

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ»
ИЗОБИЛЬНЕНСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

принята на заседании педсовета
протокол № 6 от «16» 06 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКУДО «ЦВР» ИМР СК
И.П. Боровская
приказ № 53 «16» 06 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ДАНС»**

Художественной направленности
возраст обучающихся - 6 – 18 лет
срок реализации программы - 1 год
уровень освоения программы - разноуровневая

Составила:
Ходницкая Дарья Александровна
педагог дополнительного образования

г. Изобильный, Ставропольский край
год разработки программы 2022

Пояснительная записка

В настоящее время бальный танец завоевывает всё более широкую популярность в России и во всём мире. Это объясняется высокой культурой и красотой его исполнения, зрелищностью и безграничными возможностями. Человек, увлекающийся бальными танцами в течение всей жизни, может хорошо владеть телом, укреплять нервную и дыхательную системы, поддерживать мышечный тонус, наслаждаясь при этом прекрасной музыкой.

Бальный танец исполняется в паре. Отсюда вся сложность и прелесть ролевого взаимоотношения «кавалера» и «дамы». Дети, танцуя в парах, учатся помогать друг другу, прислушиваться к мнению партнёра, находить совместные решения, улаживать неизбежные разногласия и даже конфликты мирным путём, овладевают культурой общения.

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.

Программа соответствует требованиям нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. от 08.12.2020 г.).
2. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. Департамент государственной политики в сфере воспитания, дополнительного образования и детского отдыха Министерства просвещения России от 30.09.2020 г.
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196).
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242.
5. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28).
6. Устава МБУДО «ЦВР» ИГОСК.

Направленность программы – художественная.

Актуальность программы определяется запросом детей и их родителей на программы художественного развития ребенка. Сегодня бальный танец находится на пике популярности. Этому способствуют зрелищность и красота танцев, популяризация его через средства массовой информации (телевидение, Интернет). Бальный танец даёт возможность человеку

реализовать свои мечты: выступать на турнирах, занимать призовые места и становиться чемпионом.

Занятия балльными танцами являются эффективным средством физического, умственного развития и эстетического воспитания детей.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия балльными танцами способствуют укреплению здоровья, снижению гиподинамии, развитию координации, произвольности, эмоциональности, воспитывают настойчивость, силу воли, коллективизм и художественный вкус.

Программа строится на практическом освоении и теоретическом изучении основ балльных танцев, их технологии и эстетических функций.

Отличительная особенность. Программа направлена на подготовку и комплектацию танцевальных пар, обучение технике балльного танца, включение элементов балльного танца, движений и вариаций в различных сочетаниях, обучение основам этикета, эстетике и сценическому движению.

Балльные танцы сочетают в себе большое разнообразие движений, высокую динамику, сложное построение позиций и фигур, четкое взаимодействие партнеров в паре, поэтому спортивно – техническая подготовка (ОФП и СФП) является одной из основ программы обучения танцоров всех возрастных групп.

Подготовка учащихся ведется в следующих направлениях:

- общая и специальная физическая подготовка, освоение простейших технических действий;
- общая хореографическая подготовка средствами балльной хореографии и современного танца;
- развитие ритмической координации;
- техническая подготовка, построенная на основных принципах танцевальных передвижений в различных танцах, диско-танцах и подводящих элементах.

Цель программы - обучение основам латиноамериканской и европейской танцевальные программы, научить учащихся технически правильно и эмоционально их исполнять с учётом индивидуальных особенностей учащихся.

Для реализации поставленной цели решаются следующие задачи:

Образовательные задачи:

- обучение движению в ритме и темпе, заданном музыкой;
- научить сознательно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации;
- научить различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой;
- научить определенным приемам, связкам движений, выработать в ребёнке способность самостоятельно видоизменять, группировать фигуры составлять свои вариации;
- организовать двигательный режим учащихся, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях;
- организовать постановочную и концертную деятельность коллектива.

Воспитательные задачи:

- создавать дружественную среду, условия для общения;
- прививать учащимся культуру общения между собой в паре, в танце, с окружающими;
- воспитывать доброжелательность, чуткость и внимательное отношение друг к другу;
- воспитывать аккуратность и самостоятельность.

Развивающие задачи:

- развивать у детей способность к самостоятельной и коллективной работе;
- развивать мотивацию на творческую, художественно-эстетическую и культурную деятельность;
- развивать музыкальный слух и ритм, пластику и грацию в движениях, а также эстетический вкус.

Условия реализации программы. Набор детей в группы для обучения осуществляется по желанию ребенка. Принимаются учащиеся в возрасте от 6 до 18 лет. Педагог определяет физические данные детей, пластичность, чувство ритма. Принимаются физически здоровые дети, имеющие допуск врача. Программа рассчитана на один год обучения. Программа является модифицированной. Программа «Данс» предусматривает два уровня освоения: **начальный, базовый**. Занятия для начального уровня проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, всего 216 часов, для базового уровня – 3 раза в неделю по 2 часа, всего – 216 часов.

Режим организации занятий. Продолжительность занятия 40 минут с 10 минутным перерывом.

Формы занятий классифицируются по признакам:

1. По педагогическим задачам:
 - теоретическое занятие;
 - обучающее занятие;
 - тренировочное занятие;
 - контрольное занятие;
 - ударное занятие;
 - восстановительное занятие;
2. По величинам нагрузки:
 - ударное занятие;
 - среднее (оптимальное) занятие;
 - умеренное занятие;
 - разгрузочное занятие;
3. По организации проведения:
 - индивидуальное занятие;
 - фронтальное занятие;
 - групповое занятие;
 - самостоятельное занятие.

Занятия подразделяются на теоретические, практические и комбинированные занятия.

Форма обучения очная

Кадровое обеспечение: реализацию данной программы осуществляет педагог дополнительного образования МБУДО «ЦВР» ИГОСК Ходницкая Дарья Александровна, стаж работы 3 года.

Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год

Уровень обучения	№ группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель в год	Кол-во учебных дней в год	Кол-во учебных часов нед./год.	Режим занятий
начальный	1	02.09.22	31.05.23	36	108	6/216	3 раза в неделю по 2 часа
базовый	2	02.09.22	31.05.23	36	108	6/216	3 раза в неделю по 2 часа

Ожидаемые результаты

Личностные результаты:

- формирование социальной роли учащихся;
- формирование положительного отношения к учению учащихся, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Метапредметные результаты:

- учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения по образцу;
- развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене

Предметные результаты:

- изучение разноплановых танцев: образных, бальных, танцев в современных ритмах и массовых композиций, которые могут стать основой репертуара для сценической практики.

учащиеся должны знать:

- названия классических движений нового экзерсиса;
- названия движений бального танца «Венский вальс»; «Ча-ча-ча»;
- значение слов «легато», «стокато», ритм, акцент, темп;
- классические термины;
- жанры музыкальных произведений.

уметь:

- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
- четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения;
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
- контролировать и координировать своё тело;
- сопереживать и чувствовать музыку.

Ожидаемый результат начального освоения:

По окончанию курса программы учащиеся *должны знать*:

- основы общей и специальной физической подготовки;
- приемы музыкально – двигательной подготовки;
- основы музыкальной грамоты;
- приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля выполнения фигур танца;
- основы этикета;
- простейшие элементы, упражнения, фигуры, танцы;
- технику построения основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах.

уметь:

- исполнять простейшие элементы, упражнения, фигуры, танцы;
- исполнять подготовительные подводящие, простейшие базовые фигуры и движения.

Учебно-тематический план (начальный уровень)

№ п/п	Т е м ы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная аттестация.	2	2		собеседование
2.	Введение в программу	2	2		собеседование
3.	СФП	8	2	6	Выполнение заданий
4.	ОФП	18	2	16	Выполнение заданий
5.	Музыкально-ритмическая подготовка	8	2	6	Выполнение заданий
6.	Структура танца	6	2	4	Выполнение заданий
7.	Основы стандартных танцев	8	2	6	Выполнение заданий
8.	Текущая аттестация	2		2	Открытый урок
9.	Техника квикстепа	26	6	20	Контрольный урок
10.	Техника медленного вальса	40	8	32	Контрольный урок
11.	Основы латино-американских танцев	14	4	10	Выполнение заданий
12.	Техника самбы	34	6	28	Выполнение заданий
13.	Техника ча-ча-ча	16	4	12	Контрольный урок
14.	Техника джайва	22	4	18	Контрольный урок
15.	Восстановительные мероприятия	8	2	6	Выполнение заданий
16.	Итоговая аттестация	2		2	Открытый урок
17.	Участие в конкурсах, турнирах				В течение года
	Итого:	216	48	168	

Содержание

Тема 1. Вводное занятие. Правила поведения и техники безопасности. Знакомство с детьми. Входная аттестация.

Тема 2. Введение в программу. Особенности занятий, его задачи.

Тема 3. Специальная физическая подготовка. СФП – служит для воспитания и поддержания физических качеств, специальной выносливости, быстроты, гибкости, силы и координации движения; основные средства СФП - упражнения, близкие к технике танца, базовым структурам движений.

Практика:

- взаимодействие в паре;
- подводящие движения и фазы движений;
- упражнения на «синхронность» при исполнении ЕТД (единых технических действий).

Тема 4. ОФП (общая физическая подготовка):

- направления и средства ОФП;
- кроссы;
- бег;
- прыжки на скалке;
- упражнения с отягощениями;
- резиновый жгут;
- отжимания и подтягивания.

Тема 5. Музыкально-ритмическая подготовка: структура музыкального произведения; эстетика и сценическое движение.

Практика:

- особенности исполнения парного танца;
- элементы классики;
- усложнения комплекса ритмических упражнений;
- развитие танцевальной координации движений.

Тема 6. Структура танца. Фигуры - технические элементы внутри двух тактов.

Практика:

- исполнение вариаций (фигур внутри двух фраз);
- исполнение композиций (вариаций внутри предложения), техническая подготовка.

Тема 7. Основы стандартных танцев: правильная осанка; стойка и линии тела; собранный внешний вид; элегантность, организованное, логическое, грациозное движение. Технические элементы; фазы движений.

Практика: исполнение технических элементов и фаз движений стандартных танцев.

Тема 8. Текущая аттестация. Открытый урок.

Тема 9. Техника квикстена. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Шаги шассе. Четвертной поворот. Прогрессивное шассе для дамы и партнера. Индивидуально, в подготовительной поддержке, основной позиции.

Практика:

- натуральный поворот;
- колебательная перемена;
- шассе вправо;
- локк назад;
- бегущее окончание;
- четвертной поворот;
- типпль-шассе вправо;
- двойной локк;
- четвертные повороты;
- кросс-шассе.

Тема 10. Техника медленного вальса. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. «Качели», перемены с ПН и ЛН, перемены с поворотом на четверть с ПН и ЛН. Продвижение по ЛТ, индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой позиции. Натуральный поворот, обратный поворот, виск, шассе.

Практика:

- натуральный поворот;
- закрытая перемена;
- обратный поворот;
- закрытая перемена;
- 1-2-3 натурального поворота;
- колебательная перемена;
- шассе вправо;
- внешняя перемена;
- открытая перемена;
- виск;
- прогрессивное шассе;
- обратный поворот;
- виск и шассе;
- натуральный спин;
- поворот;
- поворотный локк.

Тема 11. Основы латиноамериканских танцев: очередность шага; ритм, длительность; позиция ступни; работа ступни. Технический элемент.

Практика:

- степень поворота;
- построение элементов;
- положение в паре;
- предшествующие фигуры;
- последующие фигуры.

Тема 12. Техника самбы. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Основной ход, виск вправо, виск влево, наружный основной ход, променадный ход, боковой ход для дамы и партнера. Продвижение по ЛТ.

Индивидуально, в подготовительной поддержке, в закрытой лицевой позиции, в променадной позиции.

Практика:

- самба ход;
- виски;
- внешняя перемена;
- самба ход в ПП;
- вольта соло;
- спот поворот;
- самба ход;
- виски;
- наружный основной ход;
- самба ход в ПП;
- корта джака;
- бото фого;
- обратный поворот;
- теневые бото фого.

Тема 13. Техника ча-ча-ча. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Основной ход. Ча-ча-ча-шассе, чек, ход назад, чек с поворотом ВП и ВЛ (нью-йорк), рука-в-руке, спот-поворот. Индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой лицевой позиции.

Практика:

- чек;
- спот-поворот;
- открытый хип твист;
- фэн;
- клюшка;
- алемана.

Тема 14. Техника джайва. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Джайв-шассе, линк-рок, линк-рок и линк, стой-и-иди, американский спин. Индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой поддержке.

Практика:

- линк-рок и линк;
- фолловэй рок;
- поворот вправо;
- фолловэй – троуэвэй;
- смена мест слева направо;
- американский спин;
- кики
- смена рук за спиной;
- кик-бул-ченч.

Тема 15. Восстановительные мероприятия. Создание четкого ритма

тренировочного процесса, упражнения для активного отдыха, упражнения для позвоночника и стоп.

Тема 16. Итоговая аттестация. Участие в концертах, соревнованиях, конкурсах.

Ожидаемый результат базового освоения:

По окончании курса программы учащиеся **должны знать:**

- средние показатели тренировочных нагрузок;
- базовые элементы средней и высшей группы трудности;
- фундаментальные фигуры танцев;
- структуру танцев;
- элементы хореографических форм в простейших соединениях;
- основы начальной теоретической и тактической подготовки;
- средства музыкальной выразительности.

уметь:

- строить композиции танцев из фигур;
- мыслить композиционно;
- разделять фигуры на единичные технические действия (ЕТД);
- понимать музыку, согласовывать свои движения с музыкой;
- владеть паркетом.

По окончании курса программы «ДС класс» учащиеся **должны знать:**

- элементы танцевальных форм в сложных соединениях;
- правила развития сложных и перспективных элементов и соединений;
- тренировочные и конкурсные композиции;
- правила перемещения на танцевальной площадке;
- правила спортивного костюма;
- критерии судейства.

уметь:

- четко исполнять фигуры;
- ориентироваться в пространстве, на танцевальной площадке;
- использовать бальную хореографию в композициях;
- применять специальные физические упражнения для совершенствования базовой техники танцев;
- выполнять сложные элементы и соединения;
- «держат» психологические нагрузки;
- строить отношения в паре, группе, с тренером–преподавателем.

Учебно-тематический план (базовый уровень)

№ п/п	Т е м ы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Входная аттестация.	2	2		собеседование
2.	Введение в программу	2	2		собеседование
3.	СФП	8	2	6	Выполнение заданий
4.	ОФП	18	2	16	Выполнение заданий
5.	Музыкально-ритмическая подготовка	8	2	6	Выполнение заданий
6.	Структура танца	6	2	4	Выполнение заданий
7.	Основы стандартных танцев	8	2	6	Выполнение заданий
8.	Текущая аттестация	2		2	открытый урок
9.	Техника квикстепа	26	6	20	Контрольный урок
10.	Техника медленного вальса	40	8	32	Контрольный урок
11.	Основы латино-американских танцев	14	4	10	Выполнение заданий
12.	Техника самбы	34	6	28	Контрольный урок
13.	Техника ча-ча-ча	16	4	12	Контрольный урок
14.	Техника джайва	22	4	18	Контрольный урок
15.	Восстановительные мероприятия	8	2	6	Выполнение заданий
16.	Итоговая аттестация			2	открытый урок
17.	Участие в конкурсах, турнирах				В течение года
	Итого:	216	48	168	

Тема 1. Вводное занятие. Правила поведения и техники безопасности. Знакомство с детьми. Входная аттестация.

Тема 2. Введение в программу. Особенности занятий, его задачи.

Тема 3. Специальная физическая подготовка. СФП – служит для воспитания и поддержания физических качеств, специальной выносливости, быстроты, гибкости, силы и координации движения; основные средства СФП - упражнения, близкие к технике танца, базовым структурам движений.

Практика:

- взаимодействие в паре;
- подводящие движения и фазы движений;
- упражнения на «синхронность» при исполнении ЕТД (единых технических действий).

Тема 4. ОФП (общая физическая подготовка):

- направления и средства ОФП;
- кроссы;
- бег;
- прыжки на скалке;
- упражнения с отягощениями;
- резиновый жгут;
- отжимания и подтягивания.

Тема 5. Музыкально- ритмическая подготовка: структура музыкального произведения; эстетика и сценическое движение.

Практика:

- особенности исполнения парного танца;
- элементы классики;
- усложнения комплекса ритмических упражнений;
- развитие танцевальной координации движений.

Тема 6. Структура танца. Фигуры - технические элементы внутри двух тактов.

Практика:

- исполнение вариаций (фигур внутри двух фраз);
- исполнение композиций (вариаций внутри предложения), техническая подготовка.

Тема 7. Основы стандартных танцев: правильная осанка; стойка и линии тела; собранный внешний вид; элегантность, организованное, логическое, грациозное движение. Технические элементы; фазы движений.

Практика: исполнение технических элементов и фаз движений стандартных танцев.

Тема 8. Текущая аттестация. Открытый урок.

Тема 9. Техника квикстена. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Шаги шассе. Четвертной поворот. Прогрессивное шассе для дамы и партнера. Индивидуально, в подготовительной поддержке, основной позиции.

Практика:

- натуральный поворот;
- колебательная перемена;
- шассе вправо;
- локк назад;
- бегущее окончание;
- четвертной поворот;
- типпль-шассе вправо;
- двойной локк;
- четвертные повороты;
- кросс-шассе.

Тема 10. Техника медленного вальса. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. «Качели», перемены с ПН и ЛН, перемены с поворотом на четверть с ПН и ЛН. Продвижение по ЛТ, индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой позиции. Натуральный поворот, обратный поворот, виск, шассе.

Практика:

- натуральный поворот;
- закрытая перемена;
- обратный поворот;
- закрытая перемена;
- 1-2-3 натурального поворота;

- колебательная переменная;
- шассе вправо;
- внешняя переменная;
- открытая переменная;
- виск;
- прогрессивное шассе;
- обратный поворот;
- виск и шассе;
- натуральный спин;
- поворот;
- поворотный локк.

Тема 11. Основы латиноамериканских танцев: очередность шага; ритм, длительность; позиция ступни; работа ступни. Технический элемент.

Практика:

- степень поворота;
- построение элементов;
- положение в паре;
- предшествующие фигуры;
- последующие фигуры.

Тема 12. Техника самбы. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Основной ход, виск вправо, виск влево, наружный основной ход, променадный ход, боковой ход для дамы и партнера. Продвижение по ЛТ. Индивидуально, в подготовительной поддержке, в закрытой лицевой позиции, в променадной позиции.

Практика:

- самба ход;
- виски;
- внешняя переменная;
- самба ход в ПП;
- вольта соло;
- спот поворот;
- самба ход;
- виски;
- наружный основной ход;
- самба ход в ПП;
- корта джака;
- бото фого;
- обратный поворот;
- теневые бото фого.

Тема 13. Техника ча-ча-ча. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Основной ход. Ча-ча-ча-шассе, чек, ход назад, чек с поворотом ВП и ВЛ (ню-йорк), рука-в-руке, спот-поворот. Индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой лицевой позиции.

Практика:

- чек;
- спот-поворот;
- открытый хип твист;
- фэн;
- клюшка;
- алемана.

Тема 14. Техника джайва. Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Джайв-шассе, линк-рок, линк-рок и линк, стой-и-иди, американский спин. Индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой поддержке.

Практика:

- линк-рок и линк;
- фолловэй рок;
- поворот вправо;
- фолловэй – троуэвэй;
- смена мест слева направо;
- американский спин;
- кики
- смена рук за спиной;
- кик-бул-ченч.

Тема 15. Восстановительные мероприятия. Создание четкого ритма тренировочного процесса, упражнения для активного отдыха, упражнения для позвоночника и стоп.

Тема 16. Итоговая аттестация. Открытый урок.

Контроль за результативностью учебного процесса

Тематическое планирование занятий в группах по бальным танцам предусматривает проведение *конкурсов, концертов, серии контрольных уроков.*

- окончание первого цикла (октябрь). Проведение занятия с повторением программы, изученной за цикл (16 занятий, 2 – 3 танца);
- второй цикл (февраль). Контроль осуществляется в форме участия в концерте, возможность участия в которых, широко предоставляются новогодними праздниками. На концерты планируются все возрастные группы и танцы всех имеющих в наличии танцевальных уровней детей;
- третий цикл (23 февраля и 8 марта);
- четвертый цикл (май) максимальное участие во всех проводимых мероприятиях во всех возможных форматах (парное исполнение, групповое, ротационное).

Отслеживание результатов образовательного уровня учащихся с целью анализа и дальнейшей корректировки программы проводится с помощью *мониторинга и диагностики.*

Виды контроля:

- *Входная аттестация (первичная диагностика)* проводится в начале учебного года (сентябрь) для определения уровня подготовки обучающихся. Форма проведения – собеседование;
- *текущая аттестация* определяет степень усвоения учебного материала в середине года - открытый урок;
- *итоговая аттестация* проводится в конце учебного года для определения степени усвоения знаний и умений, полученных в процессе освоения образовательной программы – открытый урок.

Протокол результатов аттестации учащихся

20__/20__ учебный год

Вид аттестации _____
(входная, текущая, итоговая)

Учебное объединение _____

Срок реализации программы _____

Номер группы _____ год обучения _____ количество учащихся в группе _____

Ф.И.О.педагога _____

Дата проведения аттестации _____

Форма проведения _____

Форма оценка результатов: уровень (высокий, средний, низкий)

Результат аттестации

№ п/п	Фамилия, имя уч-ся	Год обучения	Результат аттестации

Всего аттестовано _____ учащихся.

Из них по результатам аттестации:

высокий уровень _____ чел.,

средний уровень _____ чел.,

низкий уровень _____ чел.

Подпись педагога _____

Уровни освоения программы	результат
Высокий	Учащиеся не держат осанку, не попадают в ритм музыки, нет координации движений, невнимательность, отсутствует физическая выносливость.
Средний	Учащиеся исполняют движения под музыку, физически активные, хорошо справляются с ознакомлением новых композиций в танце. но не хватает хорошей осанки и ритмического попадания базовых фигур в такт музыки.
низкий	Учащиеся знают позиции стоп, исполняют движения под музыку, обладают высокой физической выносливостью, четко исполняют фигуры, владеют паркетом, выполняют сложные элементы

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое: Танцевальная паркетная площадка, аудио и видео техника, компьютер, различные носители информации.

Процесс обучения балльным танцам разделяется на обучение и тренировку, это непрерывный процесс.

Обучение – 1 этап начальной подготовки. Это овладение определенной системой знаний, период формирования практических умений и навыков. Основное содержание обучения – освоение технических элементов конкретного вида спортивной деятельности, простейших индивидуальных и групповых тактических действий.

Тренировка – это этап подготовки, направленный на закрепление и совершенствование полученных знаний, навыков и умений.

Основное содержание тренировки – совершенствование технических приемов, индивидуальных и командных тактических действий, развитие физических качеств, психических процессов и функций, воспитание моральных и волевых качеств.

Структура занятия

Занятие состоит из 3-х частей: подготовительной, основной, заключительной.

В подготовительной части решаются следующие задачи:

- организация обучающихся;
- ознакомление с задачами и содержанием занятия;
- подготовка организма к основной части занятия (разогревание двигательного аппарата).

Основные средства: общеразвивающие упражнения, элементы хореографии, равновесия, махи. Повороты, волны, упражнения на растягивание. Подбор упражнений предусматривает последовательное воздействие на голеностопные, коленные, тазобедренные суставы.

Основная часть направлена на совершенствование ранее разученных фигур, композиций, а также освоение новых, поэтому может носить комплексный характер.

Заключительная часть позволяет снизить нагрузку, снять утомление, повысить эмоциональный тонус или снять чрезмерное возбуждение, подвести итоги занятия и определить задачи следующего занятия.

Средства – разновидности ходьбы, упражнения на расслабление, музыка.

Содержание, методы проведения меняются в зависимости от типа занятия, возраста обучающихся.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса

возраст	Возрастные особенности	Методические особенности обучения и тренировки
6 - 8 лет	<p>Это возраст интенсивного роста и развития всех функций и систем организма детей. Высокая двигательная активность и значительное развитие двигательной функции позволяют считать этот возраст благоприятным для начала регулярных занятий спортом.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Позвоночный столб отличается большой гибкостью и неустойчивостью изгибов. 2.Суставно-связочный аппарат очень эластичен и недостаточно прочен. 3.Интенсивно развиваются мышечная система и центры регуляции движений; крупные мышцы развиваются быстрее мелких, тонус сгибателей преобладает над тонусом разгибателей, затруднены мелкие и точные движения. 4. Регуляторные механизмы сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной и нервной систем несовершенны. 5.Продолжительность активного внимания, сосредоточенности и умственной работоспособности невелика - до 15 мин. 6.Особенно велика роль подражательного и игрового рефлексов. 	<p>Необходимо большое внимание уделять формированию правильной осанки. Целесообразно целенаправленное, но осторожное развитие гибкости. При преобладании на занятиях крупных, размашистых движений необходимо небольшими дозами давать мелкие и точные движения. Значительное внимание уделять мышцам-разгибателям и развитию координации движений. Нагрузки должны быть небольшого объема, умеренной интенсивности и носить дробный характер. Занятия должны быть эмоциональными, многоплановыми, количество одноразовых указаний ограничено. Основными методами должны быть наглядный метод (с правильным показом) и игровой. Целесообразно применение предметов, пропорционально уменьшенных размеров.</p>

	7. Антропометрические размеры на 1/3 меньше взрослых.	
9 - 10 лет	<p>Развитие в младшем школьном возрасте идет относительно равномерно, постепенно должны повышаться тренировочные требования.</p> <p>Практически все сказанное о предыдущем возрасте имеет отношение и к этому.</p> <p>1. Происходят существенные изменения двигательной функции. По многим параметрам она достигает очень высокого уровня, поэтому создаются наиболее благоприятные предпосылки для обучения и развития физических качеств. Значительного развития достигает кора головного мозга.</p> <p>II сигнальная система, слово имеют все большее значение. Силовые и статические упражнения вызывают быстрое утомление; лучше воспринимаются кратковременные скоростно-силовые упражнения.</p>	<p>Необходимо эффективно использовать этот период для обучения новым, в том числе сложным движениям, также активизировать работу по развитию специальных физических качеств, особенно ловкости, гибкости, быстроты.</p> <p>Все большее значение в обучении должны приобретать словесные методы.</p> <p>В тренировке целесообразно соблюдать скоростно-силовой режим, статические нагрузки давать в ограниченном объеме.</p>
11-13 лет	<p>С физиологической точки зрения подростковый период, период полового созревания, характеризуется интенсивным ростом тела в высоту (до 10 сантиметров в год), повышением обмена веществ, резким повышением деятельности желез внутренней секреции, перестройкой практически всех органов и систем организма.</p> <p>1. Наблюдается ускоренный рост длины и массы тела, происходит формирование фигуры.</p> <p>2. Осуществляется перестройка в деятельности опорно-двигательного аппарата, временно ухудшается координация, возможно ухудшение других физических качеств.</p> <p>3. Неравномерность в развитии сердечно-сосудистой системы</p>	<p>Чтобы избежать чрезмерного повышения роста и веса тела, необходимо неуклонно, но осторожно повышать тренировочные нагрузки.</p> <p>Необходимо осваивать новые и сложные упражнения и повышать специальную физическую подготовку: осторожно и индивидуально дозировать нагрузку, заботиться о полноценном отдыхе и восстановлении, регулярно осуществлять врачебный контроль.</p> <p>Важной задачей воспитания является «воспитание тормозов», необходима спокойная обстановка, доброжелательность и понимание.</p>

	<p>приводит к повышению кровяного давления, нарушению сердечного ритма, быстрой утомляемости.</p> <p>4. В поведении отмечается преобладание возбуждения над торможением, реакции по силе и характеру часто неадекватны вызвавшим их раздражителям.</p>	
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Обучение двигательным действиям

- этап начального разучивания двигательного действия

Методика обучения

Из-за отсутствия отчетливых мышечно-двигательных ощущений ведущая роль принадлежит: методам зрительной и слуховой наглядности (демонстрация, зрительные ориентиры, объяснения), приемам и методам направленного изучения элементов и действий (фиксация положения тела, принудительное ограничение движений), методу разделенного конструктивного упражнения.

Регламентация обучения:

- ограниченный объем повторений;
- повторение только при наличии высокого КПД;
- раздельное исполнение сложных действий;
- пассивные интервалы, учитывающие психофизическое состояние обучающихся.

Трехступенчатая форма обучения движениям в специальной подготовке детей бальным танцам

1. Создание предварительного представления о разучиваемом движении.
2. Углубленное разучивание.
3. Совершенствование.

Основные методы и приемы:

1. Использование терминологически – точного наименования упражнения и действия.
2. Наглядный показ.
3. Объяснение.
4. Пробное исполнение.

Совершенствование – наиболее трудоемкий этап. Работа над выразительностью, артистичностью, технически правильному исполнению требует творческого и скрупулезного отношения к возникающим проблемам.

Для первичного исполнения из группы выделяется **лидер**, быстрее и лучше других увидевший и понявший упражнение, элемент или действие. Его действия отслеживают оппоненты, сравнивают с собственным пониманием процесса исполнения, определяют и высказывают замечания и ошибки. Последующее групповое исполнение сопровождается разъяснениями и исправлениями ошибок, поочередное направление внимания на разных учеников дает возможность педагогу контролировать процесс обучения обучающихся. Целесообразна организация самоподготовки в виде

следующей игры: обучающиеся ставятся в пары, пары делятся на группы. Одна пара танцует базовые элементы, другая контролирует качество ее исполнения по следующим критериям:

- музыкальность – основной ритм;
- стойка и линии тела;
- техника ног и работа ступни;
- наличие контакта (дополнительный косвенный критерий).

Элементы игры в процессе обучения обостряют наблюдательность и внимание, развивают аналитические способности, умение контролировать положение тела и действия в персональном пространстве. Из-за психофизических свойств и типов темперамента (холерик, флегматик и т.д.) освоение материала происходит натурально не одновременно. От педагога требуется умение быстро изменить методику (построить другой ассоциативный ряд, систему образов, символов, 2-3 – ходовых игр, использовать другие подводящие действия, изменить время и темп подачи информации).

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. –Л.: Искусство. 1980.
2. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. –М.: ФиС, 1981. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. –М.: ФиС, 1981.
3. Богословский В.П., Кудрявцев В.В., Уварова В.А. Методические рекомендации по организации занятий физической культурой и спортом в группах продленного дня. –М.,1979.
4. Бюллетень РГАФК «Спортивные танцы». 2000, №№ 8, 14, 15; 2001 №№ 2, 4, 6, 7; 2002 №№ 2, 3, 4; 2003 №№ 1, 2, 3; 2004 № 1.
5. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И.. Психология физического воспитания и спорта.-М.: «Академия», 2000.
6. Захаров Р. Методические указания к изучению английских терминов бального танца. –Л.: ВЦСПС, 1975
7. Захаров Р. Беседы о танце. –М.: Профиздат, 1963
8. Крутецкий В.А. Психология обучения и воспитания. –М., 1976.
9. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика. –М.: ФиС, 1982.
10. Масленникова В. Педагогика. –М.: Изд. ГЦОЛ ИФКА, 1975.
11. Матвеев Л.П.. Теория и методика физической культуры. –М., 1991.
12. Мур А. Бальные танцы. -М.; 2004.
13. Мур. А. Популярные вариации. /Перевод с англ. и ред. Попов О.Н. – Л.,1974.
14. Напреенко А.К., Петров А.К. Психическая саморегуляция. –Киев: Здоровье, 1995.
15. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте. –Л., 1977
16. Роттерс Т.Т. Музыкально – ритмическое воспитание. –М.: Просвещение, 1989.
17. Ромэйн Э. Вопросы и ответы. / Перевод и ред. Пин Ю. -С-Пб., 1995.
18. Станкин М.И. Теория и практика физической культуры и спорта. –М.: Просвещение, 1972
19. Френсис С., Дорис Л., Дорис Н., Петридис Д., Ромэйн Э., Спэнсэр Н. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. /Перевод и ред. Пин Ю. – С-Пб., 1992.
20. Художественная гимнастика. – Киев: ГКФКС СССР, 1971.
21. Шульгина А. Бальные танцы с конца XIX века до наших дней / А. Шульгина. – ГИТИС, 2012
- 22.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Барышников Т. Азбука хореографии. –М.: Рольф, 2001.
2. Боттомер П. Уроки танца. –М.: ЭКСМО, 2003.
3. Еремина М.Ю. Роман с танцем. // «Танец». –С-Пб.: Созвездие, 1998.
4. Иваницкий А.В., Матов В.В., Иванова А.Л., Шарабаров И.Н. Ритмическая гимнастика на ТВ. –М.: Советский спорт, 1989.
5. Печанов Ю.А., Берзина Л.А. Позвоночник гибок – тело молодо. –М.:

- Советский спорт, 1991.
6. Стриганов В.М. и Уральская В.И. Современный бальный танец. –М.: Просвещение, 1978

ИНТЕРНЕТ-ИСТОЧНИКИ

<https://www.youtube.com/watch?v=2KgeWTCuGts>
<https://www.youtube.com/watch?v=NN1D7AwC380>
<https://www.youtube.com/watch?v=yFTtdwKPmyM>
<https://www.youtube.com/watch?v=nkYQXA32ts8>
<https://www.youtube.com/watch?v=bGK9m454-C4>
<https://www.youtube.com/watch?v=7F49JvQ5IDA>
<https://www.youtube.com/watch?v=UzyiVqfOLms>
<https://www.youtube.com/watch?v=A5sH-xWyu0Y>
<https://www.youtube.com/watch?v=li8llomD470>
<https://www.youtube.com/watch?v=DqIzRTPL3Q>
<https://www.youtube.com/watch?v=TvN7jFZQ6vQ>
<https://www.youtube.com/watch?v=j9KqXjQdr98>
<https://www.youtube.com/watch?v=mfT65dAiya0>
https://www.youtube.com/watch?v=getVKMSES_Y
<https://www.youtube.com/watch?v=LtggBXStLRw>
<https://www.youtube.com/watch?v=FMYMmOQe3yU>
<https://www.youtube.com/watch?v=I-wWh05JsKk>
<https://www.youtube.com/watch?v=FAUgHl6Ic2s>
<https://www.youtube.com/watch?v=XkPE8D4AvJY>
<https://www.youtube.com/watch?v=yXviuIWEcEw>
<https://www.youtube.com/watch?v=myyZYTdv9iE>
<https://www.youtube.com/watch?v=PnqhIOC7vyc>
https://www.youtube.com/watch?v=DA_kpU5Emw4
<https://www.youtube.com/watch?v=937wtZ8iv2A>

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Начальный уровень

№ п/п	Название темы	Количество часов				
		всего	теор.	прак.	Дата по плану	фактическая
	Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с детьми. Инструктаж по технике безопасности. Входящая аттестация.	2	2			
	Тема 2. Введение в программу	2	2			
	Тема 3. СФП	8	2	6		
	Основные средства СФП		2			
	Взаимодействие в паре			2		
	Подводящие движения			2		
	Упражнения на синхронность			2		
	Тема 4. ОФП	18	2	16		
	направления ОФП, средства ОФП		2			
	кроссы			2		
	бег			2		
	прыжки на скалке			2		
	приседания на двух ногах			2		
	приседания на одной ноге			2		
	наклоны вперед			2		
	наклоны в бок			2		
	прыжки на двух ногах			2		
	Тема 5. Музыкально- ритмическая подготовка	8	2	6		
	изучение действий и фигур танца		2			
	элементы классики			2		
	усложнение ритмических упражнений			2		
	развитие координации движений			2		
	Тема 6. Структура танца	6	2	4		
	фигуры танца		2			
	фигуры танца			2		
	фигуры танца			2		
	Тема 7. Основы стандартных танцев	8	2	6		
	технические элементы		2			
	правильная осанка			2		
	собранный внешний вид			2		
	стойка и линии тела			2		
	Тема 8. Техника квикстепа	26	6	20		
	музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2 2			
	кросс шассе			2		

натуральный поворот			2		
колебательная переменная			2		
шассе вправо			2		
шассе влево			2		
локк вперед			2		
локк назад			2		
типель шассе вправо			2		
типель шассе влево			2		
Четвертной поворот			2		
Тема 9. Текущая аттестация. Открытый урок	2		2		
Тема 10. Техника медленного вальса	40	8	32		
музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2 2 2			
натуральный поворот			2		
закрытая переменная			2		
1-2-3 натурального поворота			2		
колебательная переменная			2		
шассе вправо			2		
внешняя переменная			2		
открытая переменная			2		
правый поворот			2		
прогрессивное шассе			2		
обратный поворот			2		
малый квадрат			2		
натуральный спин			2		
поворот			2		
большой квадрат			2		
шаги шассе			2		
Четвертной поворот			2		
Тема 11. Основы латино-американских танцев	14	4	10		
очередность шага, ритм, позиции стоп.		2 2			
степень поворота			2		
построение элементов			2		
положение в паре			2		
предшествующие фигуры			2		
последующие фигуры			2		
Тема 12. Техника самбы.	34	6	28		
музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2 2			
самба ход			2		
виски			2		
внешняя переменная			2		

самба ход в Пп			2		
вольта соло			2		
спот поворот			2		
самба ход			2		
виски			2		
наружный основной ход			2		
Бото фога			2		
обратный поворот			2		
Теневые бото фога			2		
коса			2		
Вольтовый поворот			2		
Тема 13. Техника ча ча ча.	16	4	12		
музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2			
тайм степ			2		
основной шаг			2		
чек			2		
спот поворот			2		
алемана			2		
клюшка			2		
Тема 14. Техника джайва	22	4	18		
музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2			
линк рок			2		
фоловэй рок			2		
поворот вправо			2		
фоловэй- траувэй			2		
смена мест слева на право			2		
американский спин			2		
смена рук за спиной			2		
муч			2		
основной ход на месте			2		
Тем 15. Восстановительные мероприятия	8	2	6		
Создание четкого ритма тренировочного процесса		2			
Упражнения для активного отдыха			2		
Упражнения для позвоночника и стопы			2		
Упражнения для шеи			2		
Тема 16. Итоговая аттестация	2		2		
Всего	216	48	168		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Базовый уровень

№ п/п	Название темы	Количество часов				
		всего	теор.	прак.	Дата по плану	фактическая
	Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с детьми. Инструктаж по технике безопасности. Входящая аттестация.	2	2			
	Тема 2. Введение в программу	2	2			
	Тема 3. СФП	8	2	6		
	Основные средства СФП		2			
	Взаимодействие в паре			2		
	Подводящие движения			2		
	Упражнения на синхронность			2		
	Тема 4. ОФП	18	2	16		
	направления ОФП, средства ОФП		2			
	кроссы			2		
	бег			2		
	прыжки на скалке			2		
	Упражнения с отягощениями			2		
	резиновый жгут			2		
	отжимания			2		
	подтягивания			2		
	Тема 5. Музыкально- ритмическая подготовка	8	2	6		
	структура музыкального произведения, сценические движения		2			
	элементы классики			2		
	усложнение ритмических упражнений			2		
	развитие координации движений			2		
	Тема 6. Структура танца	6	2	4		
	фигуры танца		2			
	исполнение вариаций			2		
	исполнение композиций			2		
	Тема 7. Основы стандартных танцев	8	2	6		
	технические элементы		2			
	правильная осанка			2		
	собранный внешний вид			2		
	-грациозное движение			2		

Тема 8. Техника квикстепа	26	6	20		
музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2 2			
кросс шассе			2		
натуральный поворот			2		
колебательная переменна			2		
шассе вправо			2		
бегущее окончание			2		
двойной локк			2		
локк назад			2		
типель шассе вправо			2		
типель шассе влево			2		
Четвертной поворот			2		
Тема 9. Текущая аттестация. Открытый урок	2		2		
Тема 10. Техника медленного вальса	40	8	32		
музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2 2 2			
натуральный поворот			2		
закрытая переменна			2		
1-2-3 натурального поворота			2		
колебательная переменна			2		
шассе вправо			2		
внешняя переменна			2		
открытая переменна			2		
правый поворот			2		
прогрессивное шассе			2		
обратный поворот			2		
виск			2		
натуральный спин			2		
поворот			2		
виск и шассе			2		
поворотный локк			2		
Четвертной поворот			2		
Тема 11. Основы латино- американских танцев	14	4	10		
очередность шага, ритм, позиции стоп.		2 2			
степень поворота			2		
построение элементов			2		
положение в паре			2		
предшествующие фигуры			2		
последующие фигуры			2		
Тема 12. Техника самбы.	34	6	28		

музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2 2			
самба ход			2		
виски			2		
внешняя перемена			2		
самба ход в Пп			2		
вольта соло			2		
спот поворот			2		
самба ход			2		
виски			2		
наружный основной ход			2		
Бото фога			2		
обратный поворот			2		
Теневые бото фога			2		
шаги крузады			2		
Вольтовый поворот			2		
Тема 13. Техника ча ча ча.	16	4	12		
музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2			
чек с поворотом			2		
открытый хип-твист			2		
чек			2		
спот поворот			2		
аммона			2		
клюшка			2		
Тема 14. Техника джайва	22	4	18		
музыкальные и технические сравнительные характеристики		2 2			
линк рок			2		
фоловэй рок			2		
поворот вправо			2		
фоловэй- траувэй			2		
смена мест слева на право			2		
американский спин			2		
смена рук за спиной			2		
кик-болл-ченч			2		
кики			2		
Тема 15. Восстановительные мероприятия	8	2	6		
Создание четкого ритма тренировочного процесса		2			
Упражнения для активного отдыха			2		
Упражнения для позвоночника и стопы			2		
-Упражнения для шеи			2		
Тема 16. Итоговая аттестация	2		2		
Всего	216	48	168		

**Календарно-тематический учебный график
(начальный уровень)**

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				групповая	2	Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с детьми. Инструктаж по технике безопасности. Входящая аттестация.	Танцевальная площадка	Собеседование
				групповая	2	Тема 2. Введение в программу	Танцевальная площадка	Опрос детей
					8	Тема 3. СФП		
				групповая	2	основные средства СФП	Танцевальная площадка	Опрос по теме и показ изученного
				групповая	2	взаимодействие в паре	Танцевальная площадка	Наблюдение, устный опрос
				групповая	2	подводящие движения	Танцевальная площадка	Наблюдение
				групповая	2	упражнения на синхронность	Танцевальная площадка	Наблюдение
					18	Тема 4. ОФП		
				групповая	2	ОФП	Танцевальная площадка	Устный опрос
				групповая	2	кроссы-направления	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	бег	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	прыжки на скалке	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	приседания на двух ногах	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	приседания на одной ноге	Танцевальная	наблюдение

							площадка	
				групповая	2	наклоны вперед	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	наклоны в бок	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	прыжки на двух ногах	Танцевальная площадка	наблюдение
					8	Тема 5. Музыкально-ритмическая подготовка		
				групповая	2	изучение действий и фигур танца	Танцевальная площадка	Устный опрос
				групповая	2	элементы классики	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	усложнение ритмических упражнений	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	развитие координации движений	Танцевальная площадка	наблюдение
					6	Тема 6. Структура танца		
				групповая	2	фигуры танца	Танцевальная площадка	Устный опрос
				групповая	2	фигуры танца	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	фигуры танца	Танцевальная площадка	Показ фигур
					8	Тема 7. Основы стандартных танцев		
				групповая	2	технические элементы	Танцевальная площадка	Устный опрос
				групповая	2	правильная осанка	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	собранный внешний вид	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	стойка и линии тела	Танцевальная площадка	наблюдение

					26	Тема 8. Техника квикстепа		
			Групповая	2	музыкальные и технические сравнительные характеристики	Танцевальная площадка	Устный опрос	
			Групповая	2				
			групповая	2				
			групповая	2	кросс шассе	Танцевальная площадка	Показ фигур	
			групповая	2	натуральный поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур	
			групповая	2	колебательная перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур	
			групповая	2	шассе вправо	Танцевальная площадка	исполнение	
			групповая	2	шассе влево	Танцевальная площадка	исполнение	
			групповая	2	локк вперед	Танцевальная площадка	исполнение	
			групповая	2	локк назад	Танцевальная площадка	исполнение	
			групповая	2	типель шассе вправо	Танцевальная площадка	исполнение	
			групповая	2	типель шассе влево	Танцевальная площадка	исполнение	
			групповая	2	Четвертной поворот	Танцевальная площадка	исполнение	
			групповая	2	Тема 9. Текущая аттестация.	Танцевальная площадка	Открытый урок	
				40	Тема 10. Техника медленного вальса			
			Групповая	2	музыкальные и технические сравнительные характеристики	Танцевальная площадка	Устный опрос	
			Групповая	2				
			Групповая	2				
			групповая	2				
			групповая	2	натуральный поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур	

				групповая	2	закрытая перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	1-2-3 натурального поворота	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	колебательная перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	шассе вправо	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	внешняя перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	открытая перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	правый поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	прогрессивное шассе	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	обратный поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	малый квадрат	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	натуральный спин	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	большой квадрат	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	шаги шассе	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	Четвертной поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
					14	Тема 11. Основы латино-американских танцев		
				Групповая	2	очередность шага, ритм, позиции стоп.	Танцевальная	Устный опрос

				групповая	2		площадка	
				групповая	2	степень поворота	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	построение элементов	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	положение в паре	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	предшествующие фигуры	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	последующие фигуры	Танцевальная площадка	Показ фигур
					34	Тема 12. Техника самбы.		
				Групповая	2	музыкальные и технические сравнительные характеристики	Танцевальная площадка	Устный опрос
			Групповая	2	Устный опрос			
			групповая	2	Устный опрос			
				Групповая, индивидуальная	2	самба ход	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	виски	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	внешняя перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	самба ход в Пп	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	вольта соло	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	спот поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	самба ход	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	виски	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	наружный основной ход	Танцевальная площадка	Показ фигур

				групповая	2	Бото фога	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	обратный поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	Теневые бото фога	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	коса	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	Вольтовый поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
					16	Тема 13. Техника ча ча ча.		
				групповая	2	музыкальные и технические	Танцевальная площадка	Устный опрос
					2	сравнительные характеристики		Устный опрос
				Групповая, индивидуальная	2	тайм степ	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	основной шаг	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	чек	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	спот поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	алемана	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	клюшка	Танцевальная площадка	Показ фигур
					22	Тема 14. Техника джайва		
				групповая	2	музыкальные и технические	Танцевальная площадка	Устный опрос
					2	сравнительные характеристики		Устный опрос
				групповая	2	линк рок	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	фоловэй рок	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	поворот вправо	Танцевальная	Показ фигур

							площадка	
				Групповая, индивидуальная	2	фоловэй- траувэй	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	смена мест слева на право	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	американский спин	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	смена рук за спиной	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	муч	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	основной ход на месте	Танцевальная площадка	Показ фигур
					8	Тема 15. Восстановительные мероприятия		
				групповая	2	Создание четкого ритма тренировочного процесса	Танцевальная площадка	Устный опрос
				групповая	2	Упражнения для активного отдыха	Танцевальная площадка	Наблюдение
				групповая	2	Упражнения для позвоночника и стопы	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	Упражнения для шеи	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	Тема 16. Итоговая аттестация	Танцевальная площадка	Открытый урок
					216			

**Календарно-тематический учебный график
(базовый уровень)**

№ п/п	Число	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				групповая	2	Тема 1. Вводное занятие. Знакомство с детьми. Инструктаж по технике безопасности. Входящая аттестация.	Танцевальная площадка	Опрос детей
				групповая	2	Тема 2. Введение в программу	Танцевальная площадка	
					8	Тема 3. СФП		
				групповая	2	основные средства СФП	Танцевальная площадка	Опрос по теме и показ изученного
				групповая	2	взаимодействие в паре	Танцевальная площадка	Наблюдение
				групповая	2	подводящие движения	Танцевальная площадка	Наблюдение
				групповая	2	упражнения на синхронность	Танцевальная площадка	Наблюдение
					18	Тема 4. ОФП		
				групповая	2	направления ОФП, средства ОФП	Танцевальная площадка	Устный опрос
				групповая	2	кроссы	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	бег	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	прыжки на скалке	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	упражнения с отягощениями	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	резиновый жгут	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	отжимания	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	подтягивания	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	прыжки на двух ногах	Танцевальная площадка	наблюдение
					8	Тема 5. Музыкально-ритмическая подготовка		

			групповая	2	структура музыкального произведения, движения, сценические	Танцевальная площадка	Устный опрос
			групповая	2	элементы классики	Танцевальная площадка	Показ фигур
			групповая	2	усложнение ритмических упражнений	Танцевальная площадка	Показ фигур
			групповая	2	развитие координации движений	Танцевальная площадка	наблюдение
				6	Тема 6. Структура танца		
			групповая	2	фигуры танца	Танцевальная площадка	Устный опрос
			Групповая, индивидуальная	2	исполнение вариаций	Танцевальная площадка	Показ фигур
			Групповая, индивидуальная	2	исполнение композиций	Танцевальная площадка	Показ фигур
				8	Тема 7. Основы стандартных танцев		
			групповая	2	технические элементы, фазы движений	Танцевальная площадка	Устный опрос
			групповая	2	правильная осанка, стойка и линии тела	Танцевальная площадка	наблюдение
			групповая	2	собранный внешний вид	Танцевальная площадка	наблюдение
			групповая	2	грациозное движение	Танцевальная площадка	наблюдение
				26	Тема 8. Техника квикстепа		
			Групповая	2	музыкальные и технические сравнительные характеристики	Танцевальная площадка	Устный опрос
			Групповая	2			Устный опрос
			групповая	2			Устный опрос
			групповая	2	кросс шассе	Танцевальная площадка	Показ фигур
			групповая	2	натуральный поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
			групповая	2	колебательная перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
			групповая	2	шассе вправо	Танцевальная площадка	исполнение
			групповая	2	бегущее окончание	Танцевальная площадка	исполнение

				Групповая, индивидуальная	2	локк вперед	Танцевальная площадка	исполнение
				Групповая, индивидуальная	2	локк назад	Танцевальная площадка	исполнение
				Групповая, индивидуальная	2	типель шассе вправо	Танцевальная площадка	исполнение
				Групповая, индивидуальная	2	типель шассе влево	Танцевальная площадка	исполнение
				групповая	2	Четвертной поворот	Танцевальная площадка	исполнение
				групповая	2	Тема 9. Текущая аттестация.	Танцевальная площадка	Открытый урок
					40	Тема 10. Техника медленного вальса		
				Групповая	2	музыкальные и технические сравнительные характеристики	Танцевальная площадка	Устный опрос Устный опрос Устный опрос Устный опрос
				Групповая	2			
				Групповая	2			
				групповая	2			
				Групповая, индивидуальная	2	натуральный поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	закрытая перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	1-2-3 натурального поворота	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	колебательная перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	шассе вправо	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	внешняя перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	открытая перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	правый поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая,	2	прогрессивное шассе	Танцевальная площадка	Показ фигур

				индивидуальная				
				Групповая, индивидуальная	2	обратный поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	виск	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	натуральный спин	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	виск и шассе	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	поворотный локк	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	Четвертной поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
					14	Тема 11. Основы латино-американских танцев		
				Групповая групповая	2 2	очередность шага, ритм, позиции стоп.	Танцевальная площадка	Устный опрос
				групповая	2	степень поворота	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	построение элементов	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	положение в паре	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	предшествующие фигуры	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	последующие фигуры	Танцевальная площадка	Показ фигур
					34	Тема 12. Техника самбы.		
				Групповая Групповая групповая	2 2 2	музыкальные и технические сравнительные характеристики	Танцевальная площадка	Устный опрос Устный опрос Устный опрос
				групповая	2	самба ход	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	виски	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	внешняя перемена	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая,	2	самба ход в Пп	Танцевальная площадка	Показ фигур

				индивидуальная				
				Групповая, индивидуальная	2	вольта соло	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	спот поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	самба ход	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	виски	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	наружный основной ход	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	Бото фога	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	обратный поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	Теневые бото фога	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	шаги крузады	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	Вольтовый поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
					16	Тема 13. Техника ча ча ча.		
				групповая	2	музыкальные и технические	Танцевальная площадка	Устный опрос
					2	сравнительные характеристики		Устный опрос
				групповая	2	чек с поворотом	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	открытый хип-твист	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	чек	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	спот поворот	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	аммона	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	клюшка	Танцевальная площадка	Показ фигур
					22	Тема 14. Техника джайва		Показ фигур
				групповая	2	музыкальные и технические	Танцевальная площадка	Устный опрос

					2	сравнительные характеристики		Устный опрос
				групповая	2	линк рок	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	фоловэй рок	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	поворот вправо	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	фоловэй- траувэй	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	смена мест слева на право	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	американский спин	Танцевальная площадка	Показ фигур
				Групповая, индивидуальная	2	смена рук за спиной	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	кик-болл-ченч	Танцевальная площадка	Показ фигур
				групповая	2	кики	Танцевальная площадка	Показ фигур
					8	Тема 15. Восстановительные мероприятия		
				групповая	2	Создание четкого ритма тренировочного процесса	Танцевальная площадка	Устный опрос
				групповая	2	Упражнения для активного отдыха	Танцевальная площадка	Наблюдение
				групповая	2	Упражнения для позвоночника и стопы	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	Упражнения для шеи	Танцевальная площадка	наблюдение
				групповая	2	Тема 16. Итоговая аттестация	Танцевальная площадка	Открытый урок
					216			