

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества  
Ворошиловского района Волгограда»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «31» августа 2023 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:

Директор МОУ Центр  
Ворошиловского района

Е.С. Принева

Введена в действие

Приказ № 107 от «31» августа 2023г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности

**«Танцевальный спорт»**

Возраст учащихся: 7-17 лет

Срок реализации 1 год

Авторы-составители:

Святова Анна Владимировна,  
педагог дополнительного  
образования,

Инева Евгения Анатольевна,  
старший методист

Волгоград – 2023

# РАЗДЕЛ 1.

## КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ

### 1.1. Пояснительная записка

**Направленность.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный спорт» имеет физкультурно-спортивную направленность. Содержание программы нацелено на удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в занятиях физической культурой, приобщение их к занятиям спортивными бальными танцами.

**Актуальность** данной программы обусловлена тем, что в настоящее время наблюдается уменьшение объема двигательной активности детей, который вызван высокими учебными нагрузками в общеобразовательных учреждениях. Следствием этого являются нарушение осанки, недостаток физического здоровья и нарушение двигательного режима учащихся. Данная программа направлена на:

- организацию двигательного режима учащихся;
- развитие физических качеств;
- обеспечение эмоционального благополучия;
- создание условий для творческой самореализации личности. Таким

образом, данная общеразвивающая программа поможет успешно проводить работу по формированию у детей красивой осанки, развитию пластики движений и свободы самовыражения; культуры здорового и безопасного образа жизни.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается не только в укреплении здоровья, развитии общефизических и хореографических навыков учащихся, но и в развитии творческих и коммуникативных качеств личности. В процессе занятий спортивными танцами у детей развиваются творческие способности, целеустремленность, стремление к самосовершенствованию и дальнейшей самореализации.

Программа «Танцевальный спорт» разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

- принципах обучения (учёт индивидуальных особенностей учащихся, доступность предлагаемого теоретического материала, наглядность подачи практического материала, преемственность в обучении, достижение положительных результатов);

- формах и методах обучения;

- методах контроля и управления образовательным процессом (открытые занятия, сценическая практика, анализ результатов конкурсов, соревнований).

На начальных этапах программы могут обучаться все желающие дети, для которых занятия являются эффективным средством организации досуга и возможностью повысить функциональные возможности организма. На последующих этапах занятия приобретают более профессиональный характер, танцоры обучаются способностям воспринимать теоретическую и практическую информацию, которая сделает танец приятным не только для них самих, но и зрелищным для окружающих. Вопрос о прохождении одного или всех этапов обучения решается в индивидуальном порядке педагогами, родителями и учеником. На первом году обучения учащиеся демонстрируют полученные навыки на открытых занятиях для родителей.

**Отличительной особенностью** данной программы от уже существующих в том, что она создавалась на основе личного опыта работы педагога Святовой А.В., а также на базе известных школ по спортивному бальному танцу г. Волгограда. Основу данной программы составляет, с одной стороны, ориентация на общечеловеческие ценности мировой танцевальной культуры, а с другой – установка на развитие творческой индивидуальности учащегося. Программа реализуется в объединении «Жемчужина» МОУ Центр Ворошиловского района.

Содержание программы «Танцевальный спорт» включает 2 программы: европейскую (Standart) и латиноамериканскую (Latin). В европейскую программу входят следующие танцы: медленный вальс, венский вальс, квикстеп (быстрый фокстрот), танго, медленный фокстрот. В латиноамериканскую: самба, ча-ча-ча, джайв, румба, пасодобль.

Программой предусмотрена активная концертная и соревновательная деятельность учащихся по дисциплине «Танцевальный спорт».

**Адресат программы.** Возраст учащихся, участвующих в реализации данной общеразвивающей программы: от 7 до 17 лет, девочки и мальчики. Программа предполагает решение образовательных, воспитательных и развивающих задач с учётом возрастных и индивидуальных особенностей развития учащихся. Для детей младшего школьного возраста, что составляют основной контингент при наборе в объединение по программе «Танцевальный спорт», естественной является потребность в высокой двигательной активности. В этом возрасте могут быть заложены основы физической культуры человека, сформированы интересы, мотивация и потребность в систематических занятиях хореографией, физической активности. Этот возраст особенно благоприятен для овладения базовыми компонентами культуры движения, освоения обширного арсенала двигательных координаций, техники разнообразных физических упражнений.

Возрастной период 11-14 лет характеризуется бурным ростом ребенка и физиологической перестройкой всего организма. В 11-14 лет учащиеся стремятся к личностному общению с педагогом, им легче дается разучивание движений, такие качества, как настойчивость, работоспособность помогают им быстро нагнать сверстников. Больше внимания учащиеся уделяют технике исполнения. В возрасте 15-17 лет присутствует стремление выделиться, обратить на себя внимание. Физически старшие подростки готовы к большой нагрузке. Они сами уже осознают уровень своей танцевальной подготовки и начинают стремиться к совершенству.

Набор и формирование учебных групп осуществляется без вступительных испытаний на протяжении всего учебного года. Обязательное условие приема – отсутствие медицинских противопоказаний занятиям хореографией.

**Уровень программы, объем и сроки реализации программы.** Срок реализации программы «Танцевальный спорт» составляет 1 год, уровень освоения содержания – *базовый*.

Образовательный процесс направлен на формирование общей исполнительской танцевальной культуры, базовую технику - тактическую подготовку учащихся по европейским и латиноамериканским танцам, ознакомление с основами актерского мастерства танцоров, воспитание соревновательных качеств.

Объем программы – 160 часов.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий.**

Программой «Танцевальный спорт» предусмотрен следующий режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа, всего 4 часа в неделю, продолжительность академического часа 45 минут), что составляет 160 часов в год.

**Особенности организации образовательного процесса.** Особенности общеразвивающей программы «Танцевальный спорт» заключаются в педагогических приёмах, которые учитывают эмоциональные и физические особенности современных детей, уровень их восприимчивости и интересов.

Освоение материала детьми происходит в процессе теоретической и практической творческой деятельности. На теоретических занятиях даются основные знания, раскрываются теоретические обоснования наиболее важных тем, используются данные исторического наследия в области танцевального спорта. На практических занятиях изложение теоретических моментов сопровождаются практическим показом самим преподавателем, даются основы движений спортивного бального танцев.

В процессе реализации содержания программы используются различные *формы организации занятия*, которые можно классифицировать по следующим критериям:

по количеству учащихся, участвующих в занятии, ведущей является групповая форма;

по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей – практическое комбинированное занятие;

по дидактической цели - следующие типы занятий:

-вводное занятие;

-комбинированные занятия;

-занятие по систематизации и обобщению знаний;

-заключительные (итоговые) занятия по контролю знаний, умений и навыков.

Занятия по программе «Танцевальный спорт» состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

**Способы проверки** результатов освоения программы: текущий и итоговый контроль.

-текущий контроль - оценка качества усвоения материала по конкретной теме в форме беседы, открытых занятий в течение года для родителей обучающихся.

-итоговый контроль - контрольное занятие в конце каждого года обучения.

Также формой оценкой качества усвоения материала является участие учащихся в концертах, фестивалях, конкурсах различного уровня.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** удовлетворение потребности учащихся в физическом совершенствовании, развитие танцевальных способностей, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, посредством обучения спортивным бальным танцам.

**Задачи программы.**

*Предметные:*

– познакомить учащихся с историей возникновения, развития, основными характеристиками европейского и латиноамериканского танца;

– обучить технике исполнения европейских и латиноамериканских танцев начального уровня и базового, сформировать умение ориентироваться и вести себя на танцевальной площадке;

– сформировать умения исполнять отдельные движения и конкурсные вариации, познакомить с правилами постановки в пары.

– *Метапредметные:*

– развивать у учащихся ритмическую координацию, двигательную и логическую память, музыкальность;

– формировать навыки коллективного взаимодействия на занятиях хореографией; развивать коммуникативные способности учащихся;

– сформировать навыки оценивания правильности выполнения танцевальных движений и упражнений.

– *Личностные:*

– воспитывать ответственность, трудолюбие;

– способствовать формированию эстетических потребностей, ценностей и чувств;

– воспитывать ответственное отношение к обучению, готовность к саморазвитию и самообразованию;

– формировать коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми, детьми младшего возраста.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 1.3.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<i>Вводное занятие</i>	2	2	-	
2.	<i>Ритмические упражнения (на середине и по кругу)</i>	20	-	20	Текущий контроль
3.	<i>Европейская программа</i>	52	6	46	
3.1.	Медленный вальс	28	2	26	Текущий контроль
3.2.	Квикстеп	16	2	14	Текущий контроль
3.3.	Венский вальс	8	2	6	Текущий контроль
4.	<i>Латиноамериканская программа</i>	52	6	46	
4.1.	Ча – Ча – Ча	28	2	26	Текущий контроль
4.2.	Джайв	16	2	14	Текущий контроль
4.3.	Самба	8	2	6	Текущий контроль
5.	<i>Ансамбль</i>	30	4	26	Текущий контроль
5.1.	Постановочная работа	12	4	8	Текущий контроль
5.2.	Репетиционная работа	18	-	18	Текущий контроль
6.	<i>Открытые занятия</i>	4	-	4	Итоговый контроль
	<b>Итого:</b>	<b>160</b>	<b>18</b>	<b>142</b>	

## 1.3.2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ»

### Раздел 1

#### Тема 1.1. Вводное занятие

##### Содержание материала:

Теория. Знакомство учащихся с целями и задачами программы, правила техники безопасности на занятиях, рассказ о костюме для занятий и личной гигиене.

Практика. Диагностика способностей учащихся.

Методическое обеспечение. Текст вводного инструктажа и инструктажа на рабочем месте. Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли).

### Раздел 2

#### Тема 2.1. Ритмические упражнения (на середине и по кругу)

##### Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела. Ритмические упражнения под музыку: разминка (спортивно-танцевальная, танцевально-образная) – упражнения по кругу, на середине зала.

Практика. Комплекс упражнений №1. Виды шагов: танцевальный шаг с носка, на полу пальцах, на пятках, с подниманием колена. Перестроение на линию, круг, диагональ, линии по 2, колонны по 4, полукруг. Передвижение по кругу в различных направлениях. Акцентированные хлопки с выделенной сильной доли такта.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка) обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

### Раздел 3. Европейская программа

#### Тема 3.1. Медленный вальс

##### Содержание материала:

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

Практика. Исполнять танец на линии, по линии танца. Знать положения в паре: лицом друг к другу (закрытое). Повтор основных элементов: баланс в сторону, баланс вперед. Изучение основных элементов и фигур танца: Перемена с правой ноги, перемена с левой ноги, правый поворот по квадрату,



правый поворот по кругу, танцевальная связка. Разучивание и отработка комбинации из выученных элементов.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

### **Тема 3.2. Квикстеп**

*Содержание материала:*

*Теория.* Возникновение танца. Развитие танца. Характерные национальные особенности, стиль и манера исполнения. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

*Практика.* Исполнять танец на линиях, по линии танца. Знать положение в паре: лицом друг к другу (закрытое). Изучение основных элементов и фигур танца: шассе в сторону, четвертной поворот, поступательное шассе, лок вперед, лок назад, танцевальная связка. Разучивание и отработка комбинации из выученных элементов.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

### **Тема 3.3. Венский вальс**

*Содержание материала:*

*Теория.* Возникновение танца. Развитие танца. Характерные национальные особенности, стиль и манера исполнения. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

*Практика.* Исполнять танец на линии, по окружности. Знать положение в паре: лицом друг к другу (закрытое). Изучение основных элементов и фигур танца: правый поворот. Разучивание и отработка комбинации из выученных элементов.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

## **Раздел 4. Латиноамериканская программа**

### **Тема 4.1. Ча-Ча-Ча**

*Содержание материала:*

*Теория.* Позиции шагов по отношению к корпусу. Позиции корпуса по

отношению к залу (направления шагов). Ведение и следование. Работа стопы, колена, бедер.

Практика. Повтор основных элементов танца. Изучение основных элементов и фигур танца: рука в руке – раскрытие, соло – поворот вправо и влево и совместный поворот. Разучивание и отработка комбинации из выученных элементов.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

#### **Тема 4.2. Джайв**

Содержание материала:

Теория. История возникновения танца. Развитие танцевальной лексики. Характерные национальные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности танца. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре. Работа стопы. Подъем и снижение корпуса.

Практика. Изучение основных элементов, и фигур танца: основное движение, раскрытие, смена мест.

Разучивание и отработка комбинации из выученных элементов.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

#### **Тема 4.3. Самба**

Содержание материала:

Теория. История возникновения танца. Развитие танцевальной лексики. Характерные национальные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности танца. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре. Работа стопы. Подъем и снижение корпуса.

Практика. Изучение основных элементов, и фигур танца: основное движение с правой ноги, основное движение с левой ноги.

Разучивание и отработка комбинации из выученных элементов.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

## **Раздел 5. Ансамбль**

### **Тема 5.1. Постановочная работа**

#### Содержание материала:

Теория. Понятие – танцевальный номер. Композиция построения, просмотр танцевальных номеров.

Практика. Поэтапное ознакомление: разработка движений для данной группы, разучивание комбинаций под счет, отработка комбинаций под музыку, работа над рисунком танца, работа над эмоциональной стороной исполнения композиции.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

### **Тема 5.2. Репетиционная работа**

#### Содержание материала:

Практика. Отработка танцевальных номеров под музыку перед зеркалом, без зеркала, в репетиционном зале, на сцене. Подготовка к концертам, конкурсам хореографического искусства, турнирам по спортивным бальным танцам.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

## **Раздел 6. Открытые занятия**

#### Содержание материала:

Теория. Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей, тестовые упражнения.

Практика. Открытые занятия для родителей.

*Методическое обеспечение.* Специальная форма (купальник, юбка, брюки, танцевальная рубашка, футболка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

### **1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

#### *Предметные.*

#### *Учащийся должен знать:*

- сведения об истории возникновения, развития, основные характеристики европейского и латиноамериканского танца (репертуара объединения);
- основы техники исполнения европейских и латиноамериканских танцев начального и базового уровня, правила постановки в пары;

*Учащийся должен уметь:*

- исполнять отдельные движения и конкурсные вариации балльных танцев европейской и латиноамериканской программы, ориентироваться и вести себя на танцевальной площадке.

*Метапредметные.*

- развитие у учащихся ритмической координации, двигательной и логической памяти, музыкальности;
- формирование навыков коллективного взаимодействия на занятиях хореографией; развитие коммуникативных способностей учащихся;
- проявление навыков оценивания правильности выполнения танцевальных движений и упражнений.

*Личностные.*

- проявление у учащихся ответственности и трудолюбия;
- ответственное отношение к обучению, стремление к саморазвитию и самообразованию на занятиях спортивными танцами;
- проявление учащимися эстетических потребностей, ценностей, чувств на занятиях танцами.

## Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

### 2.1.2. Календарный учебный график (160ч.)

Этапы учебного процесса	Начало учебного года	01 сентября
	Продолжительность обучения	40 недель
	Промежуточная аттестация	В течение учебного года
	Итоговая аттестация	В конце учебного года
	Окончание учебного года	30 июня
	Летние каникулы	01 июля-31 августа

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Практическое, самопрезентация.	2	Вводное занятие		Коллективная рефлексия.
2.				Занятие – практика, педагогический мониторинг, беседа.	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
3.				Практическое, комбинированное	2	Европейская программа «Медленный вальс». Основные элементы танца		Текущий контроль
4.				Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс». Положение в паре. Баланс в сторону и вперед.		Текущий контроль
5.				Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Перемена с правой ноги.		Текущий контроль
6.				Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Перемена с левой ноги.		Текущий контроль
7.				Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль

8.			Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Правый поворот по квадрату.		Текущий контроль
9.			Практическое, комбинированное				Текущий контроль
10.			Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Танцевальная связка		Текущий контроль
11.			Практическое, комбинированное	2	Танцевальная связка в учебной и основной позициях.		Текущий контроль
12.			Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Правый поворот по кругу.		Текущий контроль
13.			Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Правый поворот по кругу.		Текущий контроль
14.			Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
15.			Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Правый поворот по кругу.		Текущий контроль
16.			Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Танцевальная связка		Текущий контроль
17.			Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Танцевальная связка		Текущий контроль
18.			Практическое, комбинированное	2	«Медленный вальс» Танцевальная связка		Текущий контроль
19.			Практическое, комбинированное	2	Европейская программа «Квикстеп». Шассе в сторону.		Текущий контроль
20.			Практическое, комбинированное	2	«Квикстеп» Четвертной поворот.		Текущий контроль
21.			Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
22.			Практическое, комбинированное	2	«Квикстеп» Четвертной поворот.		Текущий контроль
23.			Практическое, комбинированное	2	«Квикстеп» Поступательное шассе.		Текущий контроль

24.			Практическое, комбинированное	2	Четвертной поворот + Поступательное шассе.		Текущий контроль
25.			Практическое, комбинированное	2	«Квикстеп» Лок вперед.		Текущий контроль
26.			Практическое, комбинированное	2	«Квикстеп» Лок назад.		Текущий контроль
27.			Практическое, комбинированное	2	«Квикстеп» Танцевальная связка.		Текущий контроль
28.			Практическое, комбинированное	2	«Квикстеп» Танцевальная связка.		Текущий контроль
29.			Практическое, комбинированное	2	«Квикстеп» Танцевальная связка.		Текущий контроль
30.			Практическое, комбинированное	2	Европейская программа. «Венский вальс». Правый поворот.		Текущий контроль
31.			Практическое, комбинированное	2	«Венский вальс» Правый поворот.		Текущий контроль
32.			Практическое, комбинированное	2	«Венский вальс» Правый поворот.		Текущий контроль
33.			Практическое, комбинированное	2	«Венский вальс» Правый поворот.		Текущий контроль
34.			Практическое	2	Открытое занятие		Итоговый контроль
35.			Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
36.			Практическое, комбинированное	2	Латино-американская программа «Ча-Ча-Ча». Основные элементы танца.		Текущий контроль
37.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча». Повтор основных элементов танца в паре		Текущий контроль
38.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча» Рука в руке - раскрытие.		Текущий контроль

39.			Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
40.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча» Рука в руке - раскрытие.		Текущий контроль
41.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча». Соло - поворот вправо и влево.		Текущий контроль
42.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча». Совместный поворот.		Текущий контроль
43.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча». Соло - поворот вправо и влево и совместный поворот.		Текущий контроль
44.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча». Танцевальная связка		Текущий контроль
45.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча» Танцевальная связка.		Текущий контроль
46.			Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
47.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча». Танцевальная связка № 2		Текущий контроль
48.			Практическое, комбинированное	2	Танцевальная связка № 2		Текущий контроль
49.			Практическое, комбинированное	2	«Ча-Ча-Ча» Танцевальная связка № 2.		Текущий контроль
50.			Практическое, комбинированное	2	Танцевальная связка № 1 и № 2.		Текущий контроль
51.			Практическое, комбинированное	2	Латино – американская программа «Джайв». Шассе в сторону		Текущий контроль
52.			Практическое, комбинированное	2	«Джайв» Основное движение.		Текущий контроль
53.			Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
54.			Практическое, комбинированное	2	«Джайв» Раскрытие.		Текущий контроль



55.			Практическое, комбинированное	2	«Джайв» Раскрытие.		Текущий контроль
56.			Практическое, комбинированное	2	«Джайв» Смена мест.		Текущий контроль
57.			Практическое, комбинированное	2	«Джайв» Смена мест. Работа в парах.		Текущий контроль
58.			Практическое, комбинированное	2	«Джайв» Танцевальная связка		Текущий контроль
59.			Практическое, комбинированное	2	Танцевальная связка		Текущий контроль
60.			Практическое, комбинированное	2	Латино – американская программа «Самба». Основное движение с правой ноги.		Текущий контроль
61.			Практическое, комбинированное	2	«Самба». Основное движение с правой ноги.		Текущий контроль
62.			Практическое, комбинированное	2	«Самба». Основное движение с левой ноги.		Текущий контроль
63.			Практическое, комбинированное	2	«Самба». Основное движение с правой и левой ноги.		Текущий контроль
64.			Практическое, комбинированное	2	Постановочная работа		Текущий контроль
65.			Практическое, комбинированное	2	Постановочная работа. Танцевальная связка (1-я и 2-я части)		Текущий контроль
66.			Практическое, комбинированное	2	Постановочная работа. Танцевальная связка (3-я и 4-я части)		Текущий контроль
67.			Практическое, комбинированное	2	Постановочная работа. Танцевальная связка (5-я часть)		Текущий контроль
68.			Практическое, комбинированное	2	Постановочная работа Соединение танцевальных частей		Текущий контроль

69.			Практическое, комбинированное	2	Постановочная работа Отработка изученного материала.		Текущий контроль
70.			Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
71.			Практическое, комбинированное	2	Репетиционная работа		Текущий контроль
72.			Практическое, комбинированное	2	Репетиционная работа		Текущий контроль
73.			Практическое, комбинированное	2	Репетиционная работа		Текущий контроль
74.			Практическое, комбинированное	2	Репетиционная работа		Текущий контроль
75.			Практическое, комбинированное	2	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)		Текущий контроль
76.			Практическое, комбинированное	2	Репетиционная работа		Текущий контроль
77.			Практическое, комбинированное	2	Репетиционная работа		Текущий контроль
78.			Практическое, комбинированное	2	Репетиционная работа		Текущий контроль
79.			Практическое, комбинированное	2	Репетиционная работа		Текущий контроль
80.			Практическое, комбинированное	2	Открытое занятие		Итоговый контроль

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### Материально-техническое обеспечение.

1. Помещение:

-светлое просторное помещение для занятий с соответствующим покрытием пола (паркет), хорошей вентиляцией.

-помещение для переодевания к занятиям.

2. Оборудование: зеркала по периметру танцевального зала, аудио и CD магнитофон.

### Информационное обеспечение.

1. Специальная литература: танцевальные журналы, книги и видео материалы.

2. Аудиодиски, флеш-носители с записями репертуара, видеоматериалы.

### Кадровое обеспечение.

В реализации программы может принимать участие педагог дополнительного образования, имеющий специальное хореографическое образование.

## 2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Педагогический мониторинг проводится в начале (первичная диагностика – сентябрь), середине (промежуточная аттестация - декабрь) и в конце учебного года (итоговая аттестация - апрель — май), с учащимися 7 – 17 лет, в соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой *«Танцевальный спорт»*. Результаты фиксируются в индивидуальных карточках, позволяющих отслеживать динамику образовательных, воспитательных и творческих результатов.

В процессе проведения исследования педагог наблюдает за учащимися в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе программного материала):

1. Проверка знаний теоретического материала проводится в форме тестирования.

Тест по теоретическим знаниям и навыкам включает в себя вопросы отражающие критерии ожидаемых результатов образовательной программы. (*Приложение №1*).

2. Знание практического материала проверяется по карточкам, подготовленным предварительно. Задание состоит из основных движений и вариаций, собранных в разных вариантах в комбинацию (*Приложение №2*)

*Приложение №1*

**Тест № 1 по теории образовательной программы танцевального  
коллектива**

**Ф.И. учащегося** \_\_\_\_\_

**Возраст:** \_\_\_\_\_

**1. Что такое Реверанс?**

- а). Приседания;
- б). Прыжки
- в). Поклон, жест приветствия.**

**2. По какой позиции танцуется Медленный вальс?**

- а). Шестая;**
- б). Первая;
- в). Третья.

**3. Родина танца Ча-ча-ча:**

- а). Бразилия
- б). Испания
- в). Куба.**

**4. Полька это:**

- а). Наклон;
- б). Упражнение для ног;
- в). Парный чешский танец.**

**5. Какой танец относится к Латиноамериканской программе?**

- а). Ча-Ча-Ча;**
- б). Медленный вальс;
- в). Вару-Вару.

**6. Какой танец относится к Европейской Программе?**

- а). Медленный вальс;**
- б). Ча-Ча-Ча;
- в). Полька;

**7. Галоп, подскоки – к какому танцу относятся?**

- а). Казачок;
- б). Полька;**
- в). Вару-Вару.

**8. Основное движение по кругу в вальсе это:**

- а). Перемена;
- б). Правый поворот;**
- в). Дорожка.

**Тест № 2 по теории образовательной программы танцевального  
коллектива**

**Ф.И. учащегося** \_\_\_\_\_

**Возраст** \_\_\_\_\_

**1. Качалка, круговые движения бедрами – к какому виду танца относятся?**

- а). Современному танцу;
- б). Народному танцу;
- в). Восточному танцу.**

**2. Родина танца Самба:**

- а). Бразилия;**
- б). Испания;
- в). Куба.

**3. Какой танец относится к Латиноамериканской программе?**

- а). Самба;**
- б). Квикстеп;
- в). Казачок.

**4. Ботафога это:**

- а). Танец;
- б). Упражнение для рук;
- в). Движение танца Самба.**

**5. Квикстеп это:**

- а). Танец;**
- б). Движение;
- в). Поклон.

**6. Какой танец относится к Европейской Программе?**

- а). Квикстеп;**
- б). Ча-Ча-Ча;
- в). Самба.

7. *Нью-Йорк это:*

а). Танец;

б). Движение;

в). Город.

8. *Какой танец танцуется по кругу?*

а). Джайв;

б). Самба;

в). Ча-Ча-Ча.

### АНКЕТА ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Фамилия, имя
2. Нравится ли тебе занятия танцами?
3. Что тебе не нравится на занятиях танцами?
4. Твой любимый танец?
5. Нравится ли тебе принимать участие в концертах?
6. Нравится ли тебе принимать участие в конкурсах с ансамблем?
7. Нравится ли тебе принимать участие в конкурсах индивидуально?
8. Как ты ведёшь себя с товарищами в общении – общителен или застенчив?
9. Любишь руководить другими или выполнять задание товарищей?
10. Напиши наиболее близких друзей из ансамбля.
11. Твои пожелания и предложения для руководителя и занятий танцами.

*Приложение №2*

#### Практическое задание

##### **КАРТОЧКА ПРОВЕРКИ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ**

Задание: правильно исполнить данную комбинацию

***Комбинация медленного вальса.***

Последовательность движений: баланс в сторону, баланс вперед, перемена, правый поворот по квадрату, поклон.

***Комбинация основных движений танца ча-ча-ча.***

Последовательность движений: основное движение, нью – йорк, рука в руке, соло поворот

## Итоговая диагностика

1. Комплекс ОФП:
  - Пресс – 10 раз (в парах);
  - Сила спины – 10 раз (в парах);
  - Касание прямыми ногами за головой - 15 раз (в парах);
  - Прыжки по 8 раз (на месте, вперед, назад, в стороны).
2. Музыкально-ритмическая координация: проверка знаний музыкальных жанров (полька, вальс, ча-ча-ча), прослушивание различных музыкальных отрывков, которые дети должны определить на слух и продемонстрировать свое умение двигаться в соответствии с музыкой.

### Тест-практикум по теме «Музыкальные размеры»

Цель: выявить уровень знания музыкальных жанров (полька, вальс, ча-ча-ча)

- Проигрывается часть музыкального произведения.
  - Дети должны правильно двигаться в соответствии с музыкой.
  - Каждый ребенок называет жанр отрывка и его танцевальный счет.
3. Основы классического экзерсиса.
    - Позиции ног (1, 2, 3, 6);
    - Позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3);
    - Постановка корпуса и головы.
  4. Предметная подготовка
    - Подскоки (на месте и с продвижением);
    - Галоп.
  5. Концертная деятельность: исполнение показательных номеров на открытом занятии для родителей
  6. Уровень развития творческих способностей:

### Методика «Свободное движение».

Критерии уровня развития отзывчивости на музыку, эмоциональности и выразительности:

- *Передача в движении характера знакомого музыкального произведения*

Высокий – ребенок самостоятельно, четко производит смену движений, движения соответствуют характеру музыки;

Средний – производит смену движений с запаздыванием (по показу педагога или повторяет за другими детьми), движения соответствуют характеру музыки;

Низкий – смену движений производит с запаздыванием, движения не соответствуют характеру музыки.

- *Передача в движении характера незнакомого музыкального произведения (фрагмента) после предварительного прослушивания:*

Высокий – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

Средний – движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

Низкий – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

- *Сочинение танца:* детям на занятии предлагается прослушать мелодию, сочинить танцевальную миниатюру, передавая характер музыки и создавая художественный образ.

Высокий – ребенок чувствует характер музыки, ритм, передает это в движении и самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои, движения выразительны;

Средний – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

Низкий – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

#### Шкала оценивания

1-4 – низкий уровень

5-7 – средний уровень

8-10 – высокий уровень.

## **2.4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.**

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий на первом году обучения. Затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующие годы. Каждое занятие составляется по определённому плану, но материал от занятия к занятию варьируется в зависимости от усвоения его учащимися. На первом году обучения должны преобладать элементы музыкально-ритмического восприятия, простейшие комбинации детских балльных танцев и ряд вспомогательных, корригирующих упражнений. Нагрузку в течение занятия следует распределить равномерно во всех упражнениях. Если педагог находит необходимым увеличить количество повторений какого-либо движения, то следующее упражнение следует сократить,

В процессе групповых практических занятий педагог использует такие методические приёмы, как воспроизведение движений по образцу, их разучивание, закрепление и повторение двигательных навыков.

В процессе «прослушивания» педагог задает счет, добиваясь наиболее точного воспроизведения ритмического рисунка всеми учащимися. Чувство



ритма хорошо развито не у всех учащихся. В этом случае овладение ритмовым счетом происходит в процессе регулярных занятий при помощи наглядных примеров (повторение за преподавателем и другими учащимися, уже овладевшими счетом).

Навык слаженного исполнения танца формируется путём регулярных упражнений. Важное место в методике обучения спортивно-эстрадному танцу занимает экспрессивная демонстрация преподавателем танцевальных движений. Личный пример взрослого остается одним из сильнейших способов воздействия на учащихся, побуждая их не только к старательному повторению, но и к творчеству, к самосовершенствованию. Работа над образом включает в себя элементы актерского мастерства. На занятиях учащиеся получают от педагога задание: выразить ту или иную эмоцию, изобразить какое-либо действие (обида, негодование, разочарование, радость; болеем за спортивную команду, забиваем гол, мы услышали пение птиц и т.д.). Каждое такое выступление оценивается, вносятся поправки.

Для того чтобы достичь синхронности движений, необходимой для сценического выступления, педагог обучает учащихся навыку владения ритмическим рисунком танца. Совмещение музыкального счета с танцевальными движениями происходит без музыкального сопровождения и делится на два этапа. Первоначально преподаватель медленно исполняет танец вместе с учащимися, наглядно отсчитывая ритм (движениями руки). Затем темп постепенно возрастает до необходимого. Педагог дает учащимся возможность привыкнуть к последовательности движений и совмещенному с ними счету, после чего они начинают самостоятельно исполнять танец под фонограмму уже без помощи взрослого.

В процессе обучения педагогом используется такая форма воспитательной работы, как беседа, причем более предпочтительной является индивидуальная ее форма.

№	Раздел и тема программы	Формы занятий	Приёмы и методы	Формы подведения итогов
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>			
1.1.	Вводное занятие	Практическое, самопрезентация.	<i>Словесный, наглядный, групповой.</i>	Текущий контроль
2.	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)			
2.1.	Ритмические упражнения (на середине и по кругу)	Занятие – практика, педагогический мониторинг, беседа, практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Текущий контроль
3.	Европейская программа.			
3.1.	Медленный вальс	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический,</i>	Текущий контроль

			<i>индивидуальный, аналитический</i>	
3.2.	Квикстеп	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Текущий контроль
3.3.	Венский вальс	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Текущий контроль
4.	Латиноамериканская программа			
4.1	Ча – Ча – Ча	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Текущий контроль
4.2	Джайв	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Текущий контроль
4.3	Самба	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Текущий контроль
5.	Ансамбль			
5.1	Постановочная работа	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Текущий контроль
5.2	Репетиционная работа	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Текущий контроль
6.	Открытые занятия	Практическое, комбинированное	<i>Словесный, наглядный, групповой, практический, индивидуальный, аналитический</i>	Итоговый контроль

## 2.5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Для педагога.

1. Агамова С.С, Сарваров Н.С. Эстетическое воспитание младших школьников на основе хореографии //Агамова С.С, Сарваров Н.С/Учебно-методическое пособие//Уфа, 2019;
2. Бальные танцы. - М.: Latvijas Valsts Izdevnieciba, 2013;

3. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика занятий по развитию у детей 5-7 лет творчества в танце. – М., 2004;
4. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных движений. – М., 2004;
5. Зарецкая Н.В. Танцы в детском саду. – М., 2006;
6. Иванникова О.В. Латиноамериканские танцы: Румба и ча-ча-ча. – М., 2005;
7. Мазурина, Н. Г. Костюм и сценическое оформление танца /Н. Г. Мазурина, Дорохович, Н. А. – Минск: БГПУ, 2019;
8. Мясарова О.А. Применение здоровьесберегающих технологий на занятиях хореографией в системе дополнительного образования детей // Мясарова О.А./ Сборник: Образование воспитание и педагогика: традиции, опыт, инновации, сборник статей 2-Всероссийской научно-практической конференции. Пенза, 2020;
9. Пересмотренная техника исполнения Европейских танцев, 2015;
10. Пересмотренная техника исполнения Латиноамериканских танцев, 2015;
11. Пин Ю. Вариации европейских и латиноамериканских танцев для танцоров «Е», «Д» и «С» классов / Ю. Пин. 2-е изд. [Б. м.], 2012;
12. Тарханов И.В. Баласян А.А., Тютюнев М.А. Хореография на основе фигур, общих для нескольких танцев стандартной программы// Тарханов И.В. Баласян А.А., Тютюнев М.А./ Сборник: Совершенствование системы подготовки в танцевальном спорте. Материалы 27 Всероссийской научно – практической конференции. 2018;
13. Шульгина, А. Н. Бальные танцы с конца XIX века до наших дней /А.Н. Шульгина. - М.: ГИТИС, 2012;
14. Эндриус, Тед Магия танца / Тед Эндриус. - Москва: Высшая школа, 2015;
15. Alex Moore «Ballroom Dancing»;
16. «The Ballroom Technigue». Imperial Society of Teachers of Dancing, 2015;
17. «The Revised Technigue of «Latin-American Dancing». Imperial Society of Teachers of Dancing, 2015.

#### **Для учащихся и родителей.**

1. Браиловская, Л.В. Самоучитель бальных танцев. Вальс, танго, самба. – Ростов н/Д: Издательство, 2005;
2. Козлова Н.А . Формирование основ здорового образа жизни младших школьников средствами хореографии //Н.А. Козлова/ О некоторых

- вопросах психологии и педагогики. / Сборник научных трудов по итогам научно-практической конференции, 2015;
3. Учимся танцевать вальс. – Москва: ООО «Попурри», 2002;
  4. Учимся танцевать румбу. – Москва: ООО «Попурри», 2002;
  5. Учимся танцевать самбу. – Москва: ООО «Попурри», 2002;
  6. Учимся танцевать ча – ча - ча. – Москва: ООО «Попурри», 2002.