуаций во время тренировочного процесса. Качество исполнения изученных элементов. Артистизм.

Планируемы результаты

Обучающийся будет обладать определёнными знаниями, умениями и навыками (ЗУН):

в 1 год обучения)

Образовательными (будет знать):	***Практико-ориентированными (уметь):***

- правила гигиены, поведения; - правила самостоятельной работы; - правила выполнения основ европейской программы; - правила выполнения основ латиноамериканской программы; - понятие такта, ритмического рисунка; - правила выполнения основ хореографии; - разницу между понятием высокие и низкие полупальцы и пальцы ног; -названия различных видов шагов бальных танцев	-правильно переносить тяжесть тела с ноги на ногу; -качественно выполнять комплекс упражнений ОФП и элементов хореографической подготовки; - качественно и ритмично выполнять основные фигуры бальных танцев на месте и с ориентацией в зале; -выполнять основные танцевальные комбинации; - быть эмоциональным; - участвовать в массовых мероприятиях и конкурсах. - уметь танцевать 4 танца
навыки: овладение основами бальных танцев в медленном темпе, для продвинутого уровня в основном темпе; формирование баланса и работоспособности.	

Учебный план второго года обучения

№ п/п	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации и контроля
1.	Вводное занятие.	1	1	-	**Анкета**
2.	**История спортивных танцев**	**2**	**2**	**-**	**Беседа**
2.1	История развития танцев стандартно-европейской программы.	1	1	-	
2.2	История развития танцев латиноамериканской программы.	1	1	-	
3.	**Раздел № 1. Музыкальная грамота**	**7**	**2**	**5**	**Практический тест**
3.1	Взаимосвязь	3	1	2	

	музыкального сопровождения и движений.				
3.2	Одновременное восприятие музыки и двигательной реакции.	4	1	3	
4.	**Раздел № 2. Стандартно-европейская программа «Е» класса (6 танцев)**	**44**	**5**	**39**	**Зачёт**
4.1	Постановка корпуса.	8	1	7	
4.2	Хореография изучаемых фигур (равнение, позиция ступней, шаги).	8	1	7	
4.3	Ритм. Музыкальность (тайминг).	8	1	7	
4.4	Работа голеностопа, колена, тазобедренного сустава. Баланс.	10	1	9	
4.5	Взаимодействие в паре. Позиция рук.	10	1	9	
5.	**Раздел № 3. Латиноамериканская программа «Е» класса (6 танцев)**	**44**	**5**	**39**	**Зачёт**
5.1	Постановка корпуса.	10	1	9	
5.2	Изучение фигур (построение, позиция, технический элемент).	6	1	5	

5.3	Ритм. Музыкальность. Тайминг.	10	1	9	
5.4	Работа голеностопа, колена, бедра, стороны.	10	1	9	
5.5	Позиции рук, взаимодействие, понятие о координации рук, ног и работы тела.	8	1	7	
6.	**Раздел № 4. Общефизическая подготовка**	**18**	**3**	**15**	**Практический тест**
6.1	Развитие специальной выносливости.	6	1	5	
6.2	Развитие скоростно-силовых качеств.	6	1	5	
6.3	Развитие гибкости и растяжки.	6	1	5	
7.	**Раздел № 5. Элементы хореографической подготовки**	**8**	**1**	**7**	**Практический тест**
7.1	Положение и позиции корпуса.	2		2	
7.2	Позиции рук. Позиции ног.	6	1	5	
8.	**Раздел № 6. Подготовка и участие в конкурсах. Практика**	**12**	**2**	**10**	**Конкурс**
8.1	Правила поведения на конкурсной площадке	2	1	1	
8.2	Взаимоотношения	5	1	4	

	партнеров в танце и на занятиях.				
8.3	Эмоционально-артистическая подача. Презентация. Практика.	5		5	
9.	**Повторение и закрепление пройденного материала. Аттестация**	**8**	**2**	**6**	**Промежуточный и итоговый конкурсы**
	Итого:	**144**	**24**	**120**	

Содержание учебного плана второго года обучения

Тема 1. Вводное занятие ***Теория:*** Инструктаж по технике безопасности, противопожарной, антитеррористической безопасности. Правила поведения воспитанников в ГЦР НТТД и ЮТ. ПДД.

Тема 2. Современное развитие спортивных танцев ***Теория:*** Современные тенденции в спортивных танцах. ***Практика:*** Просмотр видеоматериала соревнований детей данной возрастной группы.

Раздел № 1. Музыкальная грамота ***Теория:*** Взаимосвязь музыкального сопровождения и движений, одновременное восприятие музыки и двигательной реакции. ***Практика:*** Разбор различных ритмических рисунков и двигательных действий. Практическое выполнение различных темпо-скоростных сочетаний.

Раздел № 2. Стандартно-европейская программа «Е» класса (6 танцев) ***Теория:*** Характерные технические и музыкальные особенности танцев: медленный вальс, венский вальс, квикстеп**.** ***Практика:*** Постановка корпуса. Разучивание фигур согласно классу мастерства. Изучение позиций стоп, равнения, величины поворотов, подъемов и опусканий изучаемых фигур и танцев. Ритм фигур. Взаимодействие в паре. Выполнение специальных упражнений для тренировки стопы, колена, тела. Понятие свинга (Приложение №1).

Раздел № 3. Латиноамериканская программа «Е» класса ***Теория:*** Технические особенности работы тела, ног, стопы, рук в латиноамериканской программе. Координация движения. Музыкальные особенности

латиноамериканских танцев.

Практика: Постановка корпуса. Разучивание фигур (Приложение №2). Изучение построений, позиций стоп, величин поворотов, работы опорной и свободной ноги, бедра, стороны. Координация рук с движениями тела. Взаимосвязь и взаимодействие.

Раздел № 4. Общефизическая подготовка *Теория:* Беседы о значении физических упражнений для достижения результатов в танцевальном спорте, а так же их правильного исполнения. ***Практика:*** Совершенствование физических качеств танцоров. Упражнения для развития координации, специальной выносливости, гибкости и растяжки с увеличением интенсивности и нагрузок. Использование упражнений пилатеса и йоги. Выполнение упражнений под музыку.

Раздел № 5. Элементы хореографической подготовки. *Теория:* Позиции рук и их постановка: 1-я, 3-я и 2-я (на середине зала). Полупозиция рук. Понятие опорной и работающей ноги. Понятие вытягивания пальцев ног (носка).

Практика: Demi-plie. Releve - подъем на полупальцы. Прыжки: temps saute в полувыворотной позиции ног. Переступание на полупальцах, вращения вправо, влево.

Раздел № 6. Подготовка и участие в конкурсах. Практика *Теория:* Правила поведения на конкурсной площадке. Эмоционально-артистическая подача танца. ***Практика:*** Проведение занятия с элементами конкурсного исполнения (исполнение программ по заходам с разделением на сильные и слабые заходы). Продолжительность звучания мелодии не менее 1,5 минуты. Детское судейство. Проведение занятия – практики с различными заданиями по танцам (показать основной ритм, работа ног, координация рук, артистизм и т.д.).

Повторение и закрепление пройденного материала. Аттестация *Теория:* Повторение выученной основной терминологии выученных фигур. Правила выполнения основных элементов европейских и латиноамериканских танцев.

Практика: Качество выполнения основных фигур соло и в паре в различном темпе. ***Аттестация обучающихся:*** Участие в фестивалях и конкурсах городского, регионального, всероссийского и международного уровней.

Планируемы результаты

Обучающийся будет обладать определёнными знаниями, умениями и навыками (ЗУН):

в 2 год обучения

Образовательными (будет знать):	**Практико-ориентированными (уметь):**
- правила самостоятельной работы при выполнении комплекса упражнений общей физической подготовки; - правила постановки корпуса и рук; - особенности ритмической и технической основы бальных танцев; - азбуку хореографии по программе; - знать правила поведения на конкурсной площадке.	-сбалансированно и ритмично выполнять изученные фигуры бальных танцев: а) по одному (соло); б) в паре; -уметь считать свою партию; - вести себя на конкурсной площадке; - показать презентацию и артистизм; - участие в массовых мероприятиях и турнирах различного уровня -уметь танцевать 6 танцев
навыки: овладение основами танцевальной деятельности в соответствии с программой, взаимодействие в паре.	

Учебный план третьего года обучения

№ п/п	**Наименование тем, разделов**	**Всего часов**	**Теория**	**Практика**	**Форма аттестации и контроля**
1.	Вводное занятие.	1	1	-	**Анкета**
2.	**История спортивных танцев**	**2**	**2**	**-**	**Беседа**
2.1	История развития танцев стандартно-европейской программы.	1	1	-	
2.2	История развития танцев латиноамериканской программы.	1	1	-	

3.	**Раздел № 1. Музыкальная грамота**	**7**	**2**	**5**	**Практический тест**
3.1	Взаимосвязь музыкального сопровождения и движений.	3	1	2	
3.2	Одновременное восприятие музыки и двигательной реакции.	4	1	3	
4.	**Раздел № 2. Стандартно-европейская программа «Е» класса (6 танцев)**	**44**	**5**	**39**	**Зачёт**
4.1	Постановка корпуса.	8	1	7	
4.2	Хореография изучаемых фигур (равнение, позиция ступней, шаги).	8	1	7	
4.3	Ритм. Музыкальность (тайминг).	8	1	7	
4.4	Работа голеностопа, колена, тазобедренного сустава. Баланс.	10	1	9	
4.5	Взаимодействие в паре. Позиция рук.	10	1	9	
5.	**Раздел № 3. Латиноамериканская программа «Е» класса (6 танцев)**	**44**	**5**	**39**	**Зачёт**
5.1	Постановка корпуса.	10	1	9	
5.2	Изучение фигур (построение, позиция, технический элемент).	6	1	5	
5.3	Ритм. Музыкальность.	10	1	9	

	Тайминг.				
5.4	Работа голеностопа, колена, бедра, стороны.	10	1	9	
5.5	Позиции рук, взаимодействие, понятие о координации рук, ног и работы тела.	8	1	7	
6.	**Раздел № 4. Общефизическая подготовка**	**18**	**3**	**15**	**Практический тест**
6.1	Развитие специальной выносливости.	6	1	5	
6.2	Развитие скоростно-силовых качеств.	6	1	5	
6.3	Развитие гибкости и растяжки.	6	1	5	
7.	**Раздел № 5. Элементы хореографической подготовки**	**8**	**1**	**7**	**Практический тест**
7.1	Положение и позиции корпуса.	2		2	
7.2	Позиции рук. Позиции ног.	6	1	5	
8.	**Раздел № 6. Подготовка и участие в конкурсах. Практика**	**12**	**2**	**10**	**Конкурс**
8.1	Правила поведения на конкурсной площадке	2	1	1	
8.2	Взаимоотношения партнеров в танце и на занятиях.	5	1	4	
8.3	Эмоционально-артистическая подача. Презентация.	5		5	

	Практика.				
9.	**Повторение и закрепление пройденного материала. Аттестация**	**8**	**2**	**6**	**Промежуточный и итоговый конкурсы**
	Итого:	**144**	**24**	**120**	

Содержание учебного плана третьего года обучения

Тема 1. Вводное занятие ***Теория:*** Инструктаж по технике безопасности, противопожарной, антитеррористической безопасности. Правила поведения воспитанников в ГЦР НТТД и ЮТ. ПДД.

Тема 2. Современное развитие спортивных танцев ***Теория:*** Современные тенденции в спортивных танцах. ***Практика:*** Просмотр видеоматериала соревнований детей данной возрастной группы.

Раздел № 1. Музыкальная грамота ***Теория:*** Взаимосвязь музыкального сопровождения и движений, одновременное восприятие музыки и двигательной реакции. ***Практика:*** Разбор различных ритмических рисунков и двигательных действий. Практическое выполнение различных темпо-скоростных сочетаний.

Раздел № 2. Стандартно-европейская программа «Е» класса (6 танцев) ***Теория:*** Характерные технические и музыкальные особенности танцев: медленный вальс, венский вальс, квикстеп**.** ***Практика:*** Постановка корпуса. Разучивание фигур согласно классу мастерства. Изучение позиций стоп, равнения, величины поворотов, подъемов и опусканий изучаемых фигур и танцев. Ритм фигур. Взаимодействие в паре. Выполнение специальных упражнений для тренировки стопы, колена, тела. Понятие свинга (Приложение №1).

Раздел № 3. Латиноамериканская программа «Е» класса ***Теория:*** Технические особенности работы тела, ног, стопы, рук в латиноамериканской программе. Координация движения. Музыкальные особенности латиноамериканских танцев. ***Практика:*** Постановка корпуса. Разучивание фигур (Приложение №2). Изучение построений, позиций стоп, величин поворотов, работы опорной и свободной ноги, бедра, стороны. Координация рук с движениями тела. Взаимосвязь и взаимодействие.

Раздел № 4. Общефизическая подготовка ***Теория:*** Беседы о значении физических упражнений для достижения результатов в танцевальном спорте, а

так же их правильного исполнения. ***Практика:*** Совершенствование физических качеств танцоров. Упражнения для развития координации, специальной выносливости, гибкости и растяжки с увеличением интенсивности и нагрузок. Использование упражнений пилатеса и йоги. Выполнение упражнений под музыку.

Раздел № 5. Элементы хореографической подготовки ***Теория:*** Позиции рук и их постановка: 1-я, 3-я и 2-я (на середине зала). Полупозиция рук. Понятие опорной и работающей ноги. Понятие вытягивания пальцев ног (носка).

Практика: Demi-plie. Releve - подъем на полупальцы. Прыжки: temps saute в полувыворотной позиции ног. Переступание на полупальцах, вращения вправо, влево.

Раздел № 6. Подготовка и участие в конкурсах. ***Теория:*** Правила поведения на конкурсной площадке. Эмоционально-артистическая подача танца. ***Практика:*** Проведение занятия с элементами конкурсного исполнения (исполнение программ по заходам с разделением на сильные и слабые заходы). Продолжительность звучания мелодии не менее 1,5 минуты. Детское судейство. Проведение занятия – практики с различными заданиями по танцам (показать основной ритм, работа ног, координация рук, артистизм и т.д.).

Повторение и закрепление пройденного материала. Аттестация. ***Теория:*** Повторение выученной основной терминологии выученных фигур. Правила выполнения основных элементов европейских и латиноамериканских танцев.

Практика: Качество выполнения основных фигур соло и в паре в различном темпе. ***Аттестация обучающихся:*** Участие в фестивалях и конкурсах городского, регионального, всероссийского уровней.

Планируемы результаты

Обучающийся будет обладать определёнными знаниями, умениями и навыками (ЗУН):

в 3 год обучения

Образовательными (будет знать):	***Практико-ориентированными (уметь):***
- изучаемые по программе основы хореографии; - музыкальное сопровождение (вступление, музыкальный размер,	- правильно работать стопой, коленом, бедром, сторонами в каждом танце; - постановка корпуса в каждом

темп) каждого танца; - ритм фигур различных танцев и их интерпретация; - критерии судейства; - правила координации тела; - правила работы для активной концертной и конкурсной деятельности.	танце; - обладать сбалансированным движением соло, пары. - свободно ориентироваться на конкурсной площадке; - свободно владеть изученными фигурами, совпадение звучания музыки и двигательной реакции; - овладеть правильной координацией движений. - быть сильным и выносливым, качественно и слаженно выполнять ОФП. - уметь делать вращения. - применять критерии судейства на практике; - участие в турнирах различного уровня - уметь танцевать 6 танцев.
навыки: формирование техники выполнения прыжков и вращений, формирование баланса, переноса веса, презентации, артистизма, импровизации.	

Учебный план четвертого года обучения

№ п/п	Наименование тем, разделов	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации и контроля
1.	Вводное занятие.	1	1	-	**Анкета**
2.	**История спортивных танцев**	**2**	**2**	**-**	**Беседа**
2.1	История развития танцев стандартно-европейской программы.	1	1	-	
2.2	История развития танцев латиноамериканской программы.	1	1	-	
3.	**Раздел № 1.**	**7**	**2**	**5**	**Тест**

	Музыкальная грамота				
3.1	Взаимосвязь музыкального сопровождения и движений.	3	1	2	
3.2	Одновременное восприятие музыки и двигательной реакции.	4	1	3	
4.	**Раздел № 2. Стандартно-европейская программа «Д» класса (8 танцев)**	**44**	**5**	**39**	**Зачёт**
4.1	Постановка корпуса.	4	1	3	
4.2	Хореография изучаемых фигур (равнение, позиция ступней, шаги).	12	1	11	
4.3	Ритм. Музыкальность.	8	1	7	
4.4	Свинг, ротация. Опорная и свободная ноги. Баланс.	10	1	9	
4.5	Взаимодействие в паре.	10	1	9	
5.	**Раздел № 3. Латиноамериканская программа «Д» класса (8 танцев)**	**44**	**5**	**39**	**Зачёт**
5.1	Постановка корпуса.	4	1	3	
5.2	Хореография изучаемых фигур (построение, позиция, технический элемент).	12	1	11	
5.3	Ритм. Музыкальность. Тайминг.	10	1	9	
5.4	Работа голеностопа, колена, стороны,	10	1	9	

	бедра. Опорная и свободная ноги. Баланс.				
5.5	Позиции рук, взаимодействие. Координация.	8	1	7	
6.	**Раздел № 4. Общефизическая подготовка**	**26**	**5**	**21**	**Практический тест**
6.1	Развитие специальной выносливости.	6	1	5	
6.2	Развитие скоростно-силовых качеств.	14	1	11	
6.3	Развитие гибкости и растяжки.	6	1	5	
7.	**Раздел № 5. Подготовка и участие в конкурсах**	**12**	**2**	**10**	**Конкурс**
7.1	Взаимоотношения партнеров в танце и на занятиях.	5	1	4	
7.2	Эмоционально – артистическая подача танца. Презентация.	5		5	
7.3	Правила поведения на конкурсной площадке.	2	1	1	
8.	**Повторение и закрепление пройденного материала. Аттестация**	**8**	**2**	**6**	**Промежуточный и итоговый конкурсы**
	Итого:	**144**	**24**	**120**	

Содержание учебного плана четвертого года обучения

Тема 1. Вводное занятие ***Теория:*** Инструктаж по технике безопасности, противопожарной, антитеррористической безопасности. Правила поведения воспитанников в ГЦР НТТД и ЮТ. ПДД.

Тема 2. Современное развитие спортивных танцев ***Теория:*** Современные

тенденции в спортивных танцах. ***Практика:*** Просмотр видеоматериала соревнований детей данной возрастной группы, с последующим обсуждением технических и эстетических параметров современного танца.

Раздел № 1. Музыкальная грамота ***Теория:*** Взаимосвязь музыкального сопровождения и движений, одновременное восприятие музыки и двигательной реакции. ***Практика:*** Разбор различных ритмических рисунков и двигательных действий. Практическое выполнение различных темпо-скоростных сочетаний. Изученные фигуры танцевать в различных темпо-скоростных вариантах. Фразирование.

Раздел № 2. Стандартно-европейская программа «Д» класса (8танцев) ***Теория:*** Характерные технические и музыкальные особенности танцев: медленный вальс, венский вальс, квикстеп, танго. ***Практика:*** Постановка корпуса. Разучивание фигур согласно классу мастерства (Приложение №1).

Изучение позиций стоп, равнения, величины поворотов, подъемов и опусканий изучаемых фигур и танцев. Ритм фигур. Свинг (нижний, верхний), ротация, вес головы. Длительность движений, скоростные сочетания движений, одновременное восприятие музыки и двигательной реакции. Работа стопы колена в свинговых танцах и в танго. Ведение, шейп, взаимодействие в паре.

Раздел № 3. Латиноамериканская программа «Д» класса ***Теория:*** Технические особенности работы тела, ног, стопы, рук в латиноамериканской программе. Координация движения. Музыкальные особенности латиноамериканских танцев.

Практика: Постановка корпуса. Разучивание фигур. Изучение построений, позиций стоп, величин поворотов, работы опорной и свободной ноги, бедра, стороны, ротация. Координация рук с движениями тела и ног. Взаимосвязь и взаимодействие. Ведение. Работа стопы колена в баунсовых шагах самбы, прогрессивных шагов ча-ча-ча и румбы, свинговых шагов джайва. Индивидуальные и парные вращения. Длительность движений, скоростные сочетания движений, одновременное восприятие музыки и двигательной реакции (Приложение №1).

Раздел № 4. Общефизическая подготовка ***Теория:*** Беседы о значении физических упражнений для достижения результатов в танцевальном спорте, а так же их правильного исполнения. ***Практика:*** Совершенствование физических качеств танцоров. Упражнения для развития координации, специальной выносливости, гибкости и растяжки с увеличением интенсивности и нагрузок.

Использование упражнений пилатеса и йоги. Выполнение упражнений под музыку.

Раздел № 5. Подготовка и участие в конкурсах. Практика ***Теория:*** Правила поведения на конкурсной площадке. Эмоционально-артистическая подача танца. ***Практика:*** Проведение занятия с элементами конкурсного исполнения (исполнение программ по заходам с разделением на сильные и слабые заходы). Продолжительность звучания мелодии не менее 2 минут. Детское судейство. Презентация, поклон. Поток энергии и динамика. Артистизм. Позитивная установка. Концентрация (здесь и сейчас). Осознание себя на конкурсной площадке.

Тема 3. Повторение и закрепление пройденного материала. Аттестация ***Теория:*** Повторение основной терминологии выученных фигур. Правила выполнения основных элементов европейских и латиноамериканских танцев. ***Практика:*** Качество выполнения основных фигур соло и в паре в различном темпе. ***Аттестация обучающихся:*** Участие в фестивалях и конкурсах городского, регионального, всероссийского и международного уровней.

Планируемы результаты

Обучающийся будет обладать определёнными знаниями, умениями и навыками (ЗУН):

во 4 год обучения

Образовательными (будет знать):	***Практико-ориентированными (уметь):***
- комплекс упражнений общефизической и хореографической подготовки; - репертуар танцевальных номеров предыдущих лет обучения; - основы бальных танцев; - правила выполнения вращений, прыжков; - основные сведения о разучиваемых танцах, быте, правах и обычаях народа разучиваемого танца; - основные требования работы в коллективе, подготовки к турнирам.	- поддерживать тонус мышц корпуса; - бать сильным, выносливым; - принимать участие в массовых и конкурсных мероприятиях; - объяснять правила выполнения различных танцевальных элементов; - показать качественное выполнение различных латиноамериканских и европейских танцев с использованием вращений и прыжков; - работать с литературой и видеоматериалом - уметь танцевать 8 танцев.
Навыки: самостоятельное составление танцевальных комбинаций и выполнение	

импровизаций.

Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации Программы:

Материально-техническое обеспечение.

Зал по хореографии оснащён зеркалами, гимнастическими ковриками для занятий общей физической подготовкой, спортивными гимнастическими лавками, скакалками, проигрыватель для дисков и флеш-карт, учебной литературой.

Информационное обеспечение.

Аудиозаписи, видеозаписи, компьютер с выходом в Интернет.

Кадровое обеспечение. Педагог – хореограф.

Программу реализует Гудкова О.Н., педагог дополнительного образования, педагогический стаж 23 года.

Формы контроля/аттестации.

Анкетирование. Практическая работа. Смотр. Показ. Устный опрос. Открытое занятие для родителей. Внутренний конкурс – зачет «Очень нелегки первые шаги». Отчетный концерт - конкурс коллектива «Этапы совершенства». Мероприятия различного уровня, конкурсы (Чемпионаты и Первенства России, Тульской области, российские, Всероссийские и международные соревнования), открытые занятия, отчётные концерты, тестирование обучающихся, портфолио. Зачёт. Мониторинг ЗУНов.

Формы предъявления и демонстрации результатов.

Демонстрация танца, концерт, открытое занятие, конкурсы, отчётный концерт, портфолио, поступление выпускников в профессиональные образовательные учреждения.

Оценочные материалы

Система оценочных материалов позволяет контролировать результат обучения, воспитания, развития учащихся. Уровень сформированности компетенций у обучающихся определяется с помощью оценочных материалов первичной, промежуточной, итоговой диагностики, разработанных с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей на основании содержания программы и в соответствии с прогнозируемыми результатами.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Видеозапись выступлений, журнал посещаемости, фото, отзыв детей и родителей, диагностика освоения образовательной программы, результативность конкурсных выступлений, мониторинг ЗУНов. *(Приложение 4)*

Методическое обеспечение

Педагогические технологии

Игрового обучения – выполнение ребёнком различных социальных ролей через язык танца. Обыгрывание образов через элементы сценического мастерства и пластику движения, использование игры для закрепления и изучения материала программы.

Здоровьесберегающая – отработка элементов гимнастики, исправляющих недостатки осанки, развитие мышечной системы необходимой для выполнения элементов бальной хореографии, создание условий ощущения у детей радости, соблюдение питьевого режима на занятии.

Коллективно-творческой деятельность – участие в конкурсах, фестивалях различного уровня, подготовка костюмов к выступлениям (родитель, педагог, костюмер, ребёнок).

Дифференцированного обучения – обучение двигательным действиям провожу целостным методом с последующей дифференциацией (выделяю детали техники и разделяю их по сложности) и затем интеграцией этих частей.

Информационная – использование компьютерных технологий для видео показов на занятии, организации и проведения зачетных мероприятий. Применение компьютера позволяет: накапливать и хранить музыкальные файлы; менять темп, звуковысотность музыкального произведения; производить монтаж, компоновку музыкального произведения; хранить фото- и видеоматериалы коллектива. Компьютер даёт возможность: активно использовать доступ в глобальную сеть интернет; эффективно осуществлять поиск и переработку информации; пользоваться почтовыми услугами интернета; поддерживать контакты и осуществлять деловое общение, дистанционное обучение.

Коллективного взаимообучения – используются различные варианты работы в парах: Статическая пара, которая объединяет двух учащихся; динамическая пара, объединяющая четверых учащихся и позволяющая включать механизм адаптации к индивидуальным особенностям товарищей.

Приёмы и методы обучения

Игровой, словесный, практический, наглядный. Сочетание индивидуальных, коллективных и групповых методов обучения. Использование занятий опытных учеников с начинающими. Самостоятельная работа с видеоматериалом и специальной литературы.

Формы организации занятий

В занятия первого года обучения вводятся элементы игры. В течение всех лет обучения широко используются беседы, просмотры видеоматериалов.

Большое значение уделяется участию в турнирах разных уровней. Такие поездки способствуют возрастанию интереса к занятиям, сплачивают коллектив. Сборы в московских танцевальных клубах. Проведение мастер – классов с приглашением ведущих Спортсменов международного класса России. Походы и участие в концертах служат одной из форм обучения.

Алгоритм учебного занятия:

1. Вводная часть (5мин)

а) мотивация к занятию, беседа о танце, о значении музыки в танце, о танцевальной форме, гигиене, внимании, дисциплине и т.п.;

б) изучение особенностей осанки и профессиональных данных каждого учащегося, (рекомендуется после первых занятий заполнить индивидуальные карты учета профессиональных данных);

в) знакомство с элементами ритмики и музыкальной грамоты.

2. Подготовительная часть (20 - 25 мин)

Разучиваются и исполняются общеразвивающих физических упражнений (маршировка, бег, активно-пассивные и активные физические упражнения на полу, упражнения йоги, пилатеса), основы хореографии.

3. Основная часть (40-60 мин)

Разучивание и отработка базовых элементов и фигур по одному и в паре. Составление импровизаций.

4. Заключительная часть (15-20 мин)

Самостоятельная работа по закреплению изученных элементов, соединений. Тренаж, практика.

В середине занятия (через 45 мин, возможно и ранее) проводится перерыв.

В начале и конце занятия делается поклон.

Воспитательная деятельность в рамках реализации программы

Одной из основных трудовых функций педагога дополнительного образования является организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации программы.

Основное направление деятельности – создание при подготовке и проведении досуговых мероприятий условий для обучения, воспитания и развития обучающихся, формирования благоприятного психологического климата в группе.

Воспитательная работа проводится в рамках реализации Программы воспитания МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ» на 2022-2026 годы, с учетом Плана воспитательных мероприятий МБУДО «ГЦРиНТТДиЮ» для школьников города Тулы и обучающихся Городского центра развития на учебный год, согласно

календарному плану воспитательной работы рабочей программы воспитания объединения «Диалог» на учебный год.

Воспитательный процесс в рамках реализации программы обеспечивается на каждом занятии в течение всего учебного года в ненавязчивой и доброжелательной форме: в виде бесед на темы общечеловеческих ценностей, этики межличностных отношений, профилактики асоциальных явлений в обществе, отношений старшего и младшего поколений, политической обстановки в мире и роли России в мировом сообществе.

Учебно-воспитательные мероприятия проводятся согласно календарному плану воспитательной работы рабочей программы воспитания объединения, составляемому ежегодно. Участие в районных, городских и всероссийских выставках, конкурсах, встречи и общение с яркими людьми, возможность показать свою работу обеспечивает развитие личности с активной жизненной позицией.

Ведётся постоянная работа с родителями. Основными формами работы с родителями являются: родительское собрание, личная беседа о развитии, физиологии, психологических проблемах и педагогических приемах воспитания и т.д. ребенка Совместная работа над сценическим образом, стилем пары, разработка костюмов. Планирование конкурсной деятельности пары и обсуждение результатов соревнований.

Основным помощником педагога является магнитофон. Очень важно иметь хорошую видеотехнику и видеоматериал. Педагог находит возможность выполнять видеосъемки открытых занятий и концертов. Это помогает анализировать процесс развития детей. Правильно подобранный видео материал оказывает большую помощь в работе педагога.

В кабинете должны находиться небольшие коврики для занятий гимнастикой на полу, скакалка.

Творческая работа педагога заставляет его самого постоянно работать над собой, повышать свои знания по основам бальной хореографии, изучать современные тенденции развития танцевального спорта, принимать участие в Конгрессах по танцевальному спорту, работать в президиуме Тульской региональной федерации танцевального спорта.

Литература

Для педагога

1. Петер Янсен ЧСС ,лактат и тренировки на выносливость: Пер. с англ. – Мурманск: Издательство «Тулома», 2018

2. Колеман Э. Питание для выносливости. : Пер. с англ. – Мурманск : Изд.

«Тулома», 2017

3. Кошелев С.Н. Биомеханика спортивного танца.- М., 2006

4. Смит- Хемпшир Г. Венский вальс. Как воспитать чемпиона. – Томск: STT, 2000

5. В. Лэйерд «Техника латиноамериканских танцев» ,7- е издание, IDTA Ltd – 2014

6. Г.Ховад «Техника исполнения европейских танцев», 6 – е издание, 2011

Интернет-ресурсы:

Дополнительная образовательная программа студии спортивного бального танца «Алира» http://www.niro.nnov.ru

1. www.ballroom.ru › Каталог
2. dancesport.ru
3. https://ru-ru.facebook.com
4. http://www.psylist.net/pedagogika/inovacii.htm Педагогические технологии и инновации
5. http://www.ido.edu.ru/ffec/psych/ps13.html Развивающие педагогические технологии
6. http://oio.tpu.ru/publ_2004/article2004_5.html Педагогические технологии и технология учебного процесса. Логический анализ понятий.
7. https://nsportal.ru/download/#https://nsportal.ru/sites/default/files/2019/04/10/metodicheskie_rekomendatsii_doop.doc

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Колеман Э. Питание для выносливости. : Пер. с англ. – Мурманск : Изд. «Тулома», 2017

Интернет - ресурсы:

1. www.ballroom.ru › Каталог
2. dancesport.ru
3. https://ru-ru.facebook.com
4. http://www.rubstein.ru/lib/pedfgog.html
5. www.dancedance.ru/soveti.../psihologicheskaya-podgotovka-tancorov-k-turniru.html
6. https://www.worlddancesport.org/
7. https://dance.vftsarr.ru/
8. https://yandex.ru/images/search?rpt=simage&noreask=1&source=qa&text=DanceSportTotal&stype=image&lr=15
9. Закон успешной тренировки http://dynamodance.ru/blog/chto-nuzhno-znat,-

chtobyi-stat-pervyim-(ch.4).html

Приложение 1

Календарный учебный график.
1 год обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятий	Коли-чество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля*
1.	сентябрь	Беседа, тренировка	2	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Положение и позиции корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Анкета
2.	сентябрь	Беседа	2	Беседа по истории спортивного танца. Музыкальная грамота. Понятие такта. Целое, половина, четверть.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Беседа
3.	сентябрь	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Постановка корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
4.	сентябрь	Тренировка	2	Хореография. Положение и позиции корпуса. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Изучение фигур.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
5.	сентябрь	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Стандартно-европейская программа. Работа голеностопа, колена.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
6.	сентябрь	Тренировка	2	Хореография. Позиции ног I, II, V Позиции рук. Стандартно-европейская программа. Натуральный поворот. Реверсивный поворот.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение

7.	сентябрь	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития гибкости и растяжки. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Лок вперед и назад с правой и левой ноги.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
8.	сентябрь	Тренировка	2	Музыкальная грамота. Сильные и слабые доли. Стандартно-европейская программа. Постановка корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
9.	октябрь	Тренировка	2	Хореография. Положение и позиция корпуса. Латиноамериканская программа. Работа голеностопа и колена в танце ча-ча-ча.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
10.	октябрь	Стартовая диагностика	2	Стандартно-европейская программа. Постановка корпуса. Ритм. Работа голеностопа, колена. Латиноамериканская программа. Постановка корпуса. Ритм. Работа голеностопа, колена.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	зачет
11.	октябрь	Стартовая диагностика. Занятие с родителями.	2	ОФП. Диагностика физической подготовки. Хореография. Диагностика возможностей.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Практический тест
12.	октябрь	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Реверсивный поворот. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Лок вперед и назад с правой и левой ноги.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
13.	октябрь	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Ритм. Латиноамериканская	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение

				программа. Ритм.		
14.	октябрь	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Работа голеностопа, колена. Упражнения. Латиноамериканская программа. Работа голеностопа, колена. Упражнения.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
15.	октябрь	Тренировка	2	Хореография. Позиции положения корпуса. Латиноамериканская программа. Самба. Баунс. Работа колена, голеностопа.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
16.	октябрь	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития гибкости и растяжки. Европейская программа. Постановка корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
17.	октябрь	Тренировка	2	Музыкальная грамота. Понятие такта. Целое, половина, четверть. Латиноамериканская программа. Постановка корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
18.	ноябрь	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития гибкости и растяжки. Латиноамериканская программа. Работа голеностопа и колена в танце ча-ча-ча.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
19.	ноябрь	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития силовых качеств и выносливости. Стандартно-европейская программа. Ритм и натуральный и реверсивный повороты.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
20.	ноябрь	Тренировка	2	Хореографическая подготовка. Позиции	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ»,	Наблюдение

				рук и ног I, II, V. Латиноамериканская программа. Ритм самбы.	ул. Революции, д. 2	
21.	ноябрь	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Постановка корпуса. Латиноамериканская программа. Постановка корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
22.	ноябрь	Тренировка	2	Латиноамериканская программа. Изучение фигур. Ча-ча-ча (лок степ вперед и назад). Самба (ботофого в продвижении). Основное движение самбы.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
23.	ноябрь	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Изучение фигур. Натуральный и реверсивный повороты. Латиноамериканская программа. Постановка корпуса в ча-ча-ча и самбе.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
24.	ноябрь	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития гибкости и растяжки. Стандартно-европейская программа. Работа голеностопа и колена.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
25.	ноябрь	Тренировка	2	Латиноамериканская программа. Постановка корпуса в ча-ча-ча и самбе. Работа стопы (тайм степ, бейзик, баунс, переступание).	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
26.	ноябрь	Тренировка	2	Хореографическая подготовка. Упражнения для развития гибкости и растяжки. Стандартно-	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение

				европейская программа. Отработка ритма медленного вальса.		
27.	декабрь	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Работа голеностопа, колена. Латиноамериканская программа. Ритм.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
28.	декабрь	Тренировка	2	Музыкальная грамота. Сильные и слабые доли. Латиноамериканская программа. Изучение фигуры три ча-ча-ча.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
29.	декабрь	Тренировка	2	Хореографическая подготовка. Положение и позиции корпуса. Стандартно-европейская программа. Постановка корпуса в правом и левом повороте.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
30.	декабрь	Тренировка	2	Музыкальная грамота. Понятие такта в медленном вальсе, самбе, ча-ча-ча. Латиноамериканская программа. Ритм в самбе. Ча-ча-ча.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
31.	декабрь	Практический тест. Зачет.	2	ОФП. Развитие скоростно-силовых качеств. Стандартно-европейская программа. Работа голеностопа, колена в изученных фигурах.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Занятие с родителями.
32.	декабрь	Практический тест. Зачет.	2	Хореографическая подготовка. Позиции рук и ног. Латиноамериканская программа. Работа колена, стопы в самбе и ча-ча-ча.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
33.	декабрь	Тренировка	2	Латиноамериканская программа. Самба, ча-	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ»,	Наблюдение

				ча-ча ритм изученных фигур. Подготовка к конкурсу. Правила поведения на танцевальной площадке.	ул. Революции, д. 2	
34.	декабрь	Конкурс	2	Участие в конкурсе.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
35.	январь	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Постановка корпуса. Латиноамериканская программа. Постановка корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
36.	январь	Просмотр видео	2	История развития танцев. Латиноамериканская программа. Взаимодействие в паре.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Беседа
37.	январь	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Работа голеностопа, колена. Латиноамериканская программа. Ритм.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
38.	январь	Тренировка	2	Музыкальная грамота. Сильные, слабые доли. ОФП. Упражнения для развития гибкости и растяжки.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
39.	январь	Тренировка	2	Хореография. Положение и позиции корпуса. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Позиции рук, взаимодействие.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
40.	январь	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Стандартно-европейская программа. Работа голеностопа, колена.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение

41.	февраль	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Тайм степ. Бейзик. Нью-йорк. Постановка корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
42.	февраль	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Латиноамериканская программа. Позиции рук, взаимодействие в изученных фигурах.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
43.	февраль	Тренировка	2	Хореография. Позиции ног I, II, V Позиции рук. Стандартно-европейская программа. Правый поворот, левый поворот соединение через перемены.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
44.	февраль	Тренировка	2	Хореография. Позиции ног I, II, V Позиции рук. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Самба. Работа стопы, колена.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
45.	февраль	Тренировка	2	Стандартно-европейская программа. Постановка корпуса. Латиноамериканская программа. Постановка корпуса.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
46.	февраль	Тренировка	2	ОФП. Упражнения для развития гибкости и растяжки. Латиноамериканская программа. Ритм изученных фигур в самбе (бото фого в продвижении).	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение

47.	февраль	Тренировка	2	Хореография. Позиции рук и ног. Латиноамериканская программа. Джайв. Ритм изученных фигур.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
48.	февраль	Тренировка	2	ОФП. Развитие специальной выносливости. Стандартно-европейская программа. Ритм и музыкальность.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
49.	март	Тренировка	2	Джайв. Позиции рук взаимодействие. Стандартно-европейская. Взаимодействие в паре.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
50.	март	Тренировка	2	Общефизическая подготовка. Развитие специальной выносливости. Стандартно-европейская программа. Ключ-схема. Ритм.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
51.	март	Групповая игра	2	Музыкальная грамота. Сильные слабые доли. Стандартно-европейская программа. Постановка корпуса в изученных фигурах (правый поворот).	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
52.	март	Тренировка	2	ОФП. Развитие специальной выносливости Латиноамериканская программа. Постановка корпуса в фигурах: баунс, виск, переступание).	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
53.	март	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Изучение фигур. Равнение, шаги, позиции ступней Латиноамериканская	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение

				программа. Ча-ча-ча. Ритм изученных фигур ча-ча-ча: тайм степ, бейзик, нью-йорк.		
54.	март	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Взаимодействие в паре. Латиноамериканская программа. Самба баунс, виск, переступание. Работа колена и стопы.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
55.	март	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Ритм правого и левого поворота. Отработка. Латиноамериканская программа. Позиции рук, взаимодействие. Ча-ча-ча: спот поворот (поворот-переключатель). Повторение: тайм степ, бейзик, нью-йорк, лок, рука в руке.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
56.	март	Тренировка	2	Разминка. Латиноамериканская программа. Позиции рук в самбе и ча-ча-ча. Стандартно-европейская программа. Правый поворот. Взаимодействие в паре.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
57.	апрель	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Взаимодействие в паре. Латиноамериканская программа. Постановка корпуса в танцах самба и ча-ча-ча. Мини-конкурс.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
58.	апрель	Тренировка	2	Стандартно-европейская.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ»,	Наблюдение

				Взаимодействие в паре. Разминка. Латиноамериканская программа. Позиции рук. Ча-ча-ча. Тайм степ. Бейзик, нью-йорк. Самба: виск, переступание.	ул. Революции, д. 2	
59.	апрель	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Постановка корпуса в изученных фигурай танца медленный вальс. Латиноамериканская программа. Ритм и музыкальность в танцах самба и ча-ча-ча. Повторение изученных фигур с заданиями.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
60.	апрель	Групповая тренировка	2	Латиноамериканская программа. Работа голеностопа, колена. Разминка. Стандартно-европейская программа. Изучение фигур.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
61.	апрель	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Изучение фигур. Латиноамериканская программа. Работа голеностопа и колена в изученных фигурах. Отработка.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
62.	апрель	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Ритм, музыкальность. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Позиции рук в самбе и ча-ча-ча: тайм степ, бейзик, нью-йорк. Отработка под музыку.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение

63.	апрель	Тренировка	2	ОФП. Развитие специальной выносливости. Стандартно-европейская программа. Взаимодействие в паре. Упражнения на развитие стопы.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
64.	апрель	Тренировка	2	Подготовка к конкурсам. Стандартно-европейская программа. Взаимодействие в паре. Исполнение изученных фигур под музыку с заданиями.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
65.	апрель	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Правый поворот, правая и левая повороты. Взаимодействие в паре Мини-конкурсы. ОФП. Развитие специальной выносливости.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
66.	май	Тренировка	2	ОФП. Развитие специальной выносливости. Стандартно-европейская программа. Взаимодействие в паре.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
67.	май	Тренировка	2	Разминка. Стандартно-европейская программа. Взаимодействие в паре.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
68.	май	Тренировка	2	Подготовка к конкурсам.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
69.	май	Тренировка	2	Подготовка к конкурсам.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Наблюдение
70.	май	Тренировка	2	Подготовка к	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ»,	Наблюдение

				конкурсам.	ул. Революции, д. 2	
71.	май	Итоговая диагностика	2	Итоговая диагностика.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Практический тест
72.	май	Итоговая диагностика	2	Заключительное занятие. Конкурс.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Конкурс
	ИТОГО:		144			

3 год обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятий	Коли-чество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля*
1.	сентябрь	беседа	1	Вводное занятие. Правила поведения. Техника безопасности	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
2.	сентябрь	беседа	1	История развития танцевального спорта	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
3.	сентябрь	Практическое занятие	2	Музыкальная грамота	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
4.	сеньябрь	Тренировка	5	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
5.	сентябрь	Тренировка	5	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
6.	сентябрь	тренировка	2	Общая физическая подготовка	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
7.	сентябрь	тренировка	2	Хореографическая подготовка	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
8.	октябрь	тренировка	6	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
9.	октябрь	тренировка	6	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение

10.	октябрь	тренировка	6	Общая физическая подготовка	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
11.	ноябрь	тренировка	5	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
12.	ноябрь	тренировка	5	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
13.	ноябрь	тренировка	5	Хореографическая подготовка	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Практический тест
14.	декабрь	тренировка	6	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Зачет
15.	декабрь	тренировка	6	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	зачет
16.	декабрь	тренировка	4	ОФП	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Практичесий тест
17.	декабрь	Открытое занятие	2	Подготовка и участие в конкурсах	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	конкурс
18.	январь	беседа	2	Музыкальная грамота	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Практический тест
19.	январь	тренировка	2	Хореографическая подготовка	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
20.	январь	тренировка	5	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
21.	январь	тренировка	5	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
22.	февраль	беседа	2	Музыкальная грамота	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ»,	наблюдение

					ул. Революции, д. 2	
	февраль	тренировка	4	ОФП	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
24.	февраль	тренировка	5	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
25.	февраль	тренировка	5	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
26	март	тренировка	2	ОФП	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Практический тест
27.	март	тренировка	5	Подготовка и участие в конкурсах	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
28.	март	Беседа	1	История развития танцевалльного спорта	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
29.	март	Тренировка	5	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
30.	март	тренировка	5	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
31.	апрель	беседа	1	Музыкадьная грамота	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Практический тест
32.	апрель	тренировка	4	Подготовка и участие в конкурсах	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
33.	апрель	тренировка	5	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
34.	апрель	тренировка	5	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
35.	май	тренировка	1	Подготовка и участие в конкурсах	МБУ ДО	наблюдение

					«ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	
36.	май	тренировка	2	Европейская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Зачет
37.	май	тренировка	2	Латиноамериканская программа	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	Зачет
38.	май	тренировка	4	Повторение	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	наблюдение
39.	май	Открытое занятие	2	Итоговое занятие.	МБУ ДО «ГЦРиНТТДиЮ», ул. Революции, д. 2	конкурс
	ИТОГО:		144			

Приложение 2

Характеристика возрастных психофизических особенностей детей.

Для классического танца большое значение имеет рост. Рост и развитие человека – сложный процесс, обусловленный биологическими, природно-климатическими, социальными факторами. Рост и развитие детей идёт непрерывно, но темпы роста и развития не совпадают. С точки зрения обучения и воспитания, особенно в хореографии, необходимо помнить, что в некоторые возрастные периоды преобладает рост, а в другие – развитие. Периоды ускорения роста соответствуют определённым в жизни годам.

Для детей 11-12 лет на первый план выходят такие черты поведения, как:

- актуализация потребностей в самопознании, самоутверждении, определении своего места в коллективной среде;
- сохранение стремления к большой физической активности;
- усиление тенденции к самостоятельности и независимости;
- возрастание чувствительности к критике, агрессивное ее восприятие;
- начало «противостояния» полов, мальчики и девочки соперничают друг с другом;
- сохранение неустойчивости интересов, которые быстро меняются.

Детей 13-15 лет характеризует:

- склонность к групповому поведению, к подчинению своих интересов мнению группы;
- антагонизм между мальчиками и девочками, но в то же время

влюбчивость;

- сохранение стремления к самостоятельности: подросток стремится все понять, сам во всем разобраться, уяснить свое отношение ко всему;
- сопротивляемость критике, внутреннее беспокойство, конфликтность;
- мечтательность, создание «кумиров».

В этом возрасте особенно заметной становится разница в темпах психофизического развития девочек и мальчиков. В этом возрасте подростки начинают оценивать взрослых с точки зрения эталонов мужественности и женственности.

Старший школьный возраст охватывает детей 16-17 лет. Завершается окостенение и рост скелета. Происходит нарастание массы мышц и их силы. Наступает двигательная зрелость.

Сердечнососудистая система оказывается более выносливой и устойчивой к нагрузкам, нервные процессы отличаются большей подвижностью. Происходит изменение и в психическом складе подростка. Он уже может организовать и контролировать свои действия и настроение, управлять ими. Это возраст большой энергии, настойчивости, упорства в достижении цели. Идёт активный процесс формирования мировоззрения, нравственных убеждений, принципов, идеалов, определяется самосознание, способности мальчика или девочки к тому или иному роду деятельности.

В этом возрасте уже можно делать выводы о перспективах поступления в специальные профессиональные учреждения.

Приложение 3

МБУДО «Городской центр развития и научно-технического творчества детей и юношества»

Диагностическая таблица «Оценка результативности обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе»

_____

(название ДООП)

педагог: ___

(ФИО педагога, реализующего ДООП)

год обучения: ___ группа № __

форма контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контроль выполнения практического задания/творческой работы, выставка, концерт, тестирование, защита проекта и т.д.

	Показатели	**Показатели предметных результатов**						**Показатели метапредметных результатов**									**Показатели личностных результатов**							
№	**ФИО обучающегося**	Теоретические знания (по основным разделам учебно- тематического плана программы)	Владение специальной терминологией	Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Интерес к занятиям в детском объединении	Творческие навыки	Средний балл	Умение подбирать и анализировать источники информации (литература, Интернет-ресурсы и др.)	Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)	Умение слушать и слышать педагога	Умение выступать перед аудиторией	Умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Умение организовать своё рабочее (учебное) место	Навыки соблюдения процесса деятельности правил безопасности	Умение аккуратно выполнять работу	Средний балл	Терпение	Воля	Самоконтроль	Самооценка	Интерес к занятиям в детском объединении	Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)	Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения)	Средний балл
1.																								
2.																								
3.																								
4.																								
5.																								
6.																								
7.																								
8.																								
9.																								
10.																								
11.																								
12.																								

Таблица 1

Мониторинг результатов обучения ребёнка
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

Показатели (оцениваемые параметры)	**Критерии**	**Степень выраженностиоцениваемого качества**	**Возможное число баллов**	**Методы диагностики**
1. Теоретическая подготовка обучающегося				
1.1.Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям	Минимальный уровень – обучающийся овладел менее, чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой	1-3	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
		Средний уровень – объём усвоенных знаний составляет более ½	4-7	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	8-10	
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленностьи правильность использования специальной терминологии	Минимальный уровень – обучающийся, как правило, избегает употреблять специальные термины	1-3	Собеседование
		Средний уровень – сочетает специальную терминологию сбытовой	4-7	
		Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии сих содержанием	8-10	
2. Практическая подготовка обучающегося				
2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Минимальный уровень – обучающийся овладел менее, чем ½ предусмотренных умений и навыков	1-3	Контрольное задание
		Средний уровень – объём усвоенных умений и навыков составляет более ½	4-7	
		Максимальный уровень – овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой в конкретный период	8-10	
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	Минимальный уровень умений – обучающийся испытывает серьёзные затруднения при работе соборудованием	1-3	Контрольное задание
		Средний уровень – работает с оборудованием с помощью педагога	4-7	
		Максимальный уровень – работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых затруднений	8-10	
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности – обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	1-3	Контрольное задание

		Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания наоснове образца	4-7	
		Творческий уровень – выполняет практические задания с элементами творчества	8-10	
3. Общеучебные умения и навыки обучающегося				
3.1. Учебно - интеллектуальные умения:				
3.1.1 Умение подбирать и анализировать источники информации (литература, интернет-ресурсы и др.)	Самостоятель-ность в выборе и анализе литературы	Минимальный уровень умений – обучающийся испытывает серьёзные затруднения при работе с источниками информации, нуждаетсяв постоянной помощи и контроле педагога	1-3	Анализ исследовательс кой работы
		Средний уровень – работает с источникам информации с помощьюпедагога или родителей	4-7	
		Максимальный уровень – работает с источникам информации самостоятельно, не испытываетособых трудностей	8-10	
3.1.2. Умение осуществлять учебно-исследователь-скую работу (писать рефераты, проводить самостоятельные учебные исследования)		Минимальный уровень умений – обучающийся испытывает серьёзные затруднения при проведении исследовательской работы, нуждаетсяв постоянной помощи и контроле педагога	1-3	Анализ исследовательской работы
		Средний уровень – занимается исследовательской работой с помощью педагога или родителей	4-7	
		Максимальный уровень – осуществляет исследовательскуюработу самостоятельно, не испытывает особых трудностей	8-10	
3.2. Учебно - коммуникативные умения:				
3.2.1 Умениеслушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	
3.2.3. Умение вести полемику, участвовать в дискуссии	Самостоя-тельность в построении дискуссионного выступления, логика в построении доказательств.	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень.По аналогии с п.3.1.1	8-10	

3.3. Учебно-организационные умения и навыки:				
3.3.1. Умение организовать своё рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно готовить своё рабочее место к деятельности и убирать его за собой	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень.По аналогии с п.3.1.1	8-10	
3.3.2. Навыки соблюдения в процессе деятельностиправил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюденияправил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень.По аналогии с п.3.1.1	8-10	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Минимальный уровень умений. По аналогии с п.3.1.1	1-3	Наблюдение
		Средний уровень. По аналогии с п.3.1.1	4-7	
		Максимальный уровень. По аналогии с п.3.1.1	8-10	

Таблица 2.

Мониторинг личностного развития обучающегося в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Показатели (оцениваемые параметры)	**Критерии**	**Степень выраженности оцениваемого качества**	**Возможное число баллов**	**Методы диагностики**
1. Организационно-волевые качества				
1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	Терпения хватает менее, чем на 0,5занятия	1-3	Наблюдение
		Более, чем на 0,5 занятия	4-7	
		На всё занятие	8-10	
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребёнка побуждаются извне	1-3	Наблюдение
		Иногда – самим ребёнком	4-7	
		Всегда – самим ребёнком	8-10	
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	Ребёнок постоянно действует под воздействием контроля извне	1-3	Наблюдение
		Периодически контролирует себя сам	4-7	
		Постоянно контролируетсебя сам	8-10	

2. Ориентационные качества				
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	Завышенная	1-3	Анкетирование
		Заниженная	4-7	
		Нормально развитая	8-10	
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребёнка в освоении образовательной программы	Продиктован ребёнку извне	1-3	Тестирование
		Периодически поддерживается самим ребёнком	4-7	
		Постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно	8-10	
3. Поведенческие качества				
3.1. Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору)в процессе взаимодействия)	Способность занять определённую позицию в конфликтной ситуации	Периодически провоцирует конфликты	1-3	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать	4-7	
		Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	8-10	
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общиедела как свои собственные	Избегает участия в общих делах	1-3	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Участвует при побуждении извне	4-7	
		Инициативен в общих делах	8-10	

Приложение 4

Оценочные материалы

Диагностика успешности освоения программы:

Критерии оценивания уровня танцевально - спортивной подготовки

Критерии	Составляющие
Движение под музыку	• темп; • ритмическая структура; • фразирование; • счет
Позиция, баланс, координация	• позиция и стойка; • линии корпуса, форма, дизайн; • позиция в паре; • переход из позиции в позицию; • баланс: статический – динамический, индивидуальный - в паре; • координированность движений
Качество движения	• действия: общие; спицефические (для каждого стиля ST, Lat • динамика
Партнерство	• взаимодействие; • аккуратность; • постоянство
Хореография и презентация	• хорошо сбалансированная хореография; • выразительность • презентация

Оценки к контролю **результатов обучения** подлежат:

- Движение под музыку: точное соответствие началу музыкальной фразы, темпа, счета и ритмической структуры исполняемой фигуры, танца.
- Позиция, баланс, координация: позиция корпуса и соединение рук с корпусом; форма, объем, дизайн пары и индивидуальный (соло); стойка – локти создают со спиной ровную линию параллельную полу; при переходе из одной позиции (движения) в другую перечисленные критерии сохраняются; сохранение равновесия (баланса) в статике и динамике, личный и в паре; соответствие действий в теле движениям рук и ног (координация).
- Качество движения: работа стопы, колена, бедра, стороны, головы характерные для каждого стиля ST, Lat точные и аккуратные.
- Партнерство: взаимодействие в паре, ведение, постоянство действий от начала до конца исполняемого танца (для пары).

Уровни танцевально-спортивной подготовки

Параметр	Уровни		
	Продвинутый	**Базовый**	**Стартовый**
Качество движения. Позиция. Баланс. Координация.	• Отличные линии корпуса, форма и дизайн (пары и индивидуальный) • Сформирован статический и динамический баланс индивидуально и в паре • При переходе из позиции в позицию сохраняются форма, линии баланс (индивидуально и в паре) • Движения динамичные • Сформированы общие и специфические действия стопы, ног, рук, тела • Высокий подъем стопы • Очень хорошая гибкость • Легкий высокий прыжок • Гармоничные, скоординированные движения	• Позиция корпуса не стабильна • При переходе из позиции в позицию теряются форма, линии, баланс • Средний уровень сформированности общих и специфических действий стопы, ног, рук, тела. • Правильная координация , но движения не гармоничны • Средний подъем • Не очень хорошая гибкость • Легкий средний прыжок	• Позиция корпуса не выстроена • Кривые линии рук, ног, косолапая стопа • Отсутствуют форма, баланс • Низкий подъем • Плохая гибкость • Раскоординация движений • Нет прыжка
Движение под музыку	• Точное фразирование • Точная ритмическая структура, характерная каждому танцу • Наступание точно в такт (удар) • Музыкальность исполнения	• Танцевание в такт • Не точное исполнение ритмической структуры танца • Не слышит музыкальную фразу • Может просчитать изученную хореографию	• Танцевание не в такт • Неправильное исполнение ритмической структуры танца • Не слышит музыкальную фразу • Не одновременное восприятие музыки и двигательной реакции • Не может просчитать изученную хореографию
Партнерство	• Соединение в паре эффективное, аккуратное и постоянное • Есть взаимодействие без соединения	• Соединение в паре не постоянное и не эффективное • Сформировано базовое понятие взаимодействия • Нет взаимодействия без соединения • Аккуратное совместное танцевание	• Нет соединения в паре • Нет взаимодействия • Совместное танцевание неаккуратное, и непостоянное
Хореография и презентация	• Может воспроизвести сложную по уровню	• Может станцевать изученную хореографию	• Не может воспроизвести

	хореографию с соблюдением пространства и партнерства. • Очень яркий, эмоционально выразительный танец, креативный и с личной интерпретацией. • Легко и быстро создает конкурсный (сценический) образ	полностью. Уровень сложности хореографии – простой • Есть попытки эмоциональной выразительности, но присутствует зажим, некоторая неуверенность	изученную хореографию полностью без ошибок • Нет эмоциональной выразительности, артистизма.

Диагностика освоения программы «Диалог» (бальная хореография)
Группа №____

Тестируемые ЗУН	Ф.И. обучающихся								
Знание и соблюдение правил ТБ									
a. Движение под музыку (ДМ) - счет									
-ритмическая структура									
- фразирование									
b. - Позиции									
- Баланс									
- Координация									
c. Качество - «Стандарт» (голень, колено, сторона, ротация, свинг)									
- «Латина» (голень, колени, бедро, сторона, ротация)									
d. Партнерство (для пар) - взаимодействие									
- постоянство									
- аккуратность									
e. Хореография (фигуры, движения)									
- презентация									

- выразительность									

Диагностика освоения программы производится в баллах по формуле: сумма баллов разделить на количество ЗУН. Количество ЗУН зависит от года обучения.

2,5 - 3 балла – высокий уровень

2 – 2,5 балла – средний уровень

1 – 2 балла – низкий уровень

Диагностика освоения программы «Диалог» (элементы хореографии)

Группа №____

Тестируемые ЗУН	Ф.И. обучающихся								
Подъем на полупальцы									
Постановка корпуса									
Прыжок									
Вращение									

Диагностика освоения программы производится в баллах по формуле: сумма баллов разделить на количество ЗУН. Количество ЗУН зависит от года обучения.

2,5 - 3 балла – высокий уровень

2 – 2,5 балла – средний уровень

1 – 2 балла – низкий уровень

Диагностика освоения программы «Диалог» (общая физическая подготовка)

Группа №____

Фамилия, имя обучающегося	Дата								
Поднимание корпуса из положения лежа (раз в мин.)									
Прыжки через скакалку (раз в мин.)									
Отжимания (раз в мин.)									

Приседания (раз в мин.)									
Челночный бег (сек.)									

Приложение №4

Перечень фигур 1года обучения (категория Н-4)

Танец	Фигуры
Медленный вальс	***Закрытые перемены*** – Закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный) ***Натуральный поворот*** ***Реверсивный поворот***
Самба	***Основные движения*** – с ПН – с ЛН – в сторону – поступательное ***Виски*** (Самба виски) влево и вправо ***Самба ход в ПП*** (Променадный самба ход) Самба ход в сторону Самба ход на месте ***Бота фого в продвижении*** ***Бота фого в променад и контр променад***

	(Променадная ботафого)
Ча-Ча-Ча	***Основные движения*** (в закрытой позиции, на месте) ***Нью-Йорк*** (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП) ***Поворот на месте (***Поворот-переключение) влево и вправо ***Тайм стэп,*** как основное движение в сторону ***Поворот под рукой*** влево и вправо ***Рука к руке*** ***Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения:*** – Шассе в сторону – вправо и влево – Компактное шассе – Лок вперед с ПН и с ЛН – Лок назад с ЛН и с ПН Три ча-ча-ча
Джайв	***Основное движение на месте*** ***Фоллэвэй рок*** (Основное движение из позиции фоллэвэй) ***Фоллэвэй троуэвэй*** ***Звено*** ***Смена мест справа налево*** ***Смена мест слева направо*** ***Стоп энд гоу***

Перечень фигур второго- третьего годов обучения (категория Н-6, Е класс)

Танец	Фигуры
Медленный вальс	***Закрытые перемены*** – Закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный) – Закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный) *Н****атуральный поворот*** ***Натуральный спин поворот*** ***Шассе из ПП*** ***Перемена хэзитэйшн*** ***Наружная перемена*** ***Лок назад (Лок стэп назад)***

	Поступательное шассе вправо
Венский вальс	***Натуральный поворот***
Квикстеп	***Четвертной поворот вправо*** ***Натуральный поворот*** ***Поступательное шассе*** ***Лок вперед*** (Лок стэп вперед) ***Лок стэп назад*** (Лок назад) ***Поступательное шассе вправо*** ***Типпл шассе вправо*** ***Типпл шассе влево***
Самба	***Основные движения*** – с ПН – с ЛН – в сторону – поступательное ***Виски*** (Самба виски) влево и вправо ***Виски с поворотом дамы под рукой*** (Вольта поворот дамы на месте вправо и влево) ***Самба ход*** - в ПП (Променадный самба ход) - в сторону - ход на месте *Вольта в продвижении вправо и влево в закрытой позиции (Простая вольта вправо и влево в закрытой позиции)* ***Бота фого в продвижении*** – вперед – назад ***Крисс кросс бота фого*** (Теневые бота фого)) ***Бота фого в променад и контр променад*** (Променадная ботафого) ***(Вольта в продвижении вправо***
Ча-Ча-Ча	***Основные движения (***в закрытой позиции, на месте) ***Нью-Йорк (***Чек из открытой контр ПП и открытой ПП) ***Поворот на месте (***Поворот-переключение)

	влево и вправо ***Тайм стэп,*** как основное движение в сторону ***Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения:*** – Шассе в сторону – вправо и влево – Компактное шассе – Лок вперед с ПН и с ЛН – Лок назад с ЛН и с ПН – Ронд шассе – Твист шассе (Хип твист шассе) – Слип шассе (Слип-клоус шассе) ***Основные движения*** (в закрытой позиции и в открытой позиции) ***Нью-Йорк*** (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП) ***Поворот на месте*** (Поворот-переключатель) влево и вправо ***Поворот под рукой влево и вправо*** ***Плечо к плечу*** ***Рука к руке*** ***Три ча-ча-ча*** ***Шаги в сторону (влево и вправо)*** ***Тайм стэпы*** – как Основное движение в сторону – с кубинским кроссом (латинским кроссом) ***Веер*** ***Алемана*** ***Хоккейная клюшка***

Перечень фигур 4 года обучения (Д класс)

Танец	Фигуры
Медленный вальс	***Закрытый тэлемарк*** ***Открытый тэлемарк,*** ***Закрытый импетус поворот*** ***Открытый импетус поворот*** ***Двойной левый спин*** ***Наружный спин*** ***Поворотный лок влево*** (Поворотный лок) ***Левый пивот***

	Дрэг хэзитэйшн
Венский вальс	***Натуральный поворот*** ***Реверсивный поворот***
Танго	***Ход*** ***Поступательный боковой шаг*** ***Поступательное звено*** ***Закрытый променад*** ***Открытое окончание*** ***Открытый променад*** ***Открытый левый поворот, дама – сбоку*** ***(с закрытым или с открытым окончанием)*** ***Открытый левый поворот, дама – в*** ***линию (с закрытым или с открытым окончанием)*** ***Основной левый поворот*** ***Правый рок поворот (Рок поворот)*** ***Кортэ назад*** ***Рок на ПН (Рок назад на ПН)*** ***Рок на ЛН (Рок назад на ЛН)*** ***Правый твист поворот*** ***Правый променадный поворот***
Квикстеп	***Левый пивот*** ***Двойной левый спин*** ***Быстрый открытый левый поворот*** ***Бегущий правый поворот*** ***Четыре быстрых бегущих***
Самба	***Корта джака*** ***Закрытые роки на ПН и ЛН (Закрытые роки)*** ***Открытые роки вправо и влево*** ***(Открытые роки)*** ***Коса*** ***Раскручивание*** ***Спиральный поворот дамы на трех шагах*** ***Самба локи в открытой контр ПП и*** ***открытой ПП*** ***Самба шассе в сторону***
Ча-Ча-Ча	***Кросс бэйсик***

	Локон ***Спираль*** ***Роуп спиннинг*** ***Аида*** ***Кубинский брэйк*** – Кубинский брэйк в открытой позиции, – Кубинский брэйк в открытой контр ПП ***Дробный кубинский брэйк*** ***Чейс*** ***Усложнѐнное раскрытие вправо*** ***Усложнѐнный хип твист*** ***Турецкое полотенце***
Румба	***Основное движение*** ***Альтернативные основные движения*** ***Поступательные шаги вперед или назад*** ***Поступательные шаги вперед в правой боковой позиции или в левой боковой позиции*** ***Шаги в сторону влево и вправо*** ***Кукарача*** ***Шаги в сторону и кукарача*** ***Веер*** ***Хоккейная клюшка*** ***Поворот на месте влево или вправо*** ***Поворот-переключатель влево или вправо*** ***Поворот под рукой вправо или влево*** ***Чек из открытой контр ПП и открытой ПП (Нью-Йорк)*** ***Плечо к плечу*** ***Рука к руке*** ***Раскрытие вправо*** ***Закрытый хип твист*** ***Алемана*** ***Открытый хип твист*** ***Усложненное раскрытие*** ***Усложненный хип твист*** ***Фоллэвэй (Аида)*** ***Кубинские роки, счет «2.3.4.1»*** ***Спираль*** ***Локон*** ***Роуп спин (Роуп спиннинг)***

	Скользящие дверцы
Джайв	***Альтернативные методы исполнения «Шассе» «Джайва»:*** ***- Лок вперед;*** ***- Лок назад;*** ***- Один шаг, счет «М»*** ***- «Тэп-стэп» («Удар-шаг»), счет «ББ»*** ***- «Флик-приставка», счет «ББ»*** ***Основное движение на месте*** ***Основное движение из позиции фоллэвэй (Фоллэвэй рок)*** ***Смена мест справа налево*** ***Смена мест справа налево со сменой рук*** ***Смена мест слева направо*** ***Смена мест слева направо со сменой рук*** ***Смена рук за спиной*** ***Звено*** ***Двойное звено*** ***Фоллэвэй троуэвэй*** ***Американский спин*** ***Стоп энд гоу*** ***Хлыст*** ***Носок – каблук свивлы*** ***Променадный ход (медленный и быстрый) (Шаги)*** ***Удар бедром (Толчок левым плечом)*** ***Флик болл чеиндж (Альтернативные методы исполнения шагов 1-2 фигуры Звено)*** ***Перекрученный фоллэвэй троуэвэй*** ***Перекрученная смена мест слева направо*** ***Шаги цыпленка*** ***Испанские руки***

1 год базовый уровень.Сентябрь

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	04.09.20	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Положение и позиции корпуса.	2	1	1	Беседа Тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	07.09.20	**Беседа по истории спортивного танца. Музыкальная грамота**. Понятие такта.Целое, половина, четверть	1 1	1 1	- -	Беседа	Беседа	ГЦР НТТДиЮТ
3.	11.09.20	**ОФП**. Упражнения для	1	1		трениро	Педагогичес	ГЦР НТТДи

		развития скоростно-силовых качеств. **Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча.** Постановка корпуса.	1	1		вка	коенаблюдение	ЮТ
4.	14.09.20	**Хореография.** Положение и позиции корпуса Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Изучение фигур.	1 1	1 1		тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ
5.	18.09.20	**ОФП.** Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. **Стандарно-европейская программа**. Работа голеностопа, колена.	1 1	 1	1 -	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ
6.	21.09.20	**Хореография.** .Позиции ног I,II,V Позиции рук.. **Стандартно-европейская программа.** Натуральный поворот. Реверсивный	1 1	1 1		тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ

		поворот						
7.	25.09.20	**ОФП.** Упражнения для развития гибкости и растяжки. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Лок вперед и назад с правой и левой ноги.	1 1	1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
8.	28.09.20	**Музыкальная грамота.** Сильные и слабые доли. **Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса.	1 1	1 1		тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	16	13	3			

Октябрь

№ п/п	Дата проведения Занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	02.10.20	**Хореография.** Положение и позиция корпуса.	1		1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		Латиноамериканская программа. Работа голеностопа и колена в танце ча-ча-ча.	1	1				
2.	05.10.20	**Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса. Ритм. Работа голеностопа, колена. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса. Ритм. Работа голеностопа, колена.	1 1		1 1	Стартовая диагностика	зачет	ГЦР НТТДиЮТ
3.	09.10.20	**ОФП. Диагностика физической подготовки Хореография. Диагностика возможностей**	1 1	1	1	Стартовая диагностика. Занятие с родителями.	Практический тест	ГЦР НТТДиЮТ
4.	12.10.20	**Стандартно-европейская программа.** Реверсивный поворот**.**	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Лок вперед и назад с правой и левой ноги..						
5.	16.10.20	**Стандартно-европейская программа.** Ритм**. Латиноамериканская программа.** Ритм.	1 1	1 1		тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
6.	19.10.20	**Стандартно-европейская программа.** Работа голеностопа,колена.Упражнения. **Латиноамериканская программа.** Работа голеностопа, колена. Упражнения.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	23.10.20	**Хореография**. .Позициии положения корпуса. **Латиноамериканская программа.** Самба. Баунс. Работа колена, голеностопа.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
8.	26.10.20	**ОФП**. Упражнения для развития гибкости	1		1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи

		и растяжки. **Европейская программа**. Постановка корпуса.	1		1			ЮТ
9.	30.10.20	**Музыкальная грамота.** Понятие такта. Целое, половина, четверть. **Латиноамериканская.** Постановка корпуса.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ
		Итого:	18	4	14			

ноябрь

1.	02.11.20	**ОФП. Упражнения для развития гибкости и растяжки. Латиноамериканская программа.** Работа голеностопа и колена в танце ча-ча-ча.	1 1	1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ
2.	06.11.20	**ОФП.** Упражнения для развития силовых качеств и выносливости. **Стандартно-европейская программа.** Ритм и натуральный и	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ

		реверсивный повороты..						
3.	09.11.20	**Хореографическая подготовка**. Позиции рук и ног I, II, V. **Латиноамериканская программа.** Ритм самбы.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	13.11.20	**Стандарьно-европейская программа.** Постановка корпуса. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	16.11.20	**Латиноамериканская программа. Изучение фигур.** Ча-ча-ча (лок степ вперед и назад).Самба (ботофого в продвижении). Основное движение самбы.	2		2	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
6.	20.11.20	**Стандартно-европейская программа.** Изучение фигур. Натуральный и реверсивный	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		повороты. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса в ча-ча-ча и самбе.						
7.	23.11.20	**ОФП**. Упражнения для развития гибкости и растяжки. **Стандартно-европейская программа**. Работа голеностопа и колена.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
8.	27.11.20	**Латиноамериканская программа.** Постановкка корпуса в ча-ча-ча и самбе. Работа стопы (тайм степ, бейзик, баунс, переступание).	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
9.	30.11.20	**Хореографическая подготовка.** Упражнения для развития гибкости и растяжки. **Стандартно-европейская программа.** Отработка ритма медленного вальса.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		Итого:	18	1	17			

Декабрь

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	04.12.20	**Стандартно-европейская программа**. Работа голеностопа, колена. **Латиноамериканская программа.** Ритм.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	07.12.20	**Музыкальная грамота**. Сильные и слабые доли. **Латиноамериканская программа.** Изучение фигуры три ча-ча-ча.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
3.	11.12.20	**Хореографическая подготовка.** Положение и позиции корпуса. **Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса в правом и левом повороте.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	14.12.20	**Музыкальная грамота.**	1		1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи

		Понятие такта в медленном вальсе, самбе, ча-ча-ча. **Латиноамериканская программа.** Ритм в самбе. Ча-ча-ча.	1		1			ЮТ
5.	18.12.20	**ОФП.** Развитие скоростно-силовых качеств. **Стандартно-европейская программа.** Работа голеностопа, колена в изученных фигурах.	1 1		1 1	**Практический тест** **Зачет**	Занятие с родителями.	ГЦР НТТДи ЮТ
6.	21.12.20	**Хореографическая подготовка.** Позиции рук и ног. **Латиноамериканская программа.** Работа колена, стопы в самбе и ча-ча-ча.	1 1		1 1	**Практический тест** **Зачет**	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ
7.	25.12.20	**Латиноамериканская программа.** Самба, ча-ча-ча ритм изученных фигур. **Подготовка к конкурсу**. Правила поведения на	1 1	1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ

		танцевальной площадке.						
8.	28.12.20	**Участие в конкурсе**	2	1	1	конкурс	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	16	2	14			

Январь

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	11.01.21	**Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	15.01.21	История развития танцев. Латиноамериканская программа. Взаимодействие в паре.	1		1 1	Просмотр видеоматериала	Беседа	ГЦР НТТДиЮТ
3.	18.01.21	**Стандартно-европейская программа**. Работа голеностопа, колена**Латиноаме**	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		риканская программа. Ритм.						
4.	22.01.21	**Музыкальная грамота**. Сильные, слабые доли. **ОФП.** Упражнения для развития гибкости и растяжки.	1 1		1 1	трениро вка	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ
5.	25.01.21	**Хореография**. Положение и позиции корпуса **Латиноамерикан ская программа. Ча-ча-ча.** Позиции рук, взаимодействие.	1 1		1 1	трениро вка	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ
6.	29.01.21	**ОФП**. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. **Стандарно-европейская программа.** Работа голеностопа, колена.	1 1		1 1	трениро вка	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ
		Итого:	12	-	12			

Февраль

№	Дата	Тема занятия	Количество часов			Форма	Форма	Место

п/п	проведения занятия		Всего	Теория	Практика	занятия	контроля	проведения
1.	01.02.21	**ОФП.** Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. **Латиноамериканская программа.** Ча-ча-ча. Тайм степ. Бейзик. Нью-йорк. Постановка корпуса	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	05.01.21	**ОФП.** Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. **Латиноамериканская программа.** Позиции рук, взаимодействие в изученных фигурах.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
3.	08.02.21	**Хореография**. Позиции ног I,II,V Позиции рук.. **Стандартно-европейстая программа.** Правый поворот, левый поворот соединение через	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		премены.						
4.	12.02.21	**Хореография**. Позиции ног I,II,V Позиции рук. **Латиноамериканская программа.** Ча-ча-ча. . Самба. Работа стопы, колена.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	15.02.21	**Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса.	1 1		1 1	Групповая игра	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
6.	19.02.21	**ОФП.** Упражнения для развития гибкости и растяжки. **Латиноамериканская программа.** Ритм изученных фигур в самбе (бото фого в продвижении).	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	22.02.21	**Хореография**. Позиции рук и ног. **Латиноамериканская программа. Джайв.** Ритм	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		изученных фигур.						
8.	26.02.21	**ОФП**. Развитие специальной выносливости. **Стандарно-европейская программа.** Ритм и музыкальность.	1 1	1	 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	16	1	15			

Март

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	01.03.21	**Джайв. Позиции рук взаимодействие.** Стандартно-европейская. Взаимодействие в паре	1 1	 1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	05.03.20	**Общефизическая подготовка**. Развитие специальной выносливости. **Стандартно-европейская программа.** Ключ-схема. Ритм.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

3.	12.03.20	**Музыкальная грамота.** Сильные слабые доли. **Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса в изученных фигурах (правый поворот).	1 1		1 1	Групповая игра	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	15.03.20	**ОФП.** Развитие специальной выносливости **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса в фигурах: баунс, виск, переступание).	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	19.03.20	**Разминка. Стандартно-европейская программа. Изучение фигур. Равнение, шаги, позиции ступней** **Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча.** Ритм изученных фигур ча-ча-ча: тайм степ, бейзик, нью-йорк.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

6.	22.03.20	**Разминка. Стандарно-европейская программа. Взаимодействие в паре.** **Латиноамериканская программа.** Самба баунс, виск, переступание. Работа колена и стопы.	1 1		1 1	трениро вка	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ
7.	26.03.20	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Ритм правого и левого поворота. Отработка. **Латиноамериканская программа. Позиции рук, взаимодействие.** Ча-ча-ча: спот поворот (поворот-переключатель). Повторение: тайм степ, бейзик, нью-йорк, лок, рука в руке..	1 1		1 1	трениро вка	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ
8.	29.03.21	**Разминка. Латино-американская программа.** Позиции рук в	1 1		1 1	трениро вка	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ

		самбе и ча-ча-ча. **Стандартно-европейская программа.** Правый поворот. Взаимодействие в паре..						
		Итого:	16	1	15			

Апрель

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	02.04.20	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Взаимодействие в паре. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса в танцах самба и ча-ча-ча. Мини-конкурс.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	05.04.21	**Стандартно-европейская. Взаимодействие в паре. Разминка. Латиноамериканская программа. Позиции рук.** Ча-ча-ча. Тайм степ.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		Бейзик, нью-йорк. Самба: виск, переступание..						
3.	09.04.20	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса в изученных фигурай танца медленный вальс**. Латиноамериканская программа.** Ритм и музыкальность в танцах самба и ча-ча-ча. Повторение изученных фигур с заданиями.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	12.04.20	**Латино-американская программа.** Работа голеностопа, колена. **Разминка. Стандартно-европейская программа.** Изучение фигур.	1 1		1 1	Групповая игра	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	16.04.20	**Разминка. Стандартно-европейкая программа.** Изучение фигур. **Латиноамерикан**	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		ская программа. Работа голеностопа и колена в изученных фигурах. Отработка.						
6.	19.04.20	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Ритм, музыкальность**. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча.** Позиции рук в самбе и ча-ча-ча: тайм степ, бейзик, нью-йорк. Отработка под музыку.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	23.04.20	**ОФП. Развитие специальной выносливости. Стандарно-европейская программа.** Взаимодействие в паре.. Упражнения на развитие стопы.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
8.	26.04.20	**Подготовка к конкурсам.** **. Стандартно-европейская программа.Взаи**	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		модействие в паре. Исполнение изученных фигур под музыку с заданиями.						
9.	30.04.20	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Правый поворот, правая и левая повороты. Взаимодействие в паре Мини-конкурсы. ОФП.Развитие специальной выносливости.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	18		18			

Май

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	27.04.20	**ОФП. Развитие специальной выносливости.. Стандартно-европейская программа. Взаимодействие в паре.**.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	04.05.20	**Разминка. Стандартно-**	2		2	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи

		европейская программа. Взаимодействие в паре.						ЮТ
3.	08.05.20	Подготовка к конкурсам	2		2	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	11.05.20	Подготовка к конкурсам	2		2	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	15.05.20	Подготовка к конкурсам	2		2	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
6.	22.05.20	**Итоговая диагностика**	2		2	. Итоговая диагностика	Практический тест	ГЦР НТТДиЮТ
7.	25.05.20	**Заключительное занятие. Конкурс**	2		2	Итоговая диагностика	Конкурс	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	14		14			
		Итого за год:	144	22	122			

Приложение 2

Календарно-тематический план

Программа базового уровня 2 года обучения.

- количество учебных недель: 37
- количество учебных дней: 74
- даты начала и окончания учебных периодов/этапов: с 1 сентября по 31 мая
- количество учебных часов по программе -144
- количество учебных часов согласно расписанию - 148

Режим занятий. Для выполнения программы по комплексной подготовке детей (общей физической подготовке, начальной хореографической подготовке, разучиванию **б**альных танцев) целесообразно проводить **з**анятия два раза в неделю по два академических часа.

Конкурсная деятельность. Конкурсные выступления детей первого года обучения начнутся с декабря. В течение года обучающиеся примут участие в 3 турнирах по танцевальному спорту.

Сентябрь

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	03.09.21	Орг.сбор. Повторение.	2	1	1	Встреча с новичками	Анкета	ГЦР НТТДиЮТ
2.	06.09.21	**Беседа по истории спортивного танца. Музыкальная грамота.** Взаимосвязь музыкального сопровождения и движения	1 1	1 1	- -		Беседа	ГЦР НТТДиЮТ
3.	10.09.21	**ОФП**. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. **Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча.** Постановка	1 1	1 1		тренировка	Педагогическое наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		корпуса.						
4.	13.09.21	**Хореография.** Положение и позиции корпуса Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Изучение фигур. Веер, алемана	1 1	1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	17.09.21	**ОФП.** Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. **Стандартно-европейская программа**. Работа голеностопа, колена.	1 1	1	1 -	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
6.	20.09.21	**Хореография.** .Позиции ног I,II,V Позиции рук.. **Стандартно-европейстая программа.** Хезитейшн, шассе,	1 1	1 1		тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	24.09.21	**ОФП.** Упражнения для развития гибкости и растяжки. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча.	1 1	1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		Соединение фигур.						
8.	27.09.21	**Музыкальная грамота.** Одновременное вприятие музыки и двигательной реакции.. **Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса.	1 1	1 1		тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	16	12	4			

Октябрь

№ п/п	Дата проведения Занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	01.10.21	**Хореография.** Положение и позиция корпуса. **Латиноамериканская программа.** Работа голеностопа и колена в танце ча-ча-ча.	1 1	 1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	04.10.21	**Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса. **Латиноамерикан**	1		1	Стартов.диагностика	зачет	ГЦР НТТДиЮТ

		ская программа. Постановка корпуса	1		1			
3.	08.10.21	**ОФП. Диагностика физической подготовки Хореография. Диагностика возможностей**	1 1	1	1	Стартов. диагностика.Занятие с родителями.	Практический тест	ГЦР НТТДиЮТ
4.	11.10.21	**Стандартно-европейская программа.** Соединение фигур. Правая, левая,перемены. Хезитейшн. **Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча.** Веер, алемана	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	15.10.21	**Стандартно-европейская программа.** Ритм**. Латиноамериканская программа.** Ритм. Тайминг.	1 1	1 1		тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
6.	18.10.21	**Стандартно-европейская программа.** Работа голеностопа. Упражнения. **Латиноамериканская программа.** Работа	1 1	1	 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		голеностопа, колена. Упражнения.						
7.	22.10.21	**Хореография**. .Позициии положения корпуса. **Латиноамериканская программа.** Самба. Баунс. Работа колена, голеностопа.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
8.	25.10.21	**ОФП**. Упражнения для развития гибкости и растяжки. **Европейская программа**. Постановка корпуса.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
9.	29.10.21	**Музыкальная грамота.** Связь музыки и движения. **Латиноамериканская.** Постановка корпуса в самбе.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	18	5	13			

ноябрь

1.	01.11.21	**ОФП. Упражнения для развития гибкости и растяжки. Латиноамерикан**	1 1	 1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		ская программа. Работа голеностопа и колена в танце ча-ча-ча.						
2.	05.11.21	**ОФП.** Упражнения для развития силовых качеств и выносливости. **Стандартно-европейская программа.** Ритм изученных фигур.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
3.	08.11.21	**Хореографическая подготовка**. Позиции рук и ног I, II,V **Латиноамериканская программа.** Ритм самбы.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	12.11.21	**Стандарьно-европейская программа.** Постановка корпуса. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	15.11.21	**Латиноамериканская программа. Изучение фигур.** Самба: ботофого, волта,	2		2	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		группы фигур.						
6.	19.11.21	**Стандартно-европейская программа.** Изучение фигур. Четвертной поворот. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса в ча-ча-ча и самбе.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	22.11.21	**ОФП**. Упражнения для развития гибкости и растяжки. **Стандартно-европейская программа**. Работа голеностопа и колена.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
8.	26.11.21	**Латиноамериканская программа.** Постановкка корпуса в ча-ча-ча и самбе. Работа стопы (тайм степ, бейзик, баунс, переступание).	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
9	29.11.21	**Хореографическая подготовка.** Упражнения для развития гибкости и растяжки.	1		1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		Стандартно-европейская программа. Отработка ритма медленного вальса.	1		1			
		Итого:	18	1	17			

Декабрь

№ п/п	Дата проведения Занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	03.12.21	**Стандартно-европейская программа**. Работа голеностопа, колена. **Латиноамериканская программа.** Ритм.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	06.12.21	**Музыкальная грамота**. Сильные и слабые доли. **Латиноамериканская программа.** Ритм самбы.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
3.	10.12.21	**Хореографическая подготовка.** Положение и позиции корпуса. **Стандартно-европейская программа.**	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		Постановка корпуса в соединениях фигур.						
4.	13.12.21	**Музыкальная грамота.** Понятие такта в медленном вальсе, самбе, ча-ча-ча. **Латиноамериканская программа.** Ритм в самбе. Ча-ча-ча.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	17.12.21	**ОФП.** Развитие скоростно-силовых качеств. **Стандартно-европейская программа.** Работа голеностопа, колена в изученных фигурах.	1 1		1 1	**Практический тест** **Зачет**	Занятие с родителями.	ГЦР НТТДиЮТ
6.	20.12.21	**Хореографическая подготовка.** Позиции рук и ног. **Латиноамериканская программа.** Работа колена, стопы в самбе и ча-ча-ча.	1 1		1 1	**Практический тест** **Зачет**	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	24.12.21	**Латиноамериканская программа.** Самба, ча-ча-ча	1		1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи

		ритм изученных фигур. **Подготовка к конкурсу**. Правила поведения на танцевальной площадке.	1	1				ЮТ
8.	27.12.21	**Конкурс «Очень нелегки первые шаги».**	2		2	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи ЮТ
9.	31.12.21	**Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса.	1 1	1	1			
		Итого:	18	2	16			

Январь

№ п/п	Дата проведения Занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	10.01.22	История развития танцев.	2	2		Просмотр видеом	Беседа	ГЦР НТТДи

						атериала		ЮТ
2.	14.01.22	**Стандартно-европейская программа**. Работа голеностопа, колена**Латиноамериканская программа**. Руки. Взаимодействие, координация.	1 1	1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
3.	17.01.22	**Музыкальная грамота**. Понятие такта. **ОФП.** Упражнения для развития гибкости и растяжки.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	21.01.22	**ОФП.** Развитие специальной выносливости. **Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча.** Координация рук, ног, взаимодействие.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
5.	24.01.22	**ОФП**. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. **Стандарно-европейская программа.** Работа	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		голеностопа, колена.						
6.	28.01.22	**ОФП.** Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. **Латиноамериканская программа.** Позиции рук, координация рук, ног, тела**.**	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	31.01.22	**Занятие - повторение**	2		2	тренировка	наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	14	3	11			

Февраль

№ п/п	Дата проведения Занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	04.03.22	**ОФП.** Развитие специальной выносливости.. **Стандартно-европейстая программа.** Ритм правого поворота квикстепа.	1 1	 1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	07.02.22	**ОФП.** Развитие специальной выносливости**.** **Латиноамерикан**	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		ская программа. Ча-ча-ча. Тайм степ. Бейзик, нью-йорк. Самба: виск, бото-фого. Вольта.. Работа стопы, колена, тела, бедра.						
3.	11.02.22	**Стандартно-европей ская программа.** Постановка корпуса в изученных фигурах. **Латиноамерикан ская программа** постановка корпуса в изученных вариациях.	1 1		1 1	Группо вая игра	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ
4.	14.02.22	**ОФП.** Упражнения для развития гибкости и растяжки. **Латиноамерикан ская программа.** Ритм изученных фигур в самбе.	1 1		1 1	тренир овка	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ
5.	18.02.22	**ОФП.** Развитие специальной выносливости. **Латиноамерикан ская программа. Ча-ча-ча.** Ритм изученных фигур	1 1		1 1	тренир овка	Наблю дение	ГЦР НТТДи ЮТ

		ча-ча-ча..						
6.	21.02.22	**ОФП**. Развитие специальной выносливости .**Стандарно-европейская программа.** Работа голеностопа, колена.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	25.02.22	**ОФП**. Развитие специальной выносливости.. **Латиноамериканская программа. Изучение фигур.** Ча-ча-ча. Самба. Тайминг.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
8.	28.02.22	**Стандартно-европейская программа.** Вариация тайминг. Практика.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	16	1	15			

Март

№ п/п	Дата проведения Занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			

1.	04.03.22	**Стандартно-европейская программа.** Работа голеностопа и колена в вариации.. **Латиноамериканская программа. Позиции рук.** Ча-ча-ча. Позиции рук.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	07.03.22	**Подготовка к конкурсам.** Взаимоотношения партеров на площаадке**.** **Стандартно-европей ская программа.** Постановка корпуса в изученных фигурах .	1 1	1	 1	Групповая игра	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
3.	11.03.22	**Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса в фигурах. **Стандартно-европейская программа:** взаимодействие в паре.	1 1	 1	1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	14.03.22	**Разминка. Стандартно-европейская**	1		1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДи

		программа. Изучение спин поворота **Латиноамериканская программа.** Изучение основного хода джайва.	1		1			ЮТ
5.	18.03.22	**Разминка. Стандарно-европейская программа.** взаимодействие в паре.. **Латиноамериканская программа.** Самба работа колена и стопы, бедер.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
6.	21.03.22	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Взаимодействие в паре.Отработка. **Латиноамериканская программа. Изучение фигур.**	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	25.03.22	**Разминка. Латино-американская программа.** Позиции рук в самбе и ча-ча-ча. **Стандартно-европейская программа.** взаимодействие в	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		паре.						
8.	28.03.22	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Работа голеностопа, колена в фигурах: правая и левая перемены, правый поворот. **Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса в танцах самба и ча-ча-ча. Мини-конкурс.	1 1	1	 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	16	2	14			

Апрель

№ п/п	Дата проведения Занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	01.04.22	**Музыкальная грамота. Понятие такта.** Дирижирование**. Разминка. Латиноамериканская программа. Позиции рук.** Ча-ча-ча. Тайм степ. Бейзик, нью-йорк. Самба: виск,	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		переступание..						
2.	04.04.22	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Постановка корпуса в изученных фигурай танца медленный вальс**. Латиноамериканская программа.** Постановка корпуса в танцах самба и ча-ча-ча. Повторение изученных фигур с заданиями.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
3.	08.04.22	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Хореогрфия изученных фигур **Практика.** Взаимоотношения партнеров на площадке.	1 1		1 1	Групповая игра	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	11.04.22	**Разминка. Стандартно-европейкая программа.** Работа ног в изученных вариациях.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		Латиноамериканская программа. Ритм в фигурах: баунс, виск, переступание. Отработка.						
5.	15.04.22	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Хореография изучаемых фигур**. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча.** Позиции рук в самбе и ча-ча-ча: Отработка под музыку.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
6.	18.04.22	**Разминка. Стандарно-европейская программа.** Хореография изучаемых фигур. **Латиноамериканская программа.** Презентация.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
7.	22.04.22	**Разминка. Стандартно-европейская программа..** Исполнение изученных фигур под музыку с заданиями. Взаимоотношения	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		партнеров на площадке.**Латино американская программа.** Работа колена голеностопа. Ча-ча-ча: спот поворот (поворот-переключатель). Повторение						
8.	25.04.22	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Хореография изучаемых фигур-**Латиноамериканская программа.** Позиции рук. координация. Мини конкурсы.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
9.	29.04.22	**Разминка. Стандартно-европейская программа.** Ритм и музыкальность в изученных фигурах медленного вальса. **Латиноамериканская программа.** Позиции рук, координация.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	18		18			

Май

№ п/п	Дата проведения Занятия	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля	Место проведения
			Всего	Теория	Практика			
1.	06.05.22	**Стандартно-европейская программа.** Взаимодействие в паре. **Латиноамериканская программа.** Позиция рук, координация.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
2.	13.05.22	**Стандартно-европейская программа.** Ритм изученных фигур в медленном вальсе. Исполнение под музыку. Презентаця.	1 1		1 1	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
3.	16.05.22	**Стандартно-европейская программа.** Взаимодействие в паре.	2		2	тренировка	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ
4.	20.05.22	**Стандарно-европейская программа. программа.** Ритм	2		2	Объяснение	Наблюдение	ГЦР НТТДиЮТ

		и музыкальность.						
5.	23.05.22	**ОФП.** Развитие скоростно-силовых качеств. **Хореографическая подготовка. Музыкальная грамота.**	1 1		1 1	Занятие с роди телями. Итоговая диагности ка.	Практический тест Практический тест	ГЦР НТТДиЮТ
6.	27.05.22	**Закрепление пройденного .Повторение**.	2		2		тренировка	ГЦР НТТДиЮТУл. Революции 2
7.	30.05.22	**Заключительное занятие. Итоговая диагностика.**	1 1		1 1	Итоговая диагностика	Конкурс.ние	ГЦР НТТДиЮТ
		Итого:	14		14			
		Итого всего за год:	**148**	**24**	**124**			