

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО ГОРОД КРАСНОДАР  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
«МЕЖШКОЛЬНЫЙ ЭСТЕТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»  
АССОЦИИРОВАННАЯ ШКОЛА ЮНЕСКО

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «25» мая 2022 г.  
Протокол № 4

Утверждаю  
Директор МАУ ДО МЭЦ  
\_\_\_\_\_ М.А. Амбарцумян  
«25» мая 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**Школа бального танца**

**Уровень программы:** базовый  
**Срок реализации программы:** 3 года (432 часа)  
**Возрастная категория:** от 7 до 10 лет  
**Состав группы:** до 15 человек  
**Форма обучения:** очная  
**Вид программы:** модифицированная  
**Программа реализуется на бюджетной основе**  
**ID-номер Программы в Навигаторе:** 18532

Автор-составитель:  
педагог дополнительного образования  
Семенюк Тамара Александровна.

Краснодар, 2022

## Содержание

| Название раздела                                                                                           | Страницы |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| <b>Раздел №1 «Комплекс основных характеристик образования: Объём, содержание и планируемые результаты»</b> |          |
| Пояснительная записка                                                                                      | 3        |
| Особенности организации образовательного процесса                                                          | 6        |
| Цель программы                                                                                             | 7        |
| <b>Содержание программы:</b>                                                                               |          |
| Модуль 1: Учебный план. Содержание учебного плана. Планируемые результаты.                                 | 8        |
| Модуль 2: Учебный план. Содержание учебного плана. Планируемые результаты.                                 | 12       |
| Модуль 3: Учебный план. Содержание учебного плана. Планируемые результаты.                                 | 17       |
| Модуль 4: Учебный план. Содержание учебного плана. Планируемые результаты.                                 | 22       |
| Модуль 5: Учебный план. Содержание учебного плана. Планируемые результаты.                                 | 26       |
| Модуль 6: Учебный план. Содержание учебного плана. Планируемые результаты.                                 | 30       |
| <b>Раздел №2 «Комплекс организационно – педагогических условий»</b>                                        |          |
| Календарный учебный график                                                                                 | 35       |
| Условия реализации программы                                                                               | 51       |
| Формы аттестации                                                                                           | 51       |
| Оценочные материалы                                                                                        | 51       |
| Методические материалы                                                                                     | 52       |
| Список литературы                                                                                          | 56       |
| Приложения                                                                                                 | 58       |

## Введение

В современных условиях развития нашего общества возникает необходимость вырастить поколение людей, здоровых физически, нравственно и духовно.

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года определены приоритеты обновления содержания и технологий по направленностям дополнительного образования детей. Необходимо содействовать эстетическому, нравственному, патриотическому, этнокультурному воспитанию детей путем приобщения к искусству; создать условия для физического, духовного, интеллектуального, здоровьесберегающего и патриотического воспитания учащихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа бального танца» разработана с учётом современных образовательных технологий, отражающихся в дидактических принципах, формах и методах обучения, методах контроля и управления образовательным процессом, средствах обучения.

Сегодня бальный танец находится весьма популярен. Этому способствуют зрелищность и красота танцев, популяризация его через средства массовой информации (телевидение, Интернет). Огромный интерес вызывает спортивная направленность данного вида искусства. Бальный танец даёт возможность человеку реализовать свои спортивные мечты: выступать на турнирах, занимать призовые места и становиться чемпионом. Занятия балльными танцами являются эффективным средством физического, умственного развития и эстетического воспитания детей.

Занятия танцами вырабатывают у детей правильную осанку, развивают чувство ритма, координацию, творческое воображение; улучшают общее психическое и физическое состояние организма; способствуют социализации личности и вырабатывают правильные формы взаимоотношения между мальчиками и девочками, что, несомненно, оказывает положительное влияние на дальнейшую жизнь.

## **Раздел 1.**

### **«Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание и планируемые результаты»**

#### **1.1. Пояснительная записка**

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами в сфере образования и образовательной организации:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р.
3. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседаний президиума при Президенте РФ.

4. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный 07 декабря 2018 г.

5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р.

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. Методические рекомендации МР 2.4.0242-21. 2.4 (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 17.05.2021)

8. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

9. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и науки РФ.

10. Приказ Минтруда РФ от 5 мая 2018 г. № 298-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

11. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 г.

12. Краевые методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020 г.

13. Устав МАУ ДО МЭЦ.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа бального танца» реализуется в **физкультурно-спортивной направленности**, направлена на совершенствование двигательной активности и формирование здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности. Содержание данной программы полностью соответствует современным образовательным технологиям, которые отражены в принципах обучения – индивидуальности и доступности. Занятия танцам учат учащихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

#### **Актуальность программы**

Программа «Школа бального танца» ориентирована на решение наиболее значимых для дополнительного образования социальных проблем:

выявление и развитие задатков и способностей учащихся, выявление и формирование ценностных ориентаций и представлений.

Разработка программы продиктована модернизацией форм работы, повышением спроса детей и родителей (законных представителей), социально - экономическими условиями.

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Движение и музыка, одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам.

**Новизна** программы заключается в систематической интегрированной работе над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией. Она помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Программа «Школа балльных танцев» предназначена для того, чтобы учащиеся начальной школы получали более высокий уровень физического развития, что позволит в дальнейшем избежать проблем в области физиологического и морального воспитания, а также обогатит их внутренний мир.

**Педагогическая целесообразность программы** обусловлена использованием познавательных и воспитательных возможностей занятий балльными танцами, формирующих у учащихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность, а также пробуждение стремления к прекрасному, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству. Обучение по программе также способствует приобщению к физической культуре и здоровому образу жизни, усилению эмоциональной отзывчивости и творческой активности, развитию образного мышления и воображения.

**Отличительная особенность** программы заключается в том, что она обладает большой мобильностью и импровизацией с характерным творческим подходом к обучению. Занимаясь спортивными балльными танцами, ребята становятся эмоционально богаче, у них появляется постоянный источник радости и возможность для самоутверждения, они становятся физически сильнее и выносливее. А получив хореографические навыки, наши воспитанники начинают ощущать необходимость в дальнейшем самосовершенствовании и самоутверждении. Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне

развитой личности. Занятия балльными танцами приобщают учащихся к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит учащихся слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. В танце находит выражение жизнерадостность и активность учащегося, развивается его творческая фантазия, творческие способности: учащийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством этой программы: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

**Адресат программы** Возраст учащихся 7-10 лет. На обучение по программе «Школа балльного танца» принимаются дети на основании конкурсного просмотра, имеющие наличие базовых природных данных: выворотность, балетный шаг, гибкость, прыжок, музыкальный слух, ритм, память, артистичность, отзывчивость на педагогический показ и имеющие высокую степень сформированности интересов и мотивацию к занятиям в данной предметной области. Учащиеся не должны иметь противопоказаний по состоянию здоровья.

В программе предусмотрено участие детей с особыми образовательными потребностями: детей с ограниченными возможностями здоровья; талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Условия приема детей: запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>

Ребенок может быть зачислен на обучение по программе, начиная с любого модуля.

Ребенок в возрасте 7-10 сохраняет много детских качеств — легкомыслие, наивность, взгляд на взрослого снизу вверх. Но он уже начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, у него появляется другая логика мышления. Ведущей деятельностью младшего школьника становится учение, которое существенно изменяет мотивы его поведения. Учение для младшего школьника — значимая деятельность. В школе он приобретает не только новые знания и умения, но и определенный социальный статус. Меняются интересы, ценности ребенка, весь уклад его жизни. Завершается переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению. Мотивация достижения становится доминирующей. Изменяется система взаимоотношений ребенка с окружающими людьми.

С физиологической точки зрения младший школьный возраст — это время физического роста, когда дети быстро тянутся вверх, наблюдается дисгармония в физическом развитии, оно опережает нервно-психическое развитие ребенка, что сказывается на временном ослаблении нервной системы. Проявляются повышенная утомляемость, беспокойство,

повышенная потребность в движениях. По мере формирования учебной деятельности дети этого возраста приучаются управлять своим вниманием, учатся внимательно слушать учителя и следовать его указаниям. Формируется произвольность, как особое качество психических процессов. Она проявляется в умении сознательно ставить цели действия и находить средства их достижения. В ходе решения различных учебных задач у ребенка 7-10 лет постепенно формируется способность к планированию, а также выполнению действия про себя, во внутреннем плане.

### **Уровень программы, объём и сроки**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа бального танца» реализуется на базовом уровне. Возможно применение дистанционных образовательных технологий.

Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, умений и навыков.

Срок обучения по программе – 3 года, общее количество часов, запланированных на весь период обучения – 432 часа; в год -144. (1 модуль – 46 часов, 2 модуль - 98 часов, 3 модуль – 46 часов, 4 модуль - 98 часов, 5 модуль – 46 часов, 6 модуль - 98 часов).

Форма обучения - очная. В программе предусмотрено использование дистанционных и комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе. Так же возможно использование программы в сетевой и комбинированной формах реализации.

### **Режим занятий**

Основной формой образовательного процесса является занятие, которое включает в себя органичное сочетание теории и практики, продолжительностью один академический час - 40 мин, перерыв между занятиями – 5 минут. Занятие по программе проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа.

### **Особенности организации учебного процесса**

Согласно Устава МЭЦ (раздел VI пункты 71, 72, 73) основной формой учебной и воспитательной работы является групповое занятие, которое включает в себя часы теории и практики. Наполняемость группы – до 15 человек. Состав группы разновозрастной, постоянный, совместное обучение девочек и мальчиков. Виды занятий предусматривают практические занятия, мастер-классы, выполнение самостоятельной работы, концерты, творческие отчеты. Другие формы работы: концертная деятельность, участие в конкурсах, фестивалях, мастер-классах, просмотрах.

В процессе обучения учащиеся знакомятся с историей бальных танцев, с культурой народов, откуда берут начало те или иные танцы, узнают о полезности и назначении основных элементов спортивных танцев; практически осваивают их, учатся замечать (анализировать) и устранять ошибки при исполнении. Особое внимание уделяется развитию музыкальности, связи движений, фигур, элементов с ритмом и темпом

музыки. Большое значение на занятиях уделяется формированию и развитию физических качеств обучающихся – гибкость, выносливость, сила и др., чему способствуют ритмическая и партерная гимнастика, разминка с элементами силовых упражнений и упражнений, направленных на формирование выносливости, скорости выполнения движений.

Программа предполагает возможность обучения по индивидуальному образовательному маршруту, который будет включать в себя индивидуальный план, который составляется совместно с обучающимся на основе его предпочтений и предполагает определенные результаты в виде промежуточных проектов, самостоятельных творческих работ, участия в олимпиадах, конкурсах, концертах и т.д., которые фиксируются в портфолио достижений обучающегося.

Особое место в программе занимает комплекс мероприятий, которые не только повышают исполнительский уровень учащихся, но и помогают решать важные нравственно-эстетические задачи воспитания: концертная деятельность, участие в конкурсах, фестивалях, мастер-классах различного уровня.

Модульная система организации учебного плана позволяет педагогу использовать разнообразные формы и методы работы для достижения оптимального результата целей каждого модуля. Построение содержания модулей курса позволяет осуществлять постепенную подготовку к творческой деятельности учащихся, за счет повторения на более высоком уровне сложности изученного ранее материала.

## **1.2. Цели и задачи программы**

**Цель:** обучение детей основам бальной хореографии и их активное творческое развитие с учётом индивидуальных особенностей.



### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- дать теоретические знания по бальным танцам, сформировать умения и навыки;
- обучить основным принципам и законам биомеханики спортивного танца;
- сформировать навыки исполнительского мастерства;
- совершенствовать практическую подготовку с целью дальнейшей самореализации;
- познакомить детей с творчеством выдающихся танцоров прошлого и современности.

#### **Личностные:**

- развивать эмоциональную, музыкальную и техническую подготовку учащихся;
- развивать память, внимание, мышление;
- формировать чувство ритма, музыкальность;
- развивать кругозор, общую культуру поведения детей;
- совершенствовать физические способности детей.

#### **Метапредметные:**

- формировать чувство прекрасного и хороший вкус;
- воспитывать трудолюбие, самодисциплину;
- воспитывать культуру поведения на сцене;
- сформировать умение объективно оценивать свой вклад в решение общих задач коллектива;
- сформировать навык свободного общения в творческом коллективе.

## **1.3. Содержание программы**

## **Первый год обучения**

### **модуль 1**

**Цель:** развитие танцевальных навыков, подготовка ребёнка к дальнейшим занятиям хореографией.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- воспитать любовь к танцу и усердность в занятиях хореографией;
- развить музыкальный слух, пластику тела, «музыкального» движения, сформировать знания основных понятий.
- изучить комплекс общеразвивающих упражнений;
- освоить основные элементы и движения бального танца согласно программе;
- сформировать устойчивые пары.

**Личностные:**

- развить эмоциональность, память, мышление, воображение и творческую активность;
- формировать коллективную творческую и исполнительскую дисциплину;
- расширить кругозор.

**Метапредметные:**

- развивать способность контролировать и оценивать достигнутые результаты своей деятельности;
- развивать навык свободного общения в творческом коллективе.

### **Планируемые результаты:**

Завершая обучение по первому модулю программы учащиеся будут:

**Образовательные:**

- полюбят танец и проявлять усердность в занятиях хореографией;
- разовьют музыкальный слух, улучшат пластику тела, «музыкального» движения;
- освоют основные элементы и движения бального танца согласно программе;
- сформируют устойчивые пары.

**Личностные:**

- разовьется эмоциональность, память, мышление, воображение и творческая активность;
- сформируется коллективная творческая и исполнительская дисциплина;
- расширится кругозор.

**Метапредметные:**

- разовьется способность контролировать и оценивать достигнутые результаты своей деятельности;
- начнет формироваться навык свободного общения в творческом коллективе.

### **Учебный план**

**1 год обучения**  
**1 модуль**

| №<br>п/п | Название раздела,<br>темы           | Количество часов |        |          | Формы<br>аттестации/<br>контроля |
|----------|-------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------------|
|          |                                     | Всего            | Теория | Практика |                                  |
| 1.       | Вводное занятие.                    | 2                | 2      | -        | собеседование                    |
| 2.       | Основной комплекс<br>бальных танцев | 8                | 2      | 6        | педагогическое<br>наблюдение     |
| 3.       | Ритмика                             | 4                | 1      | 3        | педагогическое<br>наблюдение     |
| 4.       | Ориентирование в<br>зале.           | 2                | 1      | 1        | педагогическое<br>наблюдение     |
| 5.       | Разминка                            | 6                | 1      | 5        | педагогическое<br>наблюдение     |
| 6.       | Общefизическая<br>подготовка        | 8                | 1      | 7        | педагогическое<br>наблюдение     |
| 7.       | Музыкальность, ритм                 | 4                | 2      | 2        | оценка<br>практической<br>работы |
| 8.       | Танцевальные<br>элементы            | 10               | 8      | 2        | педагогическое<br>наблюдение     |
| 9.       | <b>Итоговое занятие</b>             | 2                | -      | 2        | педагогическое<br>наблюдение     |
|          | <b>ИТОГО</b>                        | 46               | 18     | 28       |                                  |

**Содержание учебного плана**

**1. Вводное занятие.**

Теория: Экскурс в историю спортивных бальных танцев. Задачи на учебный год. ТБ (нельзя трогать и подходить близко к зеркалам, не высовываться в окна). Знакомство с устройством зала. Родительское собрание.

Практика:

**2. Ознакомление с программами и танцами.**

Теория: правила выполнения основных движений в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

Практика: освоение техники в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

**3. Ритмика.**

Теория: понятия - центр зала, круг, линия, следуй друг за другом, интервал, дистанция (в доступном для понимания варианте, т.е. игровом)

Практика: внимательно слушать и слышать музыку, хлопать под музыку, выделять каждую долю. Уметь различать быстрый темп и медленный. Уметь

выделять сильную и слабую долю. Определять характер музыки (быстрая, весёлая, грустная и т.д.).

#### **4. Ориентирование в зале.**

Теория: правила выполнения:

1. построение: понятия линии, колонны, интервала, диагонали;
2. понятие линии танца, как проходит линия танца.

Практика: освоение техник построения: понятия линии, колонны, интервала, диагонали; линии танца, как проходит линия танца.

#### **5. Разминка.**

Теория: правила выполнения:

1. положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.
2. упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
3. упражнения для корпуса и бедер;
4. упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);
5. упражнения для развития плавности движений рук;

Практика: освоение положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений; упражнений для мышц шеи и верхнего плечевого пояса; для корпуса и бедер; для ног (икроножные мышцы и стопы); для развития плавности движений рук.

#### **6. Общефизическая подготовка. Хореография.**

Теория: знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений.

Практика: освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъем на полупальцы); техники силовых упражнений (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа). Развитие быстроты выполнения элементов; знакомство с позициями рук (1-3), ног (1-6); классическая хореография.

#### **7. Музыкальность, ритм.**

Теория: знакомство с понятия ритм и музыкальность;

Практика: изучение упражнений, направленных на развитие чувства ритма у ребенка (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций).

#### **8. Танцевальные элементы**

Теория: знакомство с простейшие движения ног («гармошка», «елочка», выпады вправо и влево); исходные движения рук (напряжение и расслабление)

Практика: изучение шага (с поднятым коленом и оттянутой стопой); простейшие движения ног («гармошка», «елочка», выпады вправо и влево); базовые движения бедер (круговые и «восьмерка»); прыжки и бег (на месте и с продвижением); исходные движения рук (напряжение и расслабление); синхронизация простейших движений рук и ног.

## **Первый год обучения**

### **Модуль 2**

**Цель:** формирование основ танцевальной культуры, формирование основ бальной хореографии.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- продолжить изучение основ бальной хореографии;
- освоить фигуры в европейской и латиноамериканской программе;
- расширить танцевальные знания, формировать навыки и умения;

**Личностные:**

- развить базовые музыкальные способности: музыкальный слух, чувство метроритма;
- развить памяти, внимания, мышления;

**Метапредметные:**

- сформировать культуру поведения в детском коллективе;
- воспитать эмоционально положительное отношение к бальному танцу, как одному из видов искусства.

### **Планируемые результаты:**

По окончании обучения по второму модулю программы учащиеся будут:

**Образовательные:**

- расширят знания о бальной хореографии;
- освоят основные фигуры в европейской и латиноамериканской программе;
- расширят танцевальные знания, сформируют хореографические навыки и умения;

**Личностные:**

- продолжится становление и развитие музыкального слуха и чувства метроритма;
- продолжится развитие памяти, внимания, мышления;

**Метапредметные:**

- сформируют культуру поведения в детском коллективе;
- сформируют отношение между ребятами на основе дружбы, товарищества.

**Учебный план  
Модуль 2**

| №<br>п/п | Название раздела,<br>темы                                                  | Количество часов |        |          | Формы<br>аттестации/<br>контроля |
|----------|----------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------------|
|          |                                                                            | Всего            | Теория | Практика |                                  |
| 1.       | Вводное занятие.                                                           | 2                | 1      | 1        | собеседование                    |
| 2.       | Ознакомление с программами и танцами, входящими в спортивные бальные танцы | 6                | 2      | 4        | педагогическое наблюдение        |
| 3.       | Ориентирование в зале.                                                     | 4                | 2      | 2        | педагогическое наблюдение        |
| 4.       | Разминка                                                                   | 8                | 2      | 8        | педагогическое наблюдение        |
| 5.       | Общефизическая подготовка (в т.ч. ритмика)                                 | 8                | 2      | 6        | оценка практической работы       |
| 6.       | Музыкальность, ритм                                                        | 10               | 4      | 6        | педагогическое наблюдение        |
| 7.       | Танцевальные элементы                                                      | 14               | 2      | 12       | педагогическое наблюдение        |
| 8.       | Обучающие танцы                                                            | 14               | 4      | 10       | педагогическое наблюдение        |
| 9.       | Танцы европейской программы                                                | 16               | 4      | 12       | педагогическое наблюдение        |
| 10.      | Танцы латиноамериканской программы                                         | 16               | 4      | 12       | оценка практической работы       |
|          | <b>ИТОГО</b>                                                               | 98               | 27     | 71       |                                  |

**Содержание учебного плана**

**1. Вводное занятие.**

Теория: Экскурс в историю спортивных бальных танцев. Задачи на учебный год. Знакомство с устройством зала. Правила поведения. Правила внутреннего распорядка. Правила техники безопасности, санитария и гигиена. Определение степени подготовки к занятиям.

**2. Ознакомление с программами и танцами, входящими в спортивные бальные танцы.**

Теория: правила выполнения основных движений в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

Практика: освоение техники в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

### **3. Ориентирование в зале.**

Теория: правила выполнения:

1. построение: понятия линии, колонны, интервала, диагонали;
2. понятие линии танца, как проходит линия танца.

Практика: освоение техник построения: понятия линии, колонны, интервала, диагонали; линии танца, как проходит линия танца.

### **4. Разминка.**

Теория: правила выполнения:

1. положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.
2. упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
3. упражнения для корпуса и бедер;
4. упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);
5. упражнения для развития плавности движений рук;

Практика: освоение положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений; упражнений для мышц шеи и верхнего плечевого пояса; для корпуса и бедер; для ног (икроножные мышцы и стопы); для развития плавности движений рук.

### **5. Общефизическая подготовка. Хореография.**

Теория: знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений.

Практика: освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъем на полупальцы); техники силовых упражнений (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа). Развитие быстроты выполнения элементов; знакомство с позициями рук (1-3), ног (1-6); классическая хореография.

### **6. Музыкальность, ритм.**

Теория: знакомство с понятиями ритм и музыкальность;

Практика: изучение упражнений, направленных на развитие чувства ритма у ребенка (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций).

### **7. Танцевальные элементы**

Теория: знакомство с простейшие движения ног («гармошка», «елочка», выпады вправо и влево); исходные движения рук (напряжение и расслабление)

Практика: изучение шага (с поднятым коленом и оттянутой стопой); простейшие движения ног («гармошка», «елочка», выпады вправо и влево); базовые движения бедер (круговые и «восьмерка»); прыжки и бег (на месте и с продвижением); исходные движения рук (напряжение и расслабление); синхронизация простейших движений рук и ног.

### **8. Ансамблевая работа**

Теория: знакомство с танцем «Вальс Анастасии»; танцем «Самба»». Особенность танца «Самба» по отношению к другим танцам латиноамериканской программы

Практика: освоение танца «Вальс Анастасии»; танца «Самба»»; подготовительное упражнение «Пружинка»; фигура «виск».

### **9. Танцы европейской программы.**

Теория: знакомство с танцем «Медленный Вальс»

Практика: освоение положения корпуса для танца «Медленный Вальс»; позиция в ногах в европейских танцах, в т.ч. в танце «Медленный Вальс»; «учебная» и «конкурсная» позиции в руках в «Медленном Вальсе»; фигура «маленький квадрат»; спуски и подъемы в «Медленном Вальсе»; фигура «перемены»; фигура «большой квадрат» (правый) и «левый квадрат»; танцевание в паре, положение корпуса по отношению к друг другу, позиция в руках, движение в паре; танец «Медленный вальс» по кругу, по линии танца; фигуры «полный правый поворот», «перемена», «полный левый поворот», «перемена» - составление композиции из этих фигур.

### **10. Танцы латиноамериканской программы.**

Теория: знакомство с танцем «Ча-ча-ча», с фигурами «шоссе», «таймстэп», «основной ход», «нью-йорк», «два шага локстэп» по кругу по линии танца.

Практика: освоение положения корпуса для танца «Ча-ча-ча»; позиция в ногах в латиноамериканских танцах, в т.ч. в танце «Ча-ча-ча»; позиция в руках «лодочка»; упражнения для наступания с носка в латиноамериканских танцах; танец «Ча-ча-ча» в

## **Второй год обучения**

### **Модуль 3**

**Цель:** научиться выполнению более сложных учебных комбинаций за счет соединения простых движений, научиться выполнять основные движения спортивно-бального танца.

#### **Задачи**

Образовательные:

- изучить основные движения, входящие в спортивные бальные танцы;
- начать освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия;
- освоить позиции рук (1-3), ног (1-6);
- освоить понятия ритмичность и музыкальный размер;
- освоить выполнение прыжков «с двух ног на две» в комбинациях;
- начать освоение прыжков «с двух ног на одну» и некоторые виды больших прыжков.

Личностные:

- развить координацию движений;
- укрепить и развить двигательный аппарат ребенка;
- развить выносливость при выполнении прыжков;



- выработать стремление исполнять движения осмысленно и музыкально.

Метапредметные:

- воспитать культуру тела, внешнего вида (гигиена, чистота, опрятность);
- прививать навыки самодисциплины;
- способствовать воспитанию волевых качеств;
- привить знания и навыки общей культуры.

### **Планируемые результаты**

Образовательные:

- научатся выполнять упражнения с более сложной координацией движений за счет использования поз на середине зала и усложнений учебных комбинаций;
- освоят тренировочный комплекс для развития координации и равновесия;
- разовьют силу ног путем увеличения количества упражнений;
- разовьют устойчивость;
- освоят позиции рук (1-3), ног (1-6).

Личностные:

- выработают силу ног, устойчивость;
- разовьют элементарные мыслительные процессы;
- научатся анализировать качество выполнения задания;
- улучшится внимание, память;
- совершенствуется координация движений;
- укрепят двигательный аппарат ребенка;
- выработают выносливость при выполнении прыжков;
- укрепят вестибулярный аппарат ребенка.

Метапредметные:

- освоят навыки самодисциплины;
- разовьют личностные и волевые качества.
- воспитают культуру тела, внешнего вида (гигиена, чистота, опрятность).

**Учебный план  
Модуль 3**

| №<br>п/п | Название раздела, темы                                            | Количество часов |        |          | Формы<br>аттестации/<br>контроля |
|----------|-------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------------|
|          |                                                                   | Всего            | Теория | Практика |                                  |
| 1.       | Вводное занятие. Техника безопасности.                            | 2                | 2      | -        | собеседование                    |
| 2.       | Повторение программ и танцев, входящих в спортивные бальные танцы | 8                | 2      | 6        | педагогическое наблюдение        |
| 3.       | Разминка                                                          | 2                | 1      | 1        | педагогическое наблюдение        |
| 4.       | Общefизическая подготовка                                         | 6                | 1      | 5        | педагогическое наблюдение        |
| 5.       | Ритмичность, музыкальный размер танцев                            | 2                | 1      | 1        | педагогическое наблюдение        |
| 6.       | Танцевальные элементы                                             | 8                | 2      | 6        | оценка практической работы       |
| 7.       | Танцы европейской программы                                       | 10               | 2      | 8        | педагогическое наблюдение        |
| 8.       | Танцы латиноамериканской программы                                | 8                | -      | 8        | педагогическое наблюдение        |
|          | <b>ИТОГО</b>                                                      | 46               | 11     | 35       |                                  |

**Содержание учебного плана**

**1. Вводное занятие**

Теория: новые веяния в спортивных бальных танцах. Задачи на учебный год. Правила поведения. Правила внутреннего распорядка. Правила техники безопасности, санитария и гигиена. Определение степени подготовки к занятиям

Практика: освоение новых веяний в спортивных бальных танцах

**2. Повторение программ и танцев, входящих в спортивные бальные танцы.**

Теория: правила выполнения основных движений в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

Практика: освоение техники в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

### **3. Разминка.**

Теория: правила выполнения:

1. упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
2. упражнения для рук, кистей.
3. упражнения для развития плавности движений рук;
4. упражнения для корпуса и бедер;
5. упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы).

Практика: освоение упражнений для мышц шеи и верхнего плечевого пояса; для рук, кистей; для развития плавности движений рук; для корпуса и бедер; для ног (икроножные мышцы и стопы).

### **4. Общефизическая подготовка. Хореография.**

Теория: знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений.

Практика: освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъем на полупальцы); силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа); упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; упражнения для укрепления мышц спины и ног; упражнения на выносливость; развитие быстроты выполнения элементов; повторение позиций рук (1-3), ног (1-6); классическая хореография; усвоение простейших элементов акробатики; основы джаза и аэробики.

### **5. Ритмичность, музыкальный размер танцев.**

Теория: знакомство с понятиями ритмичность и музыкальный размер.

Практика: изучение упражнений, направленные на развитие чувства ритма (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций); музыкальный размер некоторых европейских и латиноамериканских танцев.

### **6. Танцевальные элементы**

Теория: знакомство с движения бедер (круговые и «восьмерка»); вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах.

Практика: изучение движения бедер (круговые и «восьмерка»); вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах; выпады («прэс-лайн», выпады на полную стопу); движения в руках (различные стили и формы).

### **9. Танцы европейской программы.**

Теория: знакомство с танцами «Медленный Вальс» и «Быстрый Фокстрот»

Практика: повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс»; фигура «спин поворот»; фигура «шоссе» (вправо и влево); фигура «виск»; променадная позиция в танце «Медленный вальс»; составление всех выученных фигур в единую композицию.

Освоение основных движений в танце «Быстрый Фокстрот»: фигура «четвертной поворот»; переступания в танце «Быстрый Фокстрот»; фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте»; фигура «типл шоссе»; фигура «двойной локстэп»; составление всех выученных фигур в единую композицию.

#### **10. Танцы латиноамериканской программы.**

Теория: знакомство с танцами «Ча-ча-ча», «Самба» и «Джайв».

Практика: освоение основных движений танца «Ча-ча-ча»:

1. повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»;
2. фигура «спот поворот»;
3. составление всех выученных фигур в единую композицию.

Освоение основных движений танца «Самба»

1. фигура «стационарный самбоход» (на месте и в продвижении);
2. фигура «батафога»;

Освоение основных движений танца «Джайв»

1. фигура «шоссе»;
2. фигура «линк» или «звено»
3. фигура «основной ход»
4. составление всех выученных фигур в единую композицию.

### **Второй год обучения**

#### **Модуль 4**

**Цель:** воспитание единого комплекса физических и духовных качеств обучающихся, выработка навыков правильности и чистоты исполнения;

#### **Задачи:**

Образовательные:

- освоить усложненные учебные комбинации;
- познакомить учащихся с простейшими элементами акробатики;
- познакомить с основами джаза и аэробики;
- обучить выполнению различных элементов в комбинациях на

усложненном музыкальном материале.

Личностные:

- развить координацию движений;
- укрепить и развить двигательный аппарат ребенка;
- развить выносливость при выполнении прыжков;
- укрепить и развить вестибулярный аппарат ребенка.

Метапредметные:

- воспитать культуру тела, внешнего вида (гигиена, чистота, опрятность);
- прививать навыки самодисциплины;
- способствовать воспитанию волевых качеств;
- привить знания и навыки общей культуры.

### Планируемые результаты

Планируемые результаты освоения образовательной программы подводит итог тем знаниям, умениям, практическим и коммуникативным навыкам, которыми овладели обучающиеся.

Образовательные:

- обучающийся будет знать основные термины, названия движений различных видов спортивно-бального танца, названия прыжков и танцевальных движений;
- овладеет основами хореографического мастерства.

Метапредметные:

- укрепится и разовьётся двигательный аппарат ребенка;
- научится музыкальности выполнения хореографических движений,
- получит основы художественного постижения искусства танца.

Личностные:

- сформируется потребность в саморазвитии, самосовершенствовании,
- сформируется навык здорового образа жизни, эмоциональное отношение к достижениям,
- сформируется гражданская позиция,
- воспитается культура общения и поведения в социуме.

### Учебный план

#### Модуль 4

| №<br>п/п | Название раздела,<br>темы                                                  | Количество часов |        |          | Формы<br>аттестации/<br>контроля |
|----------|----------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------------|
|          |                                                                            | Всего            | Теория | Практика |                                  |
| 11.      | Вводное занятие.                                                           | 2                | 1      | 1        | собеседование                    |
| 12.      | Ознакомление с программами и танцами, входящими в спортивные бальные танцы | 6                | 2      | 4        | педагогическое наблюдение        |
| 13.      | Ориентирование в зале.                                                     | 4                | 2      | 2        | педагогическое наблюдение        |
| 14.      | Разминка                                                                   | 8                | 2      | 8        | педагогическое наблюдение        |
| 15.      | Общефизическая подготовка (в т.ч. ритмика)                                 | 8                | 2      | 6        | оценка практической работы       |
| 16.      | Музыкальность, ритм                                                        | 10               | 4      | 6        | педагогическое                   |

|     |                                    |    |    |    |                            |
|-----|------------------------------------|----|----|----|----------------------------|
|     |                                    |    |    |    | наблюдение                 |
| 17. | Танцевальные элементы              | 10 | 2  | 8  | педагогическое наблюдение  |
| 18. | Обучающие танцы                    | 14 | 4  | 10 | педагогическое наблюдение  |
| 19. | Танцы европейской программы        | 16 | 4  | 12 | педагогическое наблюдение  |
| 20. | Танцы латиноамериканской программы | 16 | 4  | 12 | оценка практической работы |
| 21. | Актерское мастерство               | 4  | 2  | 2  | оценка практической работы |
|     | <b>ИТОГО</b>                       | 98 | 29 | 69 |                            |

### Содержание учебного плана

#### 1. Вводное занятие.

Теория: новые веяния в спортивных бальных танцах. Задачи на учебный год. Правила поведения. Правила внутреннего распорядка. Правила техники безопасности, санитария и гигиена. Определение степени подготовки к занятиям

Практика: освоение новых веяний в спортивных бальных танцах.

Практика: освоение новых веяний в спортивных бальных танцах

#### 3. Повторение программ и танцев, входящих в спортивные бальные танцы.

Теория: правила выполнения основных движений в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

Практика: освоение техники в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

#### 4. Разминка.

Теория: правила выполнения:

1. упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
2. упражнения для рук, кистей.
3. упражнения для развития плавности движений рук;
4. упражнения для корпуса и бедер;
5. упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы).

Практика: освоение упражнений для мышц шеи и верхнего плечевого пояса; для рук, кистей; для развития плавности движений рук; для корпуса и бедер; для ног (икроножные мышцы и стопы).

## **5. Общефизическая подготовка. Хореография.**

Теория: знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений.

Практика: освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъем на полупальцы); силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа); упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; упражнения для укрепления мышц спины и ног; упражнения на выносливость; развитие быстроты выполнения элементов; повторение позиций рук (1-3), ног (1-6); классическая хореография; усвоение простейших элементов акробатики; основы джаза и аэробики.

## **6. Ритмичность, музыкальный размер танцев.**

Теория: знакомство с понятиями ритмичность и музыкальный размер.

Практика: изучение упражнений, направленные на развитие чувства ритма (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций); музыкальный размер некоторых европейских и латиноамериканских танцев.

## **7. Танцевальные элементы**

Теория: знакомство с движения бедер (круговые и «восьмерка»); вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах.

Практика: изучение движения бедер (круговые и «восьмерка»); вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах; выпады («прэс-лайн», выпады на полную стопу); движения в руках (различные стили и формы).

## **8. Танцы европейской программы.**

Теория: знакомство с танцами «Медленный Вальс» и «Быстрый Фокстрот»

Практика: повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс»; фигура «спин поворот»; фигура «шоссе» (вправо и влево); фигура «виск»; променадная позиция в танце «Медленный вальс»; составление всех выученных фигур в единую композицию.

Освоение основных движений в танце «Быстрый Фокстрот»: фигура «четвертной поворот»; переступания в танце «Быстрый Фокстрот»; фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте»; фигура «типл шоссе»; фигура «двойной локстэп»; составление всех выученных фигур в единую композицию.

## **9. Танцы латиноамериканской программы.**

Теория: знакомство с танцами «Ча-ча-ча», «Самба» и «Джайв».

Практика: освоение основных движений танца «Ча-ча-ча»:

1. повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»;
2. фигура «спот поворот»;
3. фигура «три ча-ча»;
4. фигура «хип твист»;
5. составление всех выученных фигур в единую композицию.

Освоение основных движений танца «Самба»

1. фигура «стационарный самбоход» (на месте и в продвижении);
2. фигура «батафога»;
3. фигура «вольта»;
4. составление всех выученных фигур в единую композицию.

Освоение основных движений танца «Джайв»

1. фигура «шоссе»;
2. фигура «линк» или «звено»
3. фигура «основной ход»
4. фигура «кики»;
5. фигура «смена мест»;
6. фигура «американский спин»;
7. фигура «стоп энд гоу»;
8. составление всех выученных фигур в единую композицию.

#### **10. Актерское мастерство**

Теория: знакомство с основными терминами

Практика: развитие имиджа; развитие умения демонстрировать программу.

### **Третий год обучения**

#### **Модуль 5**

**Цель** - формирование и развитие творческих способностей обучающихся, укрепление здоровья.

#### **Задачи:**

Образовательные:

- овладеть техникой, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах;
- познакомить с основами танцевального этикета;
- обеспечить высокий уровень всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств: ловкости, прыгучести, гибкости.

Личностные:

- сформировать мотивацию к проявлению ответственности и самостоятельности;
- развить эстетический вкус;
- стимулировать развитие эмоциональности, развитие памяти, творческого мышления, воображения и творческой активности.

Метапредметные:

- расширить кругозор обучающегося;
- развить коммуникативных компетенций, умения взаимодействовать в процессе совместного исполнения;
- привить навыки самодисциплины.

#### **Планируемые результаты:**



**Образовательные:**

- освоена техника и понимание основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах;
- изучены основы танцевального этикета;
- развита всесторонняя физическая подготовка с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств: ловкости, прыгучести, гибкости.

**Личностные:**

- сформирована мотивации к проявлению ответственности и самостоятельности;
- созданы предпосылки для развития эстетического вкуса;
- развита эмоциональность, память, творческое мышление и воображения.

**Метапредметные:**

- расширен кругозор;
- развиты коммуникативные компетенции, умение взаимодействовать в процессе совместного музицирования.
- развит навык самодисциплины.
- 

**Учебный план**

**Модуль 5**

| №<br>п/п | Название раздела,<br>темы                                                     | Количество часов |        |          | Формы<br>аттестации/<br>контроля |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------------|
|          |                                                                               | Всего            | Теория | Практика |                                  |
| 1.       | Вводное занятие.<br>Техника<br>безопасности.                                  | 2                | 2      | -        | собеседование                    |
| 2.       | Повторение<br>программ и танцев,<br>входящих в<br>спортивные бальные<br>танцы | 8                | 2      | 6        | педагогическое<br>наблюдение     |
| 3.       | Разминка                                                                      | 2                | 1      | 1        |                                  |
| 4.       | Общефизическая<br>подготовка                                                  | 6                | 1      | 5        |                                  |
| 5.       | Ритмичность,<br>музыкальный размер<br>танцев                                  | 2                | 1      | 1        |                                  |
| 6.       | Танцевальные<br>элементы                                                      | 8                | 2      | 6        | педагогическое<br>наблюдение     |

|    |                                    |    |    |    |                            |
|----|------------------------------------|----|----|----|----------------------------|
| 7. | Танцы европейской программы        | 8  | 2  | 6  | педагогическое наблюдение  |
| 8. | Танцы латиноамериканской программы | 8  | -  | 8  | педагогическое наблюдение  |
| 9. | Актерское мастерство               | 2  |    | 2  | оценка практической работы |
|    | <b>ИТОГО</b>                       | 46 | 11 | 35 |                            |

### **Содержание учебного плана**

#### **1. Вводное занятие.**

Теория: новые веяния в спортивных бальных танцах. Задачи на учебный год. Правила поведения. Правила внутреннего распорядка. Правила техники безопасности, санитария и гигиена. Определение степени подготовки к занятиям

Практика: освоение новых веяний в спортивных бальных танцах.

Практика: освоение новых веяний в спортивных бальных танцах

#### **2. Повторение программ и танцев, входящих в спортивные бальные танцы.**

Теория: правила выполнения основных движений в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

Практика: освоение техники в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

#### **3. Разминка.**

Теория: правила выполнения:

1. упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
2. упражнения для рук, кистей.
3. упражнения для развития плавности движений рук;
4. упражнения для корпуса и бедер;
5. упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы).

Практика: освоение упражнений для мышц шеи и верхнего плечевого пояса; для рук, кистей; для развития плавности движений рук; для корпуса и бедер; для ног (икроножные мышцы и стопы).

#### **4. Общефизическая подготовка. Хореография.**

Теория: знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений.

Практика: освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъем на полупальцы); силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа); упражнения для укрепления

мышц брюшного пресса; упражнения для укрепления мышц спины и ног; упражнения на выносливость; развитие быстроты выполнения элементов; повторение позиций рук (1-3), ног (1-6); классическая хореография; усвоение простейших элементов акробатики; основы джаза и аэробики.

### **5. Ритмичность, музыкальный размер танцев.**

Теория: знакомство с понятиями ритмичность и музыкальный размер.

Практика: изучение упражнений, направленные на развитие чувства ритма (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций); музыкальный размер некоторых европейских и латиноамериканских танцев.

### **6. Танцевальные элементы**

Теория: знакомство с движения бедер (круговые и «восьмерка»); вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах.

Практика: изучение движения бедер (круговые и «восьмерка»); вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах; выпады («прес-лайн», выпады на полную стопу); движения в руках (различные стили и формы).

### **7. Танцы европейской программы.**

Теория: знакомство с танцами «Медленный Вальс» и «Быстрый Фокстрот»

Практика: повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс»; фигура «спин поворот»; фигура «шоссе» (вправо и влево); фигура «виск»; променадная позиция в танце «Медленный вальс»; составление всех выученных фигур в единую композицию.

Освоение основных движений в танце «Быстрый Фокстрот»: фигура «четвертной поворот»; переступания в танце «Быстрый Фокстрот»; фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте»; фигура «типл шоссе»; фигура «двойной локстэп»; составление всех выученных фигур в единую композицию.

### **8. Танцы латиноамериканской программы.**

Теория: знакомство с танцами «Ча-ча-ча», «Самба» и «Джайв».

Практика: освоение основных движений танца «Ча-ча-ча»:

1. повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»;
2. фигура «спот поворот»;
3. фигура «три ча-ча»;
4. фигура «хип твист»;
5. составление всех выученных фигур в единую композицию.

Освоение основных движений танца «Самба»

1. фигура «стационарный самбоход» (на месте и в продвижении);
2. фигура «батафога»;
3. фигура «вольта»;
4. составление всех выученных фигур в единую композицию.

Освоение основных движений танца «Джайв»

1. фигура «шоссе»;
2. фигура «линк» или «звено»

3. фигура «основной ход»
4. фигура «кики»;
5. фигура «смена мест»;
6. фигура «американский спин»;
7. фигура «стоп энд гоу»;
8. составление всех выученных фигур в единую композицию.

## **9. Актерское мастерство**

Теория: знакомство с основными терминами

Практика: развитие имиджа; развитие умения демонстрировать программу.

### **Третий год обучения модуль 6**

**Цель:** всестороннее развитие учащихся: гармоничное развитие физических и личностных качеств через актуализацию мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

#### **Задачи:**

Образовательные:

- овладение основами спортивного бального танца;
- дать основы художественного постижения искусства бального танца;
- научить обучающихся стремиться исполнять бальную хореографию вдохновенно, музыкально и технично.

Личностные:

- формировать эмоционально-ценностное отношение к миру, к людям и самому себе;
- закрепить опыт общественных и личностных отношений.

Метапредметные:

- развить ключевые компетенции (коммуникативных, деятельностных и др.);
- обогатить культуру общения и поведения в социуме.

#### **Планируемые результаты**

Образовательные:

- учащиеся овладели основами спортивного бального танца;
- заложены основы художественного постижения искусства бального танца;
- актуализировано стремление исполнять бальную хореографию вдохновенно, музыкально и технично.

Личностные:

- сформированы основы эмоционально-ценностного отношения к миру, к людям и самому себе;
- обогащен опыт общественных и личностных отношений.

Метапредметные:

- активно продолжено развитие ключевых компетенций;
- развита культура общения и поведения в социуме.

**Учебный план**  
**Модуль 6**

| №<br>п/п | Название раздела,<br>темы                                                  | Количество часов |        |          | Формы<br>аттестации/<br>контроля |
|----------|----------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|----------------------------------|
|          |                                                                            | Всего            | Теория | Практика |                                  |
| 1.       | Вводное занятие.                                                           | 2                | 1      | 1        | собеседование                    |
| 2.       | Ознакомление с программами и танцами, входящими в спортивные бальные танцы | 6                | 2      | 4        | педагогическое наблюдение        |
| 3.       | Ориентирование в зале.                                                     | 4                | 2      | 2        | педагогическое наблюдение        |
| 4.       | Разминка                                                                   | 8                | 2      | 8        | педагогическое наблюдение        |
| 5.       | Общефизическая подготовка                                                  | 8                | 2      | 6        | оценка практической работы       |
| 6.       | Музыкальность, ритм                                                        | 10               | 4      | 6        | педагогическое наблюдение        |
| 7.       | Танцевальные элементы                                                      | 10               | 2      | 8        | педагогическое наблюдение        |
| 8.       | Обучающие танцы                                                            | 14               | 4      | 10       | педагогическое наблюдение        |
| 9.       | Танцы европейской программы                                                | 14               | 4      | 10       | педагогическое наблюдение        |
| 10.      | Танцы латиноамериканской программы                                         | 14               | 4      | 10       | оценка практической работы       |
| 11.      | Актерское мастерство                                                       | 4                | 2      | 2        | оценка практической работы       |
| 12.      | Ансамблевая работа                                                         | 4                | -      | 4        | педагогическое наблюдение        |
|          | <b>ИТОГО</b>                                                               | 98               | 29     | 69       |                                  |

## **Содержание учебного плана**

### **1. Вводное занятие.**

Теория: новые веяния в спортивных бальных танцах. Задачи на учебный год.

Практика: освоение новых веяний в спортивных бальных танцах.

### **2. Повторение программ и танцев, входящих в спортивные бальные танцы.**

Теория: правила выполнения основных движений в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

Практика: освоение техники в Европейская программе: «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»; Латиноамериканская программе: «Ча-ча-ча», «Самба».

### **3. Разминка.**

Теория: правила выполнения:

1. упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
2. упражнения для рук, кистей.
3. упражнения для развития плавности движений рук;
4. упражнения для корпуса и бедер;
5. упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы).

Практика: освоение упражнений для мышц шеи и верхнего плечевого пояса; для рук, кистей; для развития плавности движений рук; для корпуса и бедер; для ног (икроножные мышцы и стопы).

### **4. Общефизическая подготовка. Хореография.**

Теория: знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений.

Практика: освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъем на полупальцы); силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа); упражнения для укрепления мышц брюшного пресса; упражнения для укрепления мышц спины и ног; упражнения на выносливость; развитие быстроты выполнения элементов; повторение позиций рук (1-3), ног (1-6); классическая хореография; усвоение простейших элементов акробатики; основы джаза и аэробики.

### **5. Ритмичность, музыкальный размер танцев.**

Теория: знакомство с понятиями ритмичность и музыкальный размер.

Практика: : изучение упражнений, направленные на развитие чувства ритма (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций); музыкальный размер некоторых европейских и латиноамериканских танцев.

### **6. Танцевальные элементы**

Теория: знакомство с движения бедер (круговые и «восьмерка»); вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах.

Практика: изучение движения бедер (круговые и «восьмерка»); вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах; выпады («прес-лайн», выпады на полную стопу); движения в руках (различные стили и формы)

## **7. Танцы европейской программы.**

Теория: повторение теории танцев «Медленный Вальс» и «Быстрый Фокстрот», знакомство с танцем «Венский Вальс»

Практика: повторение изученных элементов и фигур, изучение новых элементов:

- в танце «Медленный вальс»

1. повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс»;

2. фигура «спин поворот»;

3. фигура «шоссе» (вправо и влево);

4. фигура «виск»;

5. променадная позиция в танце «Медленный вальс»;

6. понятие «флокрафт»;

7. все фигуры «Е-Д» класса

8. составление всех выученных фигур в единую композицию.

- в танце «Быстрый Фокстрот»

1. фигура «четвертной поворот»;

2. переступания в танце «Быстрый Фокстрот»;

3. фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте»;

4. фигура «типл шоссе»;

5. фигура «двойной локстэп»;

6. все фигуры «Е-Д» класса

7. составление всех выученных фигур в единую композицию.

- в танце «Венский Вальс»

1. фигура «правый поворот»

2. фигура «левый поворот»

## **8. Танцы латиноамериканской программы.**

Теория: повторение теории танцев «Ча-ча-ча», «Самба» и «Джайв».

Практика: освоение основных движений танца «Ча-ча-ча»

1. повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»;

2. фигура «спот поворот»;

3. фигура «три ча-ча»;

4. фигура «хип твист»;

5. фигура «веер» и «алимана»;

6. все фигуры «Е-Д» класса

7. составление всех выученных фигур в единую композицию.

освоение основных движений танца «Самба»

1. фигура «стационарный самбоход» (на месте и в продвижении);

2. фигура «батафога»;

3. фигура «вольта»;

4. фигура «кортаджака»;
  5. фигура «левый поворот»;
  6. все фигуры «Е-Д» класса
  7. составление всех выученных фигур в единую композицию.
- освоение основных движений «Джайв»
1. фигура «шоссе»;
  2. фигура «линк» или «звено»
  3. фигура «основной ход»
  4. фигура «кики»;
  5. фигура «смена мест»;
  6. фигура «американский спин»;
  7. фигура «стоп энд гоу»;
  8. все фигуры «Е-Д» класса
  9. составление всех выученных фигур в единую композицию.

#### **10. Актерское мастерство**

Теория: знакомство с основными терминами

Практика: развитие имиджа; развитие умения демонстрировать программу.

#### **11. Ансамблевая работа**

Теория: знакомство с ансамблевой работой

Практика: Прогон всех танцевальных (конкурсных) композиций и их отработка. Исполнение композиций, под конкурсный ритм и время музыки (1.5-2мин); танец «Вальс»; танец «Латино-американское поппури»



## Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

### 2.1. Календарный учебный график

#### Модуль 1

| №п/п | Дата | Тема занятия                                                               | Кол-во часов | Время проведения занятий | Форма занятий     | Место проведения | Форма контроля            |
|------|------|----------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------|-------------------|------------------|---------------------------|
| 1.   |      | Введение в программу обучения.<br>Цель и задачи курса.<br>Инструктаж по ТБ | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | беседа                    |
| 2.   |      | Основные движения в «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»;                 | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 3.   |      | Основные движения «Ча-ча-ча», «Самба».                                     | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | опрос в ходе беседы       |
| 4.   |      | Понятия линии, колонны, интервала, диагонали                               | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 5.   |      | Понятие линии танца                                                        | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | опрос в ходе беседы       |
| 6.   |      | Слушание музыки.<br>Сильная и слабая доля.                                 | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 7.   |      | Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса                         | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 8.   |      | Упражнения для развития плавности движений рук                             | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | собеседование             |

|     |  |                                                                                  |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
| 9.  |  | Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 10. |  | Упражнения для корпуса и бедер;                                                  | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 11. |  | Знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений. | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 12. |  | Освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 13. |  | Знакомство с понятиями ритм и музыкальность                                      | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 14. |  | Упражнения на развитие чувства ритма                                             | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 15. |  | Простейшие движения ног                                                          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 16. |  | Изучение шага                                                                    | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 17. |  | Синхронизация простейших движений рук и ног                                      | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 18. |  | Итоговое занятие                                                                 | 2 | 40 минут | контрольный урок  |  | опрос в ходе беседы       |

## Модуль 2

| №п/п | Дата | Тема занятия                                                                 | Кол-во часов | Время проведения занятий | Форма занятий     | Место проведения | Форма контроля            |
|------|------|------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------|-------------------|------------------|---------------------------|
| 1.   |      | Введение в программу обучения.<br>Цель и задачи курса.<br>Инструктаж по ТБ   | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | беседа                    |
| 2.   |      | Основные движения в «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»;                   | 4            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | педагогическое наблюдение |
| 3.   |      | Основные движения «Ча-ча-ча», «Самба».                                       | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | опрос в ходе беседы       |
| 4.   |      | Понятия линии, колонны, интервала, диагонали                                 | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 5.   |      | Понятие линии танца                                                          | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | опрос в ходе беседы       |
| 6.   |      | Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 7.   |      | Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса                           | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 8.   |      | Упражнения для развития плавности движений рук                               | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | собеседование             |

|     |  |                                                                                  |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
| 9.  |  | Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 10. |  | Упражнения для корпуса и бедер;                                                  | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 11. |  | Знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений. | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 12. |  | Освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 13. |  | Знакомство с понятиями ритм и музыкальность                                      | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 14. |  | Упражнения на развитие чувства ритма                                             | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 15. |  | Простейшие движения ног                                                          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 16. |  | «Вальс Анастасии»                                                                | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 17. |  | «Самба»                                                                          | 8 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 18. |  | Фигура «виск».                                                                   | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 19. |  | Освоение положения корпуса                                                       | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                                                         |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|-------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
|     |  | «Медленный Вальс»                                                       |   |          | м                 |  |                           |
| 20. |  | Фигура «маленький квадрат»;                                             | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 21. |  | Спуски и подъемы в «Медленном Вальсе»;                                  | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 22. |  | Позиции рук в «Медленном Вальсе»;                                       | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 23. |  | фигура «перемены»; фигура «большой квадрат» (правый) и «левый квадрат»; | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 24. |  | Танец в паре, положение корпуса по отношению к друг другу,              | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 25. |  | «Медленный вальс» по кругу, по линии танца                              | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 26. |  | Фигуры «полный правый поворот», «перемена», «полный левый поворот»      | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 27. |  | Знакомство с танцем «Ча-ча-ча»                                          | 4 | 40 минут | мастер-класс      |  | педагогическое наблюдение |
| 28. |  | Освоение положение корпуса для танца «Ча-ча-ча»; позиция в              | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                   |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|-----------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
|     |  | ногах в латиноамериканских танцах |   |          |                   |  |                           |
| 29. |  | Танец «Ча-ча-ча» в парах          | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 30. |  | Итоговое занятие                  | 2 | 40 минут | контрольный урок  |  | опрос в ходе беседы       |

**Второй год обучения**  
**Модуль 3**

| №п/п | Дата | Тема занятия                                                         | Кол-во часов | Время проведения занятий | Форма занятий     | Место проведения | Форма контроля            |
|------|------|----------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------|-------------------|------------------|---------------------------|
| 1.   |      | Введение в программу обучения. Цель и задачи курса. Инструктаж по ТБ | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | беседа                    |
| 2.   |      | Основные движения в «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»;           | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 3.   |      | Основные движения «Ча-ча-ча», «Самба».                               | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | опрос в ходе беседы       |
| 4.   |      | Понятия линии, колонны, интервала, диагонали                         | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 5.   |      | Понятие линии танца                                                  | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | опрос в ходе беседы       |
| 6.   |      | Слушание музыки. Сильная и слабая доля.                              | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 7.   |      | Упражнения для мышц шеи и верхнего                                   | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                                                                  |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
|     |  | плечевого пояса                                                                  |   |          |                   |  |                           |
| 8.  |  | Упражнения для развития плавности движений рук                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | собеседование             |
| 9.  |  | Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 10. |  | Упражнения для корпуса и бедер;                                                  | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 11. |  | Знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений. | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 12. |  | Освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 13. |  | Знакомство с понятиями ритм и музыкальность                                      | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 14. |  | Упражнения на развитие чувства ритма                                             | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 15. |  | Переступания в танце «Быстрый Фокстрот»                                          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 16. |  | Фигура «шоссе»;<br>фигура «линк»                                                 | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                          |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
| 17. |  | Освоение основных движений танца «Джайв» | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 18. |  | Итоговое занятие                         | 2 | 40 минут | контрольный урок  |  | опрос в ходе беседы       |

**Второй год обучения**  
**Модуль 4**

| №п/п | Дата | Тема занятия                                                                 | Кол-во часов | Время проведения занятий | Форма занятий     | Место проведения | Форма контроля            |
|------|------|------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------|-------------------|------------------|---------------------------|
| 1.   |      | Введение в программу обучения. Цель и задачи курса. Инструктаж по ТБ         | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | беседа                    |
| 2.   |      | Основные движения в «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»;                   | 4            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | педагогическое наблюдение |
| 3.   |      | Основные движения «Ча-ча-ча», «Самба».                                       | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | опрос в ходе беседы       |
| 4.   |      | Понятия линии, колонны, интервала, диагонали                                 | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 5.   |      | Понятие линии танца                                                          | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | опрос в ходе беседы       |
| 6.   |      | Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 7.   |      | Упражнения для мышц шеи и верхнего                                           | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |



|     |  |                                                                                  |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
|     |  | плечевого пояса                                                                  |   |          |                   |  |                           |
| 8.  |  | Упражнения для развития плавности движений рук                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | собеседование             |
| 9.  |  | Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 10. |  | Упражнения для корпуса и бедер;                                                  | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 11. |  | Знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений. | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 12. |  | Освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 13. |  | Знакомство с понятиями ритм и музыкальность                                      | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 14. |  | Упражнения на развитие чувства ритма                                             | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 15. |  | Простейшие движения ног                                                          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 16. |  | Вращения по одному и в парах; выпады («прэс-лайн», выпады на полную стопу)       | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                                                         |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|-------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
| 17. |  | фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте»                                  | 8 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 18. |  | Фигура «виск».                                                          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 19. |  | Освоение положения корпуса «Медленный Вальс»                            | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 20. |  | Фигура «маленький квадрат»;                                             | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 21. |  | Спуски и подъемы в «Медленном Вальсе»;                                  | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 22. |  | Позиции рук в «Медленном Вальсе»;                                       | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 23. |  | фигура «перемены»; фигура «большой квадрат» (правый) и «левый квадрат»; | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 24. |  | Танец в паре, положение корпуса по отношению к друг другу,              | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 25. |  | «Медленный вальс» по кругу, по линии танца                              | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 26. |  | Фигуры «полный правый поворот», «перемена», «полный                     | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                                                                              |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
|     |  | левый поворот»                                                                               |   |          |                   |  |                           |
| 27. |  | Знакомство с танцем «Ча-ча-ча»                                                               | 4 | 40 минут | мастер-класс      |  | педагогическое наблюдение |
| 28. |  | Освоение положение корпуса для танца «Ча-ча-ча»; позиция в ногах в латиноамериканских танцах | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 29. |  | Танец «Ча-ча-ча» в парах                                                                     | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 30. |  | Итоговое занятие                                                                             | 2 | 40 минут | контрольный урок  |  | опрос в ходе беседы       |

### Третий год обучения

#### Модуль 5

| №п/п | Дата | Тема занятия                                                         | Кол-во часов | Время проведения занятий | Форма занятий     | Место проведения | Форма контроля            |
|------|------|----------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------|-------------------|------------------|---------------------------|
| 1.   |      | Введение в программу обучения. Цель и задачи курса. Инструктаж по ТБ | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | беседа                    |
| 2.   |      | Основные движения в «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»;           | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 3.   |      | Основные движения «Ча-ча-ча», «Самба».                               | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | опрос в ходе беседы       |
| 4.   |      | Понятия линии, колонны, интервала, диагонали                         | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                                                                  |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
| 5.  |  | Понятие линии танца                                                              | 2 | 40 минут | Лекция-диалог     |  | опрос в ходе беседы       |
| 6.  |  | Слушание музыки. Сильная и слабая доля.                                          | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 7.  |  | Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса                               | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 8.  |  | Упражнения для развития плавности движений рук                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | собеседование             |
| 9.  |  | Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 10. |  | Упражнения для корпуса и бедер;                                                  | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 11. |  | Знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений. | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 12. |  | Освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 13. |  | Знакомство с понятиями ритм и музыкальность                                      | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 14. |  | Упражнения на развитие чувства ритма                                             | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |

|     |  |                                          |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
| 15. |  | Переступания в танце «Быстрый Фокстрот»  | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 16. |  | Фигура «шоссе»;<br>фигура «линк»         | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 17. |  | Освоение основных движений танца «Джайв» | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 18. |  | Итоговое занятие                         | 2 | 40 минут | контрольный урок  |  | опрос в ходе беседы       |

### Третий год обучения

#### Модуль 6

| №п/п | Дата | Тема занятия                                                               | Кол-во часов | Время проведения занятий | Форма занятий     | Место проведения | Форма контроля            |
|------|------|----------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------|-------------------|------------------|---------------------------|
| 1.   |      | Введение в программу обучения.<br>Цель и задачи курса.<br>Инструктаж по ТБ | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | беседа                    |
| 2.   |      | Основные движения в «Медленный Вальс», «Быстрый фокстрот»;                 | 4            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | педагогическое наблюдение |
| 3.   |      | Основные движения «Ча-ча-ча», «Самба».                                     | 4            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | опрос в ходе беседы       |
| 4.   |      | Понятия линии, колонны, интервала, диагонали                               | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |
| 5.   |      | Понятие линии танца                                                        | 2            | 40 минут                 | Лекция-диалог     |                  | опрос в ходе беседы       |
| 6.   |      | Положение головы,                                                          | 2            | 40 минут                 | Занятие-практикум |                  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                                                                  |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
|     |  | корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений                       |   |          | м                 |  |                           |
| 7.  |  | Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса                               | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 8.  |  | Упражнения для развития плавности движений рук                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | собеседование             |
| 9.  |  | Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);                                   | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 10. |  | Упражнения для корпуса и бедер;                                                  | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 11. |  | Знакомство с хореографическими терминами. Правила выполнения силовых упражнений. | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 12. |  | Освоение тренировочного комплекса для развития координации и равновесия          | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 13. |  | Знакомство с понятиями ритм и музыкальность                                      | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 14. |  | Упражнения на развитие чувства ритма                                             | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | опрос в ходе беседы       |
| 15. |  | Простейшие                                                                       | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                                                            |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
|     |  | движения ног                                                               |   |          | м                 |  |                           |
| 16. |  | Вращения по одному и в парах; выпады («прэс-лайн», выпады на полную стопу) | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 17. |  | фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте»                                     | 8 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 18. |  | Фигура «виск».                                                             | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 19. |  | Освоение положения корпуса «Медленный Вальс»                               | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 20. |  | Фигура «маленький квадрат»;                                                | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 21. |  | Спуски и подъемы в «Медленном Вальсе»;                                     | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 22. |  | Позиции рук в «Медленном Вальсе»;                                          | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 23. |  | фигура «перемены»; фигура «большой квадрат» (правый) и «левый квадрат»;    | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 24. |  | Танец в паре, положение корпуса по отношению к друг другу,                 | 2 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 25. |  | «Медленный вальс» по                                                       | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |

|     |  |                                                                                              |   |          |                   |  |                           |
|-----|--|----------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------------------|--|---------------------------|
|     |  | кругу, по линии танца                                                                        |   |          | м                 |  |                           |
| 26. |  | Фигуры «полный правый поворот», «перемена», «полный левый поворот»                           | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 27. |  | Знакомство с танцем «Ча-ча-ча»                                                               | 4 | 40 минут | мастер-класс      |  | педагогическое наблюдение |
| 28. |  | Освоение положение корпуса для танца «Ча-ча-ча»; позиция в ногах в латиноамериканских танцах | 4 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 29. |  | Танец «Ча-ча-ча» в парах                                                                     | 6 | 40 минут | Занятие-практикум |  | педагогическое наблюдение |
| 30. |  | Итоговое занятие                                                                             | 2 | 40 минут | контрольный урок  |  | опрос в ходе беседы       |

Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая.

**Количество учебных недель –**

программа предусматривает обучение в течение 36 недель.

**Продолжительность каникул –** в период осенних и весенних каникул занятия проводятся по расписанию; в летний период организуется работа объединения по отдельной программе.

**Сроки контрольных процедур** обозначены в календарном учебном графике.

**Даты начала и окончания учебных периодов/этапов –** учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая.

**Количество учебных недель –** программа предусматривает обучение в течение 36 недель.

**Продолжительность каникул –** в период осенних и весенних каникул занятия проводятся по расписанию; в летний период организуется работа объединения по отдельной программе.



## **2.2. Условия реализации программы**

Характеристика помещений, используемых для реализации Программы, соответствует СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования учащихся».

### **Материально-техническое обеспечение**

Материально-техническое обеспечение для реализации программы включает в себя:

- хореографический класс;
- музыкальные инструменты: фортепиано;
- зеркала;
- печатная/электронная библиотека с изданиями нотной и учебно-методической литературы по программе;
- академический и концертный залы, музыкальные гостиные с роялями и техническим оснащением;
- ноутбук;
- сценические костюмы;
- Коврики для выполнения упражнений;
- звуковая аппаратура;
- принтер, сканнер.

### **Информационное обеспечение:**

- осуществление тесной связи с педагогами смежных учебных дисциплин;
- сотрудничество с ОУ, учреждениями среднего и высшего звена;
- образовательный сайт МАУ ДО МЭЦ;
- интернет-источники;
- приложение «Fine Metronome»;
- видео-хостинги YouTube и RuTube;
- Google и Яндекс –диски (хранилище);
- навигатор дополнительного образования Краснодарского края;
- телевидение, СМИ, сетевые сообщества.

### **Кадровое обеспечение**

Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками, имеющими среднее и высшее профессиональное образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного предмета.

## **2.3. Формы аттестации**

Оценка знаний, умений и навыков, приобретённых в процессе обучения по программе, является основой при отслеживании результатов работы. Для этого используются следующие методы:

- педагогическое наблюдение (осуществляется на каждом занятии);
- педагогический анализ (четыре раза в год проходит подведение итогов в форме открытых занятий для родителей, участие в концертах);

педагогический мониторинг (оформление видео- и фото отчетов).

Данные методы контроля результативности используются как средство начальной, текущей, промежуточной и итоговой диагностики.

Формы подведения итогов: концерты, конкурсы.

Неотъемлемой частью образовательной программы является участие в мероприятиях, проводимых внутри учреждения, на муниципальном, краевом уровне и в концертной деятельности МАУ ДО МЭЦ. Непосредственное участие во всех мероприятиях способствует развитию у учащихся чувства ответственности, воспитывает коллектив единомышленников, повышает мотивацию личности к познанию и творчеству, является одной из главных форм подведения итогов творческой деятельности учащихся.

#### **2.4. Оценочные материалы**

Оценка образовательных результатов обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе носит вариативный характер, так как программа направлена на формирование у обучающихся стремления к дальнейшему познанию себя, поиску новых возможностей для реализации собственного потенциала. Предусматривает академические концерты, конкурсы, творческие показы, мастер-классы, личное портфолио.

В процессе реализации программы также могут использоваться следующие формы оценивания и фиксации образовательных результатов: аналитический материал, аудиозапись, видеозапись, грамоты участия в конкурсах и фестивалях, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, портфолио коллектива, отзывы учащихся и родителей.

Учащиеся, успешно освоившие программу могут быть награждены грамотами и сертификатами. Оценка знаний, умений и навыков, приобретённых в процессе обучения, является основой при отслеживании результатов работы.

Педагогический контроль включает в себя различные педагогические методики. Комплекс методик направлен на определение уровня усвоения программного материала, степень сформированности знаний, умений, навыков.

Критерии оценки и формы контроля успеваемости на занятии:

- периодическая проверка теоретических знаний;
- оценивание практической работы в аудитории;
- контрольное занятие.

Оценка знаний, умений и навыков, приобретённых в процессе обучения, является основой при отслеживании результатов работы. Для этого используются следующие методы:

- педагогическое наблюдение (осуществляется на каждом занятии);
- педагогический анализ;
- педагогический мониторинг (оформление видео- и фото отчетов, личное портфолио).

Данные методы отслеживания результативности используются как средство начальной, текущей, промежуточной и итоговой диагностики.

## **2.5. Методические рекомендации**

Эффективность обучения по программе связана с построением каждого модуля и с умением методически правильно создавать учебные комбинации. Каждое занятие имеет свои задачи и определенный порядок следования одного движения за другим.

Большое значение имеет умение педагога сочинять комбинацию, она должна быть не только полезной в учебном плане, но и развивать артистическую натуру обучающихся, способствовать развитию профессиональной памяти.

Достичь хорошего качества выполнения движений занятия можно только при сознательной работе. Обучающиеся должны четко знать, как исполнять движения, уметь анализировать ошибки при исполнении. Вдумчивая методическая работа педагога должна помочь обучающимся найти свою индивидуальность, повысить свою исполнительскую и общую культуру.

Формы занятий:

Формы организации учебной деятельности: учебные и практические занятия. Практические занятия проходят в группах.

Основные формы занятий: тематические, комбинированные, репетиционные занятия, концерты, соревновательные и игровые занятия, экскурсии, конкурсы, путешествия, лекции, тематические программы, праздники, видео и мультимедиа занятия;

Основной формой учебного процесса в танцевальном коллективе остаются занятия: репетиционные, коллективные занятия, на которых учащиеся практически осваивают и закрепляют необходимые знания и навыки, а также индивидуальное общение педагога и учащихся коллектива.

Процесс обучения в хореографическом коллективе основывается на общепедагогических принципах дидактики: – активности; – единства теории и практики; – наглядности; – доступности; – систематичности; 11 – прочности усвоения знаний.

Методы обучения, применяемые в ходе образовательного процесса:

- метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решений;

- метод словесного обучения: рассказ, объяснение, беседа, дискуссия о правильности выполнения упражнения, движения, постановки рук корпуса. С его помощью описывается техника движений, связанная с музыкой, дается терминология, историческая справка и др.;

- наглядные методы обучения: демонстрация видеофильмов, видеороликов с танцевальной тематикой (концерты различных коллективов, курсы растяжек, художественные танцевальные фильмы), показ танцевальных движений, наблюдение за выполнением преподавателем танцевального движения и др.;

- практические методы обучения: упражнения на дыхание, сюжетно-ролевые игры, работа с аудио- и видеоматериалами, исполнение танцев и др;

- метод активного слушания музыки для проживания образных представлений и превращения их в двигательные упражнения.

В процессе обучения хореографии применяются специфические приемы обучения:

- повтор на принципах подражания;
- сравнение;
- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование;
- исправление ошибок и закрепление материала;
- совершенствование разученного танцевального материала и проверка знаний;
- объяснения, комментарии, указания в процессе разучивания и исполнения;
- индивидуальный и фронтальный опрос;
- обращение к образу;
- разучивание танцевальной лексики в умеренном (более медленном) темпе.
- смена видов деятельности;
- обобщение.

Основные принципы программы «Гармония и сила»:

1. Взаимодействие средств, активизирующих интеллектуальное и эмоциональное развитие обучающегося, положительный эмоциональный настрой в обучении, побуждающий к активной интеллектуальной деятельности, развитию тем самым образного мышления, воображения, внимания и т.д.

2. Доступность в обучении, т.е. преподавание ведется с постепенным усложнением материала (от простого к сложному), а также движение от частного к общему.

3. Наглядность обучения — разъяснение, показ осваиваемого материала.

4. Индивидуальный подход — учет индивидуальных особенностей, проявление лучших сторон характера, способностей, интересов обучающегося.

Сегодня бальный танец находится на пике популярности. Этому способствуют зрелищность и красота танцев, популяризация его через средства массовой информации (телевидение, Интернет). Огромный интерес вызывает спортивная направленность данного вида искусства. Бальный (спортивный) танец даёт возможность человеку реализовать свои спортивные мечты: выступать на турнирах, занимать призовые места и становиться

чемпионом. Занятия бальными танцами являются эффективным средством физического, умственного развития и эстетического воспитания учащихся.

## **2.6. Список литературы**

### **2.6.1. Основная литература:**

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. Л. Москва 1964
2. Барышникова Т.К. Азбука хореографии.- Москва.- Айрис-Пресс.- 1999
3. Богданов Г.Ф. Хореографическое образование.- М.- 2001
4. Богомоллова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
5. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
6. Буренина А.И.. Ритмическая мозаика, программа по ритмопластике, С-Петербург 2000
7. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
8. Карп П.О. О балете.- М.- 1967
9. Климов А.А. Русский народный танец.- М.- 2002
10. Климов А.А. Особенности русского народного танца.- М.- 2002
11. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца.- Санкт-Петербург.- Искусство.- 2001
12. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца.- М.- 1981
13. Руднева С.Д., Музыкальное движение Москва 1975
14. Сердюков В.П.. Программа по классическому танцу. Для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств.- М.- 1987
15. Танцы и ритмика в начальной школе/ методическое пособие.- Москва.- 1995
16. Ткаченко Т.Т. Народный танец.- Москва.- 2002
17. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы.- М., 1996
18. Федорова Г.П. Танцы для развития детей.- М.- 2000

### **2.6.2. Литература для учащихся**

1. Богомоллова Л.В. Основы танцевальной культуры/ программа экспериментального курса.- Москва.- Новая школа.- 1993
2. Боттомер П. Урок танца.- Москва.- Эксмо-Пресс.- 2003
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца. С.- Петербург. Москва. Краснодар.- 2003
4. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца «Труд», 2004
5. Руднева С.Д., Музыкальное движение Москва 1975
6. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы.- М., 1996

### **2.6.3. Электронные образовательные ресурсы.**

1. <http://www.balletmusic.ru> (балетная и музыкальная музыка)
2. <http://www.taranenkomusic.narod.ru> (персональный творческий сайт Сергея Тараненко с музыкой для урока хореографии на CD. В лёгкой красочной оркестровке.

3. <http://www.revskaya.ru> (Сайт Нины Ревской для балетных концертмейстеров, хореографов и балетмейстеров.)
4. <http://www.josuonline.com> (CD для танца и балетного класса)
5. <http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров)
6. <http://www.ballet.classical.ru/> (Маленькая балетная энциклопедия)
7. <http://www.russianballet.ru/rus/info.htm> (Все о журнале «Балет»)
8. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> (сборники по хореографии и танцам)
9. <http://e-libra.ru/read/196288-istoriya-russkoj-baleriny.html> (История русской балерины)
10. Подслушано у учителей [https://vk.com/secrets\\_of\\_teachers](https://vk.com/secrets_of_teachers)

Приложение №1

**Воспитательная деятельность МАУ ДО МЭЦ**

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, **целями** развития дополнительного образования детей являются создание условий для самореализации и развития талантов детей, а также воспитание высоконравственной, гармонично развитой и социально ответственной личности. Для достижения целей развития дополнительного образования детей необходимо решение множества задач, в том числе организация воспитательной деятельности на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества и государства, а также формирование у детей и молодежи общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности.

Общие задачи и принципы воспитания представлены в Федеральном законе от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания учащихся», где воспитание определяется как «деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации учащихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у учащихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде».

**Задачи воспитательной деятельности:**

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- организация инновационной работы в области воспитания и дополнительного образования;
- организационно-правовые меры по развитию воспитания и дополнительного образования детей;
- расширение возможности для использования в образовательном и воспитательном процессе культурного и природного наследия народов России.
- вовлечение учащихся в программы и мероприятия ранней профориентации, обеспечивающие ознакомление с современными профессиями и профессиями будущего, поддержку профессионального самоопределения;
- развитие и поддержка института наставничества: обеспечение взаимодействия с наставниками из научных организаций, образовательных организаций высшего образования, профессиональных образовательных организаций для вовлечения детей в научную деятельность;

- реализация современных образовательных моделей, обеспечивающих применение обучающимися полученных знаний и навыков в практической деятельности (хакатоны, волонтерство, социальные проекты, дискуссионные и проектно-исследовательские клубы и др.);
- обеспечение развития личности и её социально-психологической поддержки, формирование личностных качеств, необходимых для жизни;
- воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни;
- развитие воспитательного потенциала семьи;
- поддержка социальных инициатив и достижений учащихся.

### **Приоритетные направления в организации воспитательной работы**

| <b>Направления</b>                   | <b>Содержание работы</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Воспитание в детском объединении     | Работа с коллективом и индивидуальная работа с учащимися: <ul style="list-style-type: none"> <li>- инициирование и поддержка участия в ключевых делах ОУ познавательной, духовно-нравственной, творческой, профориентационной направленности;</li> <li>- поддержка активной позиции, создание благоприятной среды для общения;</li> <li>- сплочение коллектива через командообразование, освоение норм и правил общения;</li> <li>- коррекция поведения учащегося через беседы с ним и другими участниками группы;</li> <li>- поддержка инициатив и достижений;</li> <li>- раскрытие творческого потенциала учащихся;</li> <li>- организация рабочего времени и планирование досуга;</li> <li>- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.</li> </ul> |
| Ключевые образовательные мероприятия | Деятельность объединения направлена на формирование социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества и государства, формирование общероссийской гражданской идентичности, патриотизма, гражданской ответственности: <ul style="list-style-type: none"> <li>- участие в социальных проектах и акциях, дискуссионных площадках, досуговая деятельность;</li> <li>- участие в конкурсах, фестивалях, творческих школах, хакатонах, социальных проектах и пр.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Взаимодействие с родителями          | Согласование позиций семьи и учреждения по вопросам эффективного достижений целей воспитания: <ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальное консультирование;</li> <li>- общие родительские собрания;</li> <li>- педагогическое просвещение родителей по вопросам воспитания детей;</li> <li>- взаимодействие с родителями посредством сайта учреждения, сообщества в социальной сети.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Профессиональное самоопределение     | Система профориентационной работы включает в себя: <ul style="list-style-type: none"> <li>- профессиональное просвещение;</li> <li>- профессиональные консультации;</li> <li>- профессиональное воспитание;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |



|  |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- организация современных образовательных моделей в практической деятельности;</li> <li>- взаимодействие с наставниками;</li> <li>- формирование позитивного взгляда на трудовую деятельность.</li> </ul> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Название мероприятия                                          | Форма проведения            | Уровень мероприятия                                                     | Примечания     |
|-------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1.    | Мир вокруг меня                                               | Открытая дискуссия          | Объединение                                                             |                |
| 2.    | Школа безопасности                                            | Круглый стол                | Объединение                                                             |                |
| 3.    | Саморегуляция                                                 | Тренинг                     | Объединение                                                             |                |
| 4.    | Безопасность учащихся в сети Интернет                         | Лекция-беседа               | ОУ                                                                      |                |
| 5.    | Участие в конкурсах по направлению программы                  | Конкурс                     | ОУ; городской; муниципальный; региональный; федеральный; Международный. | В течении года |
| 6.    | Участие в творческих мероприятиях ОУ согласно плану работы ОУ | Концерт<br>Творческий показ | ОУ; городской.                                                          | В течении года |
| 7.    | «Отношения между родителями и детьми»                         | Беседа<br>Тренинг           | Объединение                                                             | В течении года |
| 8.    | «Поколение, которое победило в войне»                         | Творческое мероприятие      | ОУ                                                                      |                |
| 9.    | «У дорожных правил каникул нет»                               | Лекция-беседа               | Объединение                                                             |                |
| 10.   | «Творческая школа: я и мой наставник»                         | Круглый стол                | Объединение                                                             | В течении года |

Приложение 2

### ПРОТОКОЛ

результатов развития \_\_\_\_\_ навыков учащихся

отделение \_\_\_\_\_ 2022-2023 учебный год

Наименование программы \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_ Сроки проведения \_\_\_\_\_

Члены комиссии \_\_\_\_\_

| №п/п | Фамилия, имя учащегося | Итоговый балл | Решения членов комиссии |
|------|------------------------|---------------|-------------------------|
|      |                        |               |                         |
|      |                        |               |                         |
|      |                        |               |                         |

## ОЦЕНОЧНЫЙ ЛИСТ

| результатов развития _____ |                       | навыков учащихся _____ |                      |
|----------------------------|-----------------------|------------------------|----------------------|
| Отделение _____            | 2022-2023 учебный год | Сроки проведения _____ | Члены комиссии _____ |
| Педагог _____              |                       |                        |                      |

[illegible]

**Диагностическая карта учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе \_\_\_\_\_**  
**ФИО педагога \_\_\_\_\_ Сроки проведения \_\_\_\_\_**

|   |            |                                                                                              |                                    |                                                          |                   |                                   |                                   |                                                |                                         |                                                               |                                                         |              |         |
|---|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|---------|
|   |            | Диагностическая карта учета результатов обучения по дополнительной образовательной программе |                                    |                                                          |                   |                                   |                                   |                                                |                                         |                                                               |                                                         |              |         |
|   | Программа  | Теоретическая подготовка:                                                                    |                                    | Практическая подготовка:                                 |                   | Учебно-коммуникативные умения:    |                                   |                                                | Учебно-организационные умения и навыки: |                                                               |                                                         |              |         |
| № | Ф.И. уч-ся | Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы               | Владение специальной терминологией | Практические умения и навыки, предусмотренные программой | Творческие навыки | Умение слушать и слышать педагога | Умение выступать перед аудиторией | Умение вести полемику, участвовать в дискуссии | Умение организовать домашние занятия    | Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности | Рациональное распределение времени, планирование работы | Всего баллов | уровень |
|   |            |                                                                                              |                                    |                                                          |                   |                                   |                                   |                                                |                                         |                                                               |                                                         |              |         |
|   |            |                                                                                              |                                    |                                                          |                   |                                   |                                   |                                                |                                         |                                                               |                                                         |              |         |
|   |            |                                                                                              |                                    |                                                          |                   |                                   |                                   |                                                |                                         |                                                               |                                                         |              |         |

Количество набранных баллов соответствует уровню:

80-64 высокий уровень

56-40 средний уровень

39-0 низкий уровень

**Диагностическая карта личностного развития обучающихся  
в процессе усвоения ими дополнительной образовательной программы \_\_\_\_\_**

**ФИО педагога \_\_\_\_\_ сроки проведения \_\_\_\_\_**

|   |            |         |                                                                                                                         |      |              |                         |                    |                                                                                                   |                                                                          |              |         |  |
|---|------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------|-------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|--|
|   |            |         | Диагностическая карта личностного развития обучающихся в процессе усвоения ими дополнительной образовательной программы |      |              |                         |                    |                                                                                                   |                                                                          |              |         |  |
|   | Программа  |         | Организационно-волевые качества:                                                                                        |      |              | Ориентационные качества |                    | Поведенческие качества:                                                                           |                                                                          |              |         |  |
| № | Ф.И. уч-ся | возраст | Терпение                                                                                                                | Воля | Самоконтроль | Самооценка              | Интерес к занятиям | Конфликтность (отношение воспитанника к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия) | Тип сотрудничества (отношение ребенка к общим делам детского коллектива) | Всего баллов | уровень |  |
|   |            |         |                                                                                                                         |      |              |                         |                    |                                                                                                   |                                                                          |              |         |  |
|   |            |         |                                                                                                                         |      |              |                         |                    |                                                                                                   |                                                                          |              |         |  |
|   |            |         |                                                                                                                         |      |              |                         |                    |                                                                                                   |                                                                          |              |         |  |

Количество набранных баллов соответствует уровню:

70-56 высокий уровень

55-35 средний уровень

34-0 низкий уровень

**Диагностическая карта учета результатов обучения по дополнительным образовательным программам**

**Наименование отделения \_\_\_\_\_ сроки проведения \_\_\_\_\_**

| № | Программа                             | Возраст обучающихся | Всего детей | Из них высокий уровень | Из них средний уровень | Из них низкий уровень | Методические рекомендации |
|---|---------------------------------------|---------------------|-------------|------------------------|------------------------|-----------------------|---------------------------|
|   |                                       |                     |             |                        |                        |                       |                           |
|   |                                       |                     |             |                        |                        |                       |                           |
|   | Итого по всем программам на отделении |                     |             |                        |                        |                       |                           |

**Диагностическая карта личностного развития обучающихся**

**в процессе усвоения ими дополнительной образовательной программы \_\_\_\_\_**

**Сроки проведения \_\_\_\_\_**

| № | Программа                             | Возраст обучающихся | Всего детей | Из них высокий уровень | Из них средний уровень | Из них низкий уровень | Методические рекомендации |
|---|---------------------------------------|---------------------|-------------|------------------------|------------------------|-----------------------|---------------------------|
|   |                                       |                     |             |                        |                        |                       |                           |
|   |                                       |                     |             |                        |                        |                       |                           |
|   |                                       |                     |             |                        |                        |                       |                           |
|   | Итого по всем программам на отделении |                     |             |                        |                        |                       |                           |

Руководитель объединения (отделения, коллектива) \_\_\_\_\_

Методист \_\_\_\_\_

### АНКЕТА

#### на выявление ценностных ориентаций и представлений учащихся

- ✓ Сфера познавательных интересов и хобби \_\_\_\_\_
- ✓ Мои предпочтения \_\_\_\_\_
- ✓ Источники получения информации \_\_\_\_\_
- ✓ К кому я обращаюсь в решении сложных жизненных вопросов \_\_\_\_\_
- ✓ Качества, которыми я хотел бы обладать \_\_\_\_\_
- ✓ С чем или с кем я связываю свой успех в жизни \_\_\_\_\_
- ✓ Отношение к самостоятельному заработку \_\_\_\_\_
- ✓ Быть патриотом – это \_\_\_\_\_
- ✓ Природосбережение: забочусь ли я об экологии? Если «да», то каким образом? \_\_\_\_\_
- ✓ Уровень доверия в моей семье: обсуждаю ли я свое будущее, проблемы и переживания? Если да, то с кем? \_\_\_\_\_
- ✓ Самый близкий человек для меня \_\_\_\_\_

**Спасибо за ответы!**

### АНКЕТА

#### по изучению профессиональной направленности

- ✓ Какая профессия тебя больше всего привлекает, почему?
- ✓ Какую профессию тебе советуют избрать родители?
- ✓ Видел ли ты продукцию труда избранной профессии?
- ✓ Знаком ли ты с людьми, которые овладели этой профессией, с кем именно?
- ✓ Что ты предпримешь для того, чтобы освоить эту профессию?
- ✓ Если у тебя недостаточно информации по профессии, которая тебе нравится, то что бы ты хотел о ней узнать?
  - ✓ Что, по Вашему мнению, Вы сможете дать обществу, выбирая эту профессию?

**Спасибо за ответы!**