

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» г. ПЕЧОРА**

РЕКОМЕНДОВАНО
методическим советом
Протокол № 6
от «16» марта 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО
педагогическим советом
Протокол № 4
«26» мая 2020 г.
Директор МАУ ДО «ДДТ»
_____ В.А. Шиповалова

Подписано цифровой подписью:
Шиповалова Виктория Александровна
Дата: 2021.01.25 16:47:32 +03'00'

**Дополнительная образовательная - дополнительная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Элегия»**

Срок реализации: 9 лет.
Возраст учащихся: 7-17 лет.

Составитель: Калашникова Вера Львовна,
педагог дополнительного образования.

г. Печора
2020 г.

Раздел №1. Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты.

Пояснительная записка.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана дополнительная общеобразовательная – дополнительная общеразвивающая программа:

- Федерального Закона от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
- приказ Министерства просвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказ Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года № 214-п;
- Приложение к письму Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми от 19 сентября 2019 г. № 07-13/631 «Рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
- Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества» г.Печора.

Актуальность. В наше время, когда большинство людей страдает от гиподинамии, заболеваний сердечно - сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, занятия спортивными бальными танцами особенно актуальны в детском возрасте .Спортивным танцам отводится особое место в процессе физического воспитания детей. Являясь выразительным средством обучения, танцы обеспечивают интенсивную физическую нагрузку, развивают навыки совместных согласованных действий и творческую активность детей, а также доставляют им большое удовольствие и радость самоутверждения, они становятся физически сильнее и выносливей. А получив хореографические навыки, обучающиеся начинают ощущать необходимость в дальнейшем самосовершенствовании и самоутверждении. Одним из главных результатов наших занятий должны стать легкость и уверенность, результативность на паркете.

Новизна. Новизна программы состоит в новых подходах к критериям оценки результативности обучения начинающих танцоров. Предлагаемые в программе новые критерии оценки результативности обучения бальным танцам могут быть использованы как хорошие стимулы для творческого роста детей и для сохранения интереса к занятиям бальными танцами у детей в течение длительного времени. Определяет симбиоз спорта и хореографии, что позволяет наиболее комплексно воспитать физические данные ребенка, координацию, подвижность двигательного аппарата, ритмичность и свободу движений. В программе используются новейшие учебники по изучению новых и переработанных фигур программ спортивных бальных танцев Стандарта Guy Howard. Technique of Ballroom dancing// The waltz & basic principles – Kenads printers, 2011 и Латины Walter Laird. Technique of Latin dancing - Kenads printers, 2014.

Педагогическая целесообразность Адаптация и развитие личности учащегося. Укрепление здоровья учащихся с учетом их возрастных, психофизиологических особенностей и в соответствии с физиолого-гигиеническими нормативами. Постоянное участие в турнирах по спортивным танцам, получение спортивных разрядов, конкурсах, индивидуальный подход педагога в групповых занятиях, помогает учащемуся определиться с оценкой собственной творческой деятельности.

Отличительные особенности программы. Программа отличается своей структурой от других программ и составлена с учетом новых требований к программам. В отличие от предыдущих программ не предусматривается наличие специальных танцевальных способностей при отборе детей.. Упор делается на единство воспитания и обучения.

Адресат программы:

Возраст учащихся: 7-17 лет

Специальных требований при наборе в группы объединения не предъявляется, ребёнок поступает на основании желания и заявления от родителя, наличия медицинской справки о допуске занятий. Число детей, одновременно находящихся в группе, составляет **от 7 до 30-ти человек**. В группы 2 и 3 годов обучения могут быть зачислены учащиеся, не занимающиеся в группе 1 года обучения, но успешно прошедшие собеседование и творческое задание.

Вид программы по уровню освоения: содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии с базовым уровнем освоения программ.

Классификация программы на основе уровневой дифференциации:

Программа базового уровня.

Объём программы: 1872

Срок реализации программы: 9 лет

Форма обучения – очная

Режим занятий:

Год обучения	Продолжительность занятий в неделю	Периодичность занятий в неделю	Количество занятий в неделю	Количество часов в год
1	2 часа	2 раза	4 часа	144 часа
2	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов
3	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов
4	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов
5	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов
6	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов
7	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов
8	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов
9	2 часа	3 раза	6 часов	216 часов

Особенности организации образовательного процесса

Тренировки групповые. Состав групп постоянный. Занятия проводятся по расписанию, составленному согласно санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам. Продолжительность занятия 90 минут 2 академических часа с 10-минутным перерывом между ними для отдыха и проветривания помещения. По программе дети осваивают как теоретический, так и практический материал. Особенностью организации образовательного процесса является создание конкурсных вариаций, работа над техникой исполнения в латиноамериканской и европейской программе, а также участие в турнирах по спортивным танцам. Так как спортивные бальные танцы это парный вид спорта, то танцуя в паре, ребенок многому учится, и многое приобретает: вырабатывается и развивается не только контроль над собой, коммуникабельность, взаимовыручка, умение настроиться на партнера, работать в команде, но и культура общения с преподавателем, партнером и другими участниками объединения.

Цель программы: Формирование творческой и физически развитой личности учащихся, через раскрытие их индивидуальных возможностей посредством спортивного бального танца.

Задачи программы:

образовательные:

-изучение элементов, фигур, изучение терминологии;

- формирование танцевальных способностей и навыков;
- получение представлений о программах танцах ST и LA;
- изучение становления и развития спортивных бальных танцев;
- изучение основных правил при исполнении вариации;
- изучение основ музыкальной азбуки;

развивающие:

- развитие музыкально-ритмической координации;
- развитие психофизических качеств ребенка (силу, выносливость, координацию);
- развитие мотивации на концертную и творческую деятельность;
- развитие психических процессов ребенка (внимание, память, воображение) ;
- развитие спортивного духа, физических способностей;

Воспитательные:

- вырабатывание позитивного отношения к успеху товарищей;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видов деятельности;
- формирование нравственного сознания, чувств и поведения на основе усвоения общечеловеческих нравственных ценностей;
- вырабатывание готовности и способности к образованию, в том числе самообразованию;
- формирование опыта здорового образа жизни;

Содержание программы.

Содержание программы. Первый год обучения.

Цель: формирование ключевых знаний, изучение учащимися основ базовой техники спортивных бальных танцев.

Задачи:

образовательные:

формирование знаний о различиях в европейской и латиноамериканской программах

развивающие:

развитие чувства ритма, ориентации в зале.

развитие внимания, памяти, воображения;

воспитательные:

формирование сплоченности коллектива.

воспитание эстетического вкуса

развитие коммуникативных способностей общения в коллективе.

Учебный план 1 года обучения.

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Организационное занятие. Правила Техники Безопасности	1	-	1	Контрольн ое занятие
2	Введение в спортивные бальные танцы, танцевальные элементы, обучающие танцы («Вару- вару», «Полька»)	1	8	9	Контрольн ое занятие
3	Разминка	1	30	31	
4	Фигуры обязательных танцев Европейской и Латиноамериканской программы	1	31	32	Выступлен ие на турнире
5	Перемещение в пространстве, музыкальность	1	34	35	Контрольн ое занятие
6	Постановка турнирной вариации	1	35	36	Турнир
Итого объём программы		6	138	144	

Содержание учебного плана 1 года обучения

Раздел 1.

Организационное занятие.

1. Цели и задачи, содержание и форма занятий;
2. Расписание;
3. Внешний вид и форма одежды для занятий (девочки и мальчика), репетиционный костюм, специальная обувь и убранные в причёску волосы;
4. Организация группы по возрасту, знакомство с учениками, заполнение анкет и заявлений о приёме ребёнка в коллектив
5. Поведение при аварийных ситуациях, знакомство со зданием ДДТ (выходы, аварийные выходы)
6. Пользование электрическими приборами (утюг, паровой отпариватель), техническими средствами (магнитола, ноутбук, планшет, TV);
7. Первая помощь при ушибах, растяжениях.

Раздел 2.

Введение в программу спортивного бального танца.

2.1.Теория:

Введение в культуру спортивного танца. Истоки возникновения бальных танцев и вида спорта. Значение терминов на занятиях.

2.2.Понятия по теме: терминология, позиции рук в паре; позиции ног в стандарте и в латине. Осанка и её значение в жизни.

2.3 Обучающие танцы («Вару-вару», «Полька»), танцевальные элементы

2.4.Практика:

Позиции ног 3 и 6, позиции рук рамочка, открытая лицевая позиция партнеров. Подскоки, поднятие колена, галоп вправо и влево, ковырялочка, спуски и подъемы, Качелька, малый квадрат, большой квадрат.

Раздел 3.

Разминка.

Тема 1. «Понятие по теме, техника исполнения упражнений на разогрев мышц».

Теория даётся в контексте с практикой.

Практика:

1.1. Общая разминка на разогрев мышц.

1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.

1.3. Упражнения для подвижности плеч.

1.4. Упражнения рук.

1.5.Упражнения на растяжку мышц ног.

1.6. Движения на прыжках.

1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава «растяжка» - разминка для всех групп мышц.

1.8. Расслабление.

Раздел 4.

Фигуры обязательных танцев Европейской и Латиноамериканской программы

Теория:

1. Что такое бальные танцы
2. Различия между работы стопы Стандарта и Латины
3. Позиция в парах Стандарта и латины

Практика:

1. Фигуры Европейской программы, танец «Медленный вальс»: Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот
2. Фигуры Латиноамериканской программы, танец «Ча-ча-ча»: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп».

Раздел 5.

Перемещение в пространстве.

Теория

- 1 Понятие диагонали, относительно стены и цент
- 2 Музыкальные размеры: 2/4, 3/4, 4/4

Практика

- 1 Хлопки и шаги под различные ритмы
- 2 Выполнение фигур относительно их диагоналей.

Раздел 7.

Постановка турнирной вариации.

Теория: «Танец как законченная художественная форма»

1.1. Образы, характеры, сюжеты, музыка.

Практика:

1.2 Отработка движений и постановка вариации.

Примерный репертуарный план: Медленный вальс, Ча-ча-ча.

Содержание программы. Второй год обучения.

Цель: формирование и изучение базовых знаний учащимися в области спортивных бальных танцев.

Задачи:

образовательные:

формирование знаний о различиях в европейской и латиноамериканской программах

развивающие:

развитие чувства ритма, ориентации в зале.

развитие внимания, памяти, воображения;

воспитательные:

формирование сплоченности коллектива.

воспитание эстетического вкуса

развитие коммуникативных способностей общения в коллективе.

Учебный план 2 года обучения.

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Организационные вопросы.	1	-	1	Беседа
2	Повторение и изучение	1	30	31	Контроль

	фигур, танцев.				ое занятие
3	Разминка	-	60	60	
4	Усложненные фигуры Европейской и Латиноамериканской программы	1	33	34	Зачет
5	Изучение новых танцев Европейской и Латиноамериканской программ	1	32	33	Соревнование
6	Постановка усложненных вариаций	1	50	51	Турнир
7	Концертный номер	-	6	6	Концерт
Итого объём программы		5	211	216	

Содержание учебного плана 2 года обучения.

Раздел 1.

Организационное занятие.

1. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, общими требованиями к воспитаннику ДДТ, с правилами техники безопасности.
2. Действия при пожаре, первая помощь при ушибах, переломах, обморожениях
3. Правила дорожного движения (для пешехода)

Раздел 2.

Техника выполнения фигур стандарта и латины

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина.

1.2. Фигуры Европейской программы, танец «Медленный вальс»:

Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы, танец «Ча-ча-ча»: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп».

Раздел 3.

Разминка

Практика в контексте с теорией:

- 1.1. Общая разминка на разогрев мышц.
- 1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.
- 1.3. Упражнения для подвижности плеч.

1.4. Упражнения рук.

1.5. Упражнения на растяжку мышц ног.

1.6. Движения на прыжках.

1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, подвижность и укрепление коленных суставов, гибкость спины, формирование танцевального шага, «растяжка» - разминка для всех групп мышц.

1.8. Расслабление.

Раздел 4.

Усложненные фигуры Европейской и Латиноамериканской программы

Теория

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика

1 Фигуры Европейской программы, танец «Медленный вальс»: Левый поворот, виск, шассе, променадная позиция.

2 Фигуры Латиноамериканской программы, танец «Ча-ча-ча»: Три ча-ча-ча, спот поворот под рукой, спот поворот обоих партнеров, хип твист, веерная позиция, алемана, слип шассе, хип твист шассе.

Раздел 5.

Изучение новых танцев Европейской и Латиноамериканской программы

Теория

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер

Практика

1 Танцевальные элементы: типл шассе вправо и влево, типл шассе по большому квадрату, качелька, малый квадрат, большой квадрат, понятие баунс, меняющиеся ритмы в фигуре.

2 Работа корпуса в европейских танцах

3 Европейская программа

танец Квикстеп: Прогрессивное шассе, локстепы.

4 Латиноамериканская программа работа бедер

5 Латиноамериканская программа

Самба: Виск, вольта поворот, самбо ход стационарный и боковой.

Раздел 6.

Постановка усложненных вариаций танцев «Медленный вальс», «Ча-ча-ча»; вариации новых танцев «Квикстеп», «Самба».

Теория:

1.1. Музыка, характер, исполнение.

1.2. основные элементы и фигуры вариации

1.2. правильная последовательность исполнения фигур.

Практика: разучивание вариации, отработка в деталях.

Раздел 7.

Концертная деятельность.

Участие в концертах: подготовке и отработке концертных номеров.

Содержание программы. Третий год обучения.

Цель: Применения полученных знаний и умений в соревнованиях по спортивным бальным танцам.

Задачи:

образовательные:

- изучение новых фигур в европейской и латиноамериканской программах
- формирование танцевального опыта;

развивающие:

- развитие чувства ритма, ориентации в зале;
- развитие внимания, памяти, воображения;
- развитие спортивного духа, физических способностей;

воспитательные:

- воспитание эстетического вкуса;
- развитие коммуникативных способностей общения в коллективе
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видов деятельности;

Учебный план 3 года обучения.

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Организационные вопросы.	1	-	1	Опрос
2	Разминка, партерная гимнастика	-	40	40	
3	Повторение элементов и фигур	-	30	30	Зачет
4	Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы	-	30	30	Контрольное занятие

5	Новые танцы Европейской и латиноамериканской программы	-	30	30	Выступление
6	Постановка вариаций с усложненными фигурами	2	48	50	Зачет
7	Постановочная и концертная деятельность	-	35	35	Концерт
Итого объём программы		3	213	216	

Содержание учебного плана 3 года обучения.

Раздел 1.

Организационное занятие.

1. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, общими требованиями к воспитаннику ДДТ, с правилами техники безопасности.
2. Правила дорожного движения
3. Заполнение анкетных данных учащихся
4. Действия при пожаре

Раздел 2

Разминка, партерная гимнастика

Практика в контексте с теорией:

- 1.1. Общая разминка на разогрев мышц.
- 1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.
- 1.3. Упражнения для подвижности плеч.
- 1.4. Упражнения рук.
- 1.5. Упражнения на растяжку мышц ног.
- 1.6. Движения на прыжках.
- 1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, подвижность и укрепление коленных суставов, гибкость спины, формирование танцевального шага, «растяжка» - разминка для всех групп мышц.
- 1.8. Расслабление.

Раздел 3

Повторение элементов и фигур

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

- 1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина. Работа корпуса в европейских танцах. Латиноамериканская программа работа бедер

1.2. Фигуры Европейской программы

Медленный вальс: Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот, Левый поворот, виск, шассе, променадная позиция.

Квикстеп: Прогрессивное шассе, локстепы.

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы

Ча-ча-ча: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп», Три ча-ча-ча, спот поворот под рукой, спот поворот обоих партнеров, хип твист, веерная позиция, алемана, слип шассе, хип твист шассе.

Самба: Виск, вольта поворот, самбо ход стационарный и боковой.

1.4 Танцевальные элементы: типл шассе вправо и влево, типл шассе по большому квадрату, качелька, малый квадрат, большой квадрат, понятие баунс, меняющиеся ритмы в фигуре.

Раздел 4.

Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы возрастной категории юниоры 1

Теория

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов

Практика

1. Европейская программа: Изменения ритма, степени поворотов, понятие «флокрафт».

2 **Медленный вальс:** Спин поворот, виск, плетение из променадной позиции.

3 **Квикстеп:** спин поворот, правый поворот, V6

4 **Ча-ча-ча:** клюшка, три ча-ча-ча с алеманой, веер

5 **Самба:** виск, самбо ход, левый поворот, вольта

Раздел 5.

Новые танцы Европейской и латиноамериканской программы

1 Европейская программа: венский вальс: правый поворот

2 Латиноамериканская программа: Джайв: рок, шассе вправо и влево, свивл, американский спин вопорот.

Раздел 6.

Постановка вариаций с усложненными фигурами танцев Европейской программы -(Медленный вальс, квикстеп, венский вальс); латиноамериканская программа (самба, ча-ча-ча. Джайв)

Теория:

1.1. Музыка, характер, исполнение.

1.2. основные элементы и фигуры вариации

1.2. правильная последовательность исполнения фигур.

Практика: разучивание вариации, отработка в деталях.

Раздел 7.

Постановочная и концертная деятельность

Постановка и отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах.

Содержание программы. Четвёртый год обучения.

Цель: формирование умений и навыков в соревнованиях по спортивным бальным танцам.

Задачи:

образовательные:

- изучение новых фигур в европейской и латиноамериканской программах
- формирование танцевального опыта;

развивающие:

- развитие чувства ритма, ориентации в зале;
- развитие внимания, памяти, воображения;
- развитие спортивного духа, физических способностей;

воспитательные:

- воспитание эстетического вкуса;
- развитие коммуникативных способностей общения в коллективе
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видов деятельности

Учебный план 4 года обучения.

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Организационные вопросы.	1	-	1	Опрос
2	Разминка, партерная гимнастика	-	40	40	Зачет
3	Повторение элементов и фигур	-	40	40	
4	Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы	1	29	30	Зачет
5	Новые танцы Европейской	1	49	50	Контрольн

	и латиноамериканской программы				ое занятие
6	Постановка вариаций с усложненными фигурами	1	44	45	Выступление в концертах
7	Постановочная и концертная деятельность	-	10	10	Отчетный концерт
Итого объём программы		4	212	216	

Содержание учебного плана 4 года обучения.

Раздел 1.

Организационное занятие.

1. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, общими требованиями к учащемуся ДДТ, с правилами техники безопасности.
2. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах
3. Правила дорожного движения
4. Заполнение анкетных данных учащихся
5. Действия при пожаре

Раздел 2

Техника классического тренажа

Практика в контексте с теорией:

- 1.1. Общая разминка на разогрев мышц.
- 1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.
- 1.3. Упражнения для подвижности плеч.
- 1.4. Упражнения рук.
- 1.5. Упражнения на растяжку мышц ног.
- 1.6. Движения на прыжках.
- 1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, подвижность и укрепление коленных суставов, гибкость спины, формирование танцевального шага, «растяжка» - разминка для всех групп мышц.
- 1.8. Расслабление.

Раздел 3

Повторение элементов и фигур

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

- 1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина. Изменения ритма, степени поворотов, понятие «флокрафт». Работа корпуса в европейских танцах.

Латиноамериканская программа работа бедер.

1.2. Фигуры Европейской программы

Медленный вальс: Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот, Левый поворот, виск, шассе, променадная позиция. Спин поворот, виск, плетение из променадной позиции.

Квикстеп: Прогрессивное шассе, локстепы, спин поворот, правый поворот, V6

Венский вальс: правый поворот

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы

Ча-ча-ча: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп», Три ча-ча-ча, спот поворот под рукой, спот поворот обоих партнеров, веерная позиция, алемана, слип шассе, хип твист шассе, клюшка, три ча-ча-ча с алеманой, веер

Самба: Виск, вольта поворот, самбо ход стационарный и боковой.

Альтернативный виск, самбо ход, левый поворот, вольта

1.4 Танцевальные элементы: типл шассе вправо и влево, типл шассе по большому квадрату, качелька, малый квадрат, большой квадрат, понятие баунс, меняющиеся ритмы в фигуре.

Джайв: рок, шассе вправо и влево, свивл, американский спин вопорот.

Раздел 4.

Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур

Европейской и Латиноамериканской программы

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина. Изменения ритма, степени поворотов, понятие «флокрафт». Работа корпуса в европейских танцах.

Латиноамериканская программа работа бедер.

1.2. Фигуры Европейской программы

танец «Медленный вальс: перемена хазетейшен, левое корте. Плетение в ритме вальса.

Квикстеп: правый поворот, бегущее окончание, правый бегущее окончание локстеп, кросс шассе.

Венский вальс: перемены, левый поворот

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы

Ча-ча-ча: Плечем к плечу, рука к руке, альтернативные три ча-ча-ча, волчок.

Шассе: ронд, кубинский брейк, компактное, бега.

Самба: Ботафога, корта джака, самбоходы: променадный, боковой, в теневой позиции, коса, раскручивание.

Джайв: Звено, смена мест с право на лево, слева на право; стоп энд гоу; удар

бедром.

1.4 Танцевальные элементы: типл шассе вправо и влево, типл шассе по большому квадрату, качелька, малый квадрат, большой квадрат, понятие баунс, меняющиеся ритмы в фигуре.

Раздел 5.

Новые танцы Европейской и латиноамериканской программы

1 Европейская программа:Танго: ход, звено, променад, открытый променад, левый основной поворот, левый открытый поворот.

2 латиноамериканская программа: Румба: основной шаг, работа стопы и счет, чек, рука к руке, спот поворот, веер, клюшка, алемана.

Раздел 6.

Постановка вариаций с усложненными фигурами танцев Европейской программы (Медленный вальс, танго, венский вальс, квикстеп); латиноамериканская программа (самба, ча-ча-ча, румба, джайв)

Теория:

1.1. Музыка, характер, исполнение.

1.2. основные элементы и фигуры вариации

1.2. правильная последовательность исполнения фигур.

Практика: разучивание вариации, отработка в деталях.

Раздел 7.

Постановочная и концертная деятельность

Постановка и отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах.

Содержание программы. Пятый год обучения.

Цель: Применения полученных знаний и практических умений в соревнованиях по спортивным танцам.

Задачи:

образовательные:

- изучение новых фигур в европейской и латиноамериканской программах
- формирование танцевального опыта;

развивающие:

- развитие чувства ритма, ориентации в зале;
- развитие внимания, памяти, воображения;
- развитие спортивного духа, физических способностей;

воспитательные:

- воспитание эстетического вкуса;
- развитие коммуникативных способностей общения в коллективе

- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видов деятельности

Учебный план 5 года обучения

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Организационные вопросы.	1	-	1	Опрос
2	Разминка, партерная гимнастика	1	40	41	Зачет
3	Повторение элементов и фигур	-	15	15	
4	Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы	-	40	40	Контрольное занятие
5	Новые танцы Европейской и латиноамериканской программы	2	40	42	Выступление в концертах
6	Постановка вариаций с усложненными фигурами	2	48	50	Зачет
7	Постановочная и концертная деятельность	-	27	27	Отчетный концерт
Итого объём программы		6	210	216	

Содержание учебного плана 5 года обучения.

Раздел 1.

Организационное занятие.

1. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, общими требованиями к учащемуся ДДТ, с правилами техники безопасности.
2. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах
3. Правила дорожного движения
4. Заполнение анкетных данных учащихся
5. Действия при пожаре

Раздел 2

Разминка

Практика в контексте с теорией:

- 1.1. Общая разминка на разогрев мышц.
- 1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.
- 1.3. Упражнения для подвижности плеч.
- 1.4. Упражнения рук.
- 1.5. Упражнения на растяжку мышц ног.
- 1.6. Движения на прыжках.
- 1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, подвижность и укрепление коленных суставов, гибкость спины, формирование танцевального шага, «растяжка» - разминка для всех групп мышц.
- 1.8. Расслабление.

Раздел 3

Повторение элементов и фигур

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина. Изменения ритма, степени поворотов, понятие «флокрафт». Работа корпуса в европейских танцах. Латиноамериканская программа работа бедер.

1.2. Фигуры Европейской программы

Медленный вальс: Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот, Левый поворот, виск, шассе, променадная позиция. Спин поворот, виск, плетение из променадной позиции. перемена хазетейшен, левое корте. Плетение в ритме вальса.

Квикстеп: Прогрессивное шассе, локстепы, спин поворот, правый поворот, V6, правый поворот, бегущее окончание, правый бегущее окончание локстеп, кросс шассе.

Венский вальс: правый поворот, перемены, левый поворот.

Танго: ход, звено, променад, открытый променад, левый основной поворот, левый открытый поворот, фостеп перемена, файв степ.

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы

Ча-ча-ча: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп», Три ча-ча-ча, спот поворот под рукой, спот поворот обоих партнеров, веерная позиция, алемана, слип шассе, хип твист шассе, клюшка, три ча-ча-ча с алеманой, веер, Плечем к плечу, рука к руке, альтернативные три ча-ча-ча, волчок. Шассе: ронд, кубинский брейк, компактное, бега.

Самба: Виск, вольта поворот, самбо ход стационарный и боковой. Альтернативный виск, самбо ход, левый поворот, вольта: Ботафога, корта джака, самбоходы: променадный, боковой, в теневой позиции, коса, раскручивание.

Джайв: рок, шассе вправо и влево, свивл, американский спин поворот, Звено, смена мест с право на лево, слева на право; стоп энд гоу; удар бедром.

Румба: основной шаг, работа стопы и счет, чек, рука к руке, спот поворот, веер, клюшка, алемана.

1.4 Танцевальные элементы: типл шассе вправо и влево, типл шассе по большому квадрату, качелька, малый квадрат, большой квадрат, понятие баунс, меняющиеся ритмы в фигуре.

Раздел 4.

Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур

Европейской и Латиноамериканской программы

Европейская программа:

Медленный вальс: Открытый телемарк, закрытый телемарк, двойной левый спин.

Танго: Открытый левый поворот дама сбоку, левый поворот на поступательном боковом шаге, рок с правой ноги, рок с левой ноги, корте назад, правый рок поворот.

Квикстеп: Закрытый импетус поворот, Левый пивот, Двойной левый спин, Бегущий правый поворот, Четыре быстрых бегущих.

Венский вальс: работа корпуса.

Латиноамериканская программа:

Самба: Аргентинские кроссы, Дроп вольта, Закрытые роки на ПН и ЛН (Закрытые роки)

Ча-ча-ча: Аида, Турецкое полотенце, Дробный кубинский брэйк в том числе в виде фигур (в редакции: – Дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП; – Дробный кубинский брэйк из открытой контр ПП и открытой ПП)

Румба: Фоллэвэй (Аида), Спираль, Роуп спин, Фэнсинг, Скользящие дверцы

Джайв: Хлыст, Променадный ход (медленный и быстрый) (Шаги), Перекрученная смена мест слева направо, муч.

Раздел 5.

Новые танцы Европейской и латиноамериканской программы

1 Европейская программа: танец «Медленный фокстрот»: шаг перо, тройной шаг, левый поворот, левая волна.

2 латиноамериканская программа: «Пасодобль»: Аппель, сур пляс, шассе вправо и влево, Разъединение

Раздел 6.

Постановка вариаций с усложненными фигурами танцев Европейской

программы (Медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп); латиноамериканская программа (самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв)

Теория:

1.1. Музыка, характер, исполнение.

1.2. основные элементы и фигуры вариации

1.2. правильная последовательность исполнения фигур.

Практика: разучивание вариации, отработка в деталях.

Раздел 7.

Постановочная и концертная деятельность.

Содержание программы. Шестой год обучения.

Цель: совершенствование знаний и практических умений в спортивных бальных танцах.

Задачи:

образовательные:

-формирование танцевального опыта;

-изучение новых танцевальных программ;

развивающие:

-развитие чувства ритма, ориентации в зале;

-развитие внимания, памяти, воображения;

-развитие спортивного духа, физических способностей;

воспитательные:

воспитание эстетического вкуса;

развитие коммуникативных способностей общения в коллективе

- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видов деятельности

Учебный план 6 года обучения.

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Организационные вопросы.	1	-	1	Опрос
2	Разминка, партерная гимнастика	1	40	41	
3	Повторение элементов и фигур	-	43	43	

4	Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы	1	39	40	
5	Постановка вариаций с усложненными фигурами	3	50	53	
6	Постановочная и концертная деятельность	-	38	38	
	Итого объём программы:	6	210	216	

Содержание учебного плана 6 года обучения.

Раздел 1.

Организационное занятие.

1. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, общими требованиями к учащемуся ДДТ, с правилами техники безопасности.
2. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах
3. Правила дорожного движения
4. Заполнение анкетных данных учащихся
5. Действия при пожаре

Раздел 2

Разминка

Практика в контексте с теорией:

- 1.1. Общая разминка на разогрев мышц.
- 1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.
- 1.3. Упражнения для подвижности плеч.
- 1.4. Упражнения рук.
- 1.5. Упражнения на растяжку мышц ног.
- 1.6. Движения на прыжках.
- 1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, подвижность и укрепление коленных суставов, гибкость спины, формирование танцевального шага, «растяжка» - разминка для всех групп мышц.
- 1.8. Расслабление.

Раздел 3

Повторение элементов и фигур

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина. Изменения ритма, степени поворотов, понятие «флокрафт». Работа корпуса в европейских танцах.

Латиноамериканская программа работа бедер.

1.2. Фигуры Европейской программы

Медленный вальс: Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот, Левый поворот, виск, шассе, променадная позиция. Спин поворот, виск, плетение из променадной позиции. перемена хазетейшен, левое корте. Плетение в ритме вальса. Открытый телемарк, закрытый телемарк, двойной левый спин.

Квикстеп: Прогрессивное шассе, локстепы, спин поворот, правый поворот, V6, правый поворот, бегущее окончание, правый бегущее окончание локстеп, кросс шассе. Закрытый импетус поворот, Левый пивот, Двойной левый спин, Бегущий правый поворот, Четыре быстрых бегущих.

Венский вальс: правый поворот, перемены, левый поворот. Работа корпуса.

Танго: ход, звено, променад, открытый променад, левый основной поворот, левый открытый поворот, фостеп перемена, файв степ. Открытый левый поворот дама сбоку, левый поворот на поступательном боковом шаге, рок с правой ноги, рок с левой ноги, корте назад, правый рок поворот.

Медленный фокстрот: шаг перо, тройной шаг, левый поворот, левая волна.

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы

Ча-ча-ча: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп», Три ча-ча-ча, спот поворот под рукой, спот поворот обоих партнеров, веерная позиция, алемана, слип шассе, хип твист шассе, клюшка, три ча-ча-ча с алеманой, веер, Плечем к плечу, рука к руке, альтернативные три ча-ча-ча, волчок. Шассе: ронд, кубинский брейк, компактное, бега. Аида, Турецкое полотенце, Дробный кубинский брейк в том числе в виде фигур (в редакции: – Дробный кубинский брейк в открытой контр ПП; – Дробный кубинский брейк из открытой контр ПП и открытой ПП

Самба: Виск, вольта поворот, самбо ход стационарный и боковой. Альтернативный виск, самбо ход, левый поворот, вольта, Ботафога, корта джака, самбоходы: променадный, боковой, в теневой позиции, коса, раскручивание. Аргентинские кроссы, Дропнт вольта, Закрытые роки на ПН и ЛН (Закрытые роки)

Джайв: рок, шассе вправо и влево, свивл, американский спин поворот, Звено, смена мест с право на лево, слева на право; стоп энд гоу; удар бедром. Хлыст, Променадный ход (медленный и быстрый) (Шаги), Перекрученная смена мест слева направо, муч.

Румба: основной шаг, работа стопы и счет, чек, рука к руке, спот поворот, веер, клюшка, алемана. Фоллэвэй (Аида), Спираль, Роуп спин, Фэнсинг, Скользящие дверцы.

«Пасодобль»: Аппель, сур пляс, шассе вправо и влево, Разъединение

1.4 Танцевальные элементы: типл шассе вправо и влево, типл шассе по большому квадрату, качелька, малый квадрат, большой квадрат, понятие баунс, меняющиеся ритмы в фигуре.

Раздел 4.

Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы

Европейская программа:

Медленный вальс: Закрытый импетус поворот, Открытый импетус поворот, Крыло, Наружный спин

Танго: Правый твист поворот, Правый променадный поворот, Браш тэп, Открытый променад назад

Квикстеп: Зигзаг, лок степ назад, бегущее окончание, Смена направления, Кросс свивл

Медленный фокстрот: Правый поворот, Закрытый импетус поворот, Перо-окончание, Перо из ПП, Изогнутое перо

Латиноамериканская программа

Самба: Непрерывный вольта поворот на месте вправо или влево (Мэйпоул), Самба шассе в сторону, открытые роки вправо и влево, Методы смены ног (Смены ног)

Ча-ча-ча: Ритм «гуапача», Следуй за мной, Методы смены ног (Смены ног), синкопированный открытый хип твист.

Румба: «Хабанера-ритм», Фэнсинг, раскрытие вправо и влево, Открытый хип твист, Левый волчок

Пасодобль: Шестнадцать, Променад в контр-променад, Большой круг, Синкопированное разъединение

Джайв: Смена рук за спиной, Смена мест справа налево со сменой рук, Простой спин, Шаги цыпленка

Раздел 5.

Постановка вариаций с усложненными фигурами танцев Европейской программы (Медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп); латиноамериканская программа (самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв)

Теория:

1.1. Музыка, характер, исполнение.

1.2. основные элементы и фигуры вариации

1.2. правильная последовательность исполнения фигур.

Практика: разучивание вариации, отработка в деталях.

Раздел 6.

Концертная деятельность

Постановка и отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах.

Содержание программы. Седьмой год обучения.

Цель: Совершенствование полученных знаний и практических умений в области бальных спортивных танцах.

Задачи:

образовательные:

-изучение нового танцевального репертуара;

развивающие:

-развитие чувства ритма, ориентации в зале;

-развитие внимания, памяти, воображения;

-развитие спортивного духа, физических способностей;

воспитательные:

воспитание эстетического вкуса;

развитие коммуникативных способностей общения в коллективе

- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видов деятельности

Учебный план 7 года обучения.

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Организационные вопросы.	1	-	1	Опрос
2	Разминка, партерная гимнастика	1	40	41	Зачет
3	Повторение элементов и фигур	-	36	36	
4	Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы	1	39	40	Турнир

5	Постановка вариаций с усложненными фигурами	1	69	70	Турнир
6	Постановочная и концертная деятельность	2	26	28	Отчетный концерт.
Итого объём программы		6	210	216	

Содержание учебного плана 7 года обучения.

Раздел 1.

Организационное занятие.

1. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, общими требованиями к учащемуся ДДТ, с правилами техники безопасности.
2. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах
3. Правила дорожного движения
4. Заполнение анкетных данных учащихся
5. Действия при пожаре

Раздел 2

Разминка

Практика в контексте с теорией:

- 1.1. Общая разминка на разогрев мышц.
- 1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.
- 1.3. Упражнения для подвижности плеч.
- 1.4. Упражнения рук.
- 1.5. Упражнения на растяжку мышц ног.
- 1.6. Движения на прыжках.
- 1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, подвижность и укрепление коленных суставов, гибкость спины, формирование танцевального шага, «растяжка» - разминка для всех групп мышц.
- 1.8. Расслабление.

Раздел 3

Повторение элементов и фигур

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

- 1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина. Изменения ритма, степени поворотов, понятие «флокрафт». Работа корпуса в европейских танцах. Латиноамериканская программа работа бедер.

1.2. Фигуры Европейской программы

Медленный вальс: Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот, Левый поворот, виск, шассе, променадная позиция. Спин поворот, виск, плетение из променадной позиции. перемена хазетейшен, левое корте. Плетение в ритме вальса. Открытый телемарк, закрытый телемарк, двойной левый спин. Закрытый импульс поворот, Открытый импульс поворот, Крыло, Наружный спин.

Квикстеп: Прогрессивное шассе, локстепы, спин поворот, правый поворот, V6, правый поворот, бегущее окончание, правый бегущее окончание локстеп, кросс шассе. Закрытый импульс поворот, Левый пивот, Двойной левый спин, Бегущий правый поворот, Четыре быстрых бегущих. Зигзаг, лок степ назад, бегущее окончание, Смена направления, Кросс свивл

Венский вальс: правый поворот, перемены, левый поворот. Работа корпуса.

Танго: ход, звено, променад, открытый променад, левый основной поворот, левый открытый поворот, фостеп перемена, файв степ. Открытый левый поворот дама сбоку, левый поворот на поступательном боковом шаге, рок с правой ноги, рок с левой ноги, корте назад, правый рок поворот. Правый твист поворот, Правый променадный поворот, Браш тэп, Открытый променад назад

Медленный фокстрот: Правый поворот, Закрытый импульс поворот, Перо-окончание, Перо из ПП, Изогнутое перо

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы

Ча-ча-ча: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп», Три ча-ча-ча, спот поворот под рукой, спот поворот обоих партнеров, веерная позиция, алемана, слип шассе, хип твист шассе, клюшка, три ча-ча-ча с алеманой, веер, Плечем к плечу, рука к руке, альтернативные три ча-ча-ча, волчок. Шассе: ронд, кубинский брейк, компактное, бега. Аида, Турецкое полотенце, Дробный кубинский брэйк в том числе в виде фигур (в редакции: – Дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП; – Дробный кубинский брэйк из открытой контр ПП и открытой ПП

Самба: Виск, вольта поворот, самбо ход стационарный и боковой. Альтернативный виск, самбо ход, левый поворот, вольта, Ботафога, корта джака, самбоходы: променадный, боковой, в теневой позиции, коса, раскручивание. Аргентинские кроссы, Дропст вольта, Закрытые роки на ПН и ЛН (Закрытые роки)

Джайв: рок, шассе вправо и влево, свивл, американский спин поворот, Звено, смена мест с право на лево, слева на право; стоп энд гоу; удар бедром. Хлыст, Променадный ход (медленный и быстрый) (Шаги), Перекрученная смена мест слева направо, муч.

Румба: основной шаг, работа стопы и счет, чек, рука к руке, спот поворот, веер, клюшка, алемана. Фоллэвэй (Аида), Спираль, Роуп спин, Фэнсинг,

Скользящие дверцы.

Пасодобль: Шестнадцать, Променад в контр-променад, Большой круг, Синкопированное разъединение

1.4 Танцевальные элементы: типл шассе вправо и влево, типл шассе по большому квадрату, качелька, малый квадрат, большой квадрат, понятие баунс, меняющиеся ритмы в фигуре.

Раздел 4.

Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы

Европейская программа:

Медленный вальс: Кросс хэзитэйшн, Закрытое крыло, Наружный спин Поворотный лок влево (Поворотный лок), Поворотный лок вправо

Танго: Альтернативные методы выхода в ПП, Открытый левый поворот, дама – в линию (с закрытым или с открытым окончанием), Правый твист поворот, Правый променадный поворот, Променадное звено, включая вариант Променадное звено с поворотом влево [2]

Квикстеп: Шесть быстрых бегущих, Ховер кортэ, Типси вправо и влево, румбо кросс.

Медленный фокстрот: Закрытый телемарк, Открытый телемарк, Проходящий правый поворот из ПП (Открытый правый поворот из ПП), Наружный свивл

Латиноамериканская программа

Самба: Вольта в продвижении вправо и влево (Крисс кросс вольта), Ботафого в теневой позиции, Вольта в продвижении в теневой позиции, Дропнт вольта в теневой позиции

Ча-ча-ча: «Возлюбленная», локон, спираль. Левый волчок

Румба: левый волчок, три тройки, три алеманы

Пасодобль: основное движение, марш, шассе влево закончить в ПП, шассе влево и вправо с подъемом и без. Атака, дрэг. Шестнадцать, твист поворот.

Джайв: шаги цыпленка, испанские руки, майями спешил, ветряная мельница.

Раздел 5.

Постановка вариаций с усложненными фигурами танцев Европейской программы (Медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп); латиноамериканская программа (самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв)

Теория:

1.1. Музыка, характер, исполнение.

1.2. основные элементы и фигуры вариации

1.3. правильная последовательность исполнения фигур.

Практика: разучивание вариации, отработка в деталях.

Раздел 6.

Постановочная и концертная деятельность

Постановка и отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах. Применение (изучение) новых видов современной хореографии по мере заинтересованности учащихся.

Содержание программы. Восьмой год обучения.

Цель: Совершенствование мастерства в области спортивных бальных танцев.

Задачи:

образовательные:

-применения знаний на турнире по спортивным танцам

развивающие:

-развитие психофизических качеств ребенка (силу, выносливость, координацию)

- развивать творческие умения самостоятельно выполнять работу;

воспитательные:

- формировать позитивное отношение друг к другу;

- формировать объективную оценку собственной работы;

Учебный план 8 года обучения.

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Организационные вопросы.	1	-	1	Опрос
2	Разминка, партерная гимнастика	1	40	41	
3	Повторение элементов и фигур	-	50	50	
4	Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы	1	60	61	
5	Постановка вариаций с усложненными фигурами	-	45	45	
6	Постановочная и концертная деятельность	-	18	18	
Итого объём программы		3	213	216	

Содержание учебного плана 8 года обучения.

Раздел 1.

Организационное занятие.

6. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, общими требованиями к учащемуся ДДТ, с правилами техники безопасности.
7. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах
8. Правила дорожного движения
9. Заполнение анкетных данных учащихся
10. Действия при пожаре

Раздел 2

Разминка

Практика в контексте с теорией:

- 1.1. Общая разминка на разогрев мышц.
- 1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.
- 1.3. Упражнения для подвижности плеч.
- 1.4. Упражнения рук.
- 1.5. Упражнения на растяжку мышц ног.
- 1.6. Движения на прыжках.
- 1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, подвижность и укрепление коленных суставов, гибкость спины, формирование танцевального шага, «растяжка» - разминка для всех групп мышц.
- 1.8. Расслабление.

Раздел 3

Повторение элементов и фигур

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина. Изменения ритма, степени поворотов, понятие «флокрафт». Работа корпуса в европейских танцах. Латиноамериканская программа работа бедер.

1.2. Фигуры Европейской программы

Медленный вальс: Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот, Левый поворот, виск, шассе, променадная позиция. Спин поворот, виск, плетение из променадной позиции. перемена хазетейшен, левое корте. Плетение в ритме вальса. Открытый телемарк, закрытый телемарк, двойной левый спин. Закрытый импетус поворот, Открытый импетус поворот, Крыло, Наружный спин. Кросс хэзитэйшн, Закрытое крыло, Наружный спин Поворотный лок влево (Поворотный лок), Поворотный лок вправо

Квикстеп: Прогрессивное шассе, локстепы, спин поворот, правый поворот, V6, правый поворот, бегущее окончание, правый бегущее окончание локстеп, кросс шассе. Закрытый импетус поворот, Левый пивот, Двойной левый спин, Бегущий правый поворот, Четыре быстрых бегущих. Зигзаг, лок степ назад, бегущее окончание, Смена направления, Кросс свивл. Шесть быстрых бегущих, Ховер кортэ, Типси вправо и влево, румбо кросс.

Венский вальс: правый поворот, перемены, левый поворот. Работа корпуса.

Танго: ход, звено, променад, открытый променад, левый основной поворот, левый открытый поворот, фостеп перемена, файв степ. Открытый левый поворот дама сбоку, левый поворот на поступательном боковом шаге, рок с правой ноги, рок с левой ноги, корте назад, правый рок поворот. Правый твист поворот, Правый променадный поворот, Браш тэп, Открытый променад назад. Альтернативные методы выхода в ПП, Открытый левый поворот, дама – в линию (с закрытым или с открытым окончанием), Правый твист поворот, Правый променадный поворот, Променадное звено, включая вариант Променадное звено с поворотом влево [2]

Медленный фокстрот: Правый поворот, Закрытый импетус поворот, Перо-окончание, Перо из ПП, Изогнутое перо. Закрытый телемарк, Открытый телемарк, Проходящий правый поворот из ПП (Открытый правый поворот из ПП), Наружный свивл

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы

Ча-ча-ча: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп», Три ча-ча-ча, спот поворот под рукой, спот поворот обоих партнеров, веерная позиция, алемана, слип шассе, хип твист шассе, клюшка, три ча-ча-ча с алеманой, веер, Плечем к плечу, рука к руке, альтернативные три ча-ча-ча, волчок. Шассе: ронд, кубинский брейк, компактное, бега. Аида, Турецкое полотенце, Дробный кубинский брэйк в том числе в виде фигур (в редакции: – Дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП; – Дробный кубинский брэйк из открытой контр ПП и открытой ПП, «Возлюбленная», локон, спираль. Левый волчок

Самб: Виск, вольта поворот, самбо ход стационарный и боковой. Альтернативный виск, самбо ход, левый поворот, вольта, Ботафого, корта джака, самбоходы: променадный, боковой, в теневой позиции, коса, раскручивание. Аргентинские кроссы, Дропнт вольта, Закрытые роки на ПН и ЛН (Закрытые роки), Вольта в продвижении вправо и влево (Крисс кросс вольта), Ботафого в теневой позиции, Вольта в продвижении в теневой позиции, Дропнт вольта в теневой позиции

Джайв: рок, шассе вправо и влево, свивл, американский спин поворот, Звено, смена мест с право на лево, слева на право; стоп энд гоу; удар бедром. Хлыст, Променадный ход (медленный и быстрый) (Шаги), Перекрученная

смена мест слева направо, муч. шаги цыпленка, испанские руки, майями спешил, ветряная мельница

Румба: основной шаг, работа стопы и счет, чек, рука к руке, спот поворот, веер, клюшка, алемана. Фоллэвэй (Аида), Спираль, Роуп спин, Фэнсинг, Скользящие дверцы. левый волчок, три тройки, три алеманы

Пасодобль: Шестнадцать, Променад в контр-променад, Большой круг, Синкопированное разъединение. основное движение, марш, шассе влево закончить в ПП, шассе влево и вправо с подъемом и без. Атака, дрэг. Шестнадцать, твист поворот.

Раздел 4.

Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур

Европейской и Латиноамериканской программы

Европейская программа:

Медленный вальс: Бегущий спин поворот, Быстрый правый спин поворот, Проходящий правый поворот (Открытый правый поворот)

Танго: Фоллэвэй променад, Открытый променад назад, Файв степ в повороте влево, Виск, Виск назад, Фоллэвэй фо степ

Квикстеп: быстрый открыты левый, Правый поворот с хэзитэйшн, Поступательное шассе, Лок степ вперед (Лок вперед), Лок степ назад (Лок назад)

Медленный фокстрот: Открытый импетус поворот, Плетение из ПП, Топ спин, Правый телемарк, Ховер перо, Ховер телемарк

Латиноамериканская программа

Самба: Вольта по кругу в теневой позиции, Корта джака в теневой позиции, Вольта по кругу вправо или влево (Карусель), Бег в променад и контр променад, Кариока ранс

Ча-ча-ча: Закрытый хип твист со спиральным окончанием (Хип твист со спиральным окончанием), Открытый хип твист со спиральным окончанием (Развитие фигуры Хип твист со спиральным окончанием), Непрерывный хип твист по кругу

Румба: Правый волчок, Закрытый хип твист, Усложнённый хип твист, Раскрытие из левого волчка, Поступательные шаги вперед в теневой позиции (Кики вокс)

Пасодобль: Перемещение (включая Атаку и Слип атаку), Променадная приставка, Восемь, Разъединение с обходом дамы вокруг мужчины (движение типа «плащ»)

Джайв: Кёли вип, Левый хлыст, Флики в брэйк, Крадущиеся шаги, флики и брэйк

Раздел 5.

Постановка вариаций с усложненными фигурами танцев Европейской программы (Медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп); латиноамериканская программа (самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв)

Теория:

1.1. Музыка, характер, исполнение.

1.2. основные элементы и фигуры вариации

1.2. правильная последовательность исполнения фигур.

Практика: разучивание вариации, отработка в деталях.

Раздел 6.

Постановочная и концертная деятельность

Постановка и отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах.

Содержание программы. Девятый год обучения.

Цель: Совершенствование мастерства, углубление знаний в области спортивных бальных танцев.

Задачи:

образовательные:

-применения полученных знаний и умений в спортивных бальных танцах

развивающие:

развитие психофизических качеств ребенка (силу, выносливость, координацию), развивать творческие умения

воспитательные:

-формировать позитивное отношение друг к другу;

-формировать объективную оценку собственной работы;

Учебный план 9 года обучения.

№	Название разделов/модулей	Количество часов			Формы аттестации контроль
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Организационные вопросы.	1	-	1	Опрос
2	Разминка, партерная гимнастика	1	40	41	Зачет
3	Повторение элементов и фигур	-	50	50	Контрольное занятие

4	Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы	-	51	51	Турнир
5	Постановка вариаций с усложненными фигурами	-	50	50	Выступления на концертах
6	Постановочная и концертная деятельность	1	22	23	Отчетный концерт
Итого объём программы		3	213	216	

Содержание учебного плана 9 года обучения.

Раздел 1.

Организационное занятие.

1. Ознакомление учащихся с расписанием занятий, общими требованиями к учащемуся ДДТ, с правилами техники безопасности.
2. Первая помощь при ушибах, вывихах, переломах
3. Правила дорожного движения
4. Заполнение анкетных данных учащихся
5. Действия при пожаре

Раздел 2

Разминка

Практика в контексте с теорией:

- 1.1. Общая разминка на разогрев мышц.
- 1.2. Упражнения для шейных мышц, головы.
- 1.3. Упражнения для подвижности плеч.
- 1.4. Упражнения рук.
- 1.5. Упражнения на растяжку мышц ног.
- 1.6. Движения на прыжках.
- 1.7. Основная часть темы – упражнения на полу: укрепление пресса, подвижность тазобедренного сустава и эластичность мышц бедра, подвижность и укрепление коленных суставов, гибкость спины, формирование танцевального шага, «растяжка» - разминка для всех групп мышц.
- 1.8. Расслабление.

Раздел 3

Повторение элементов и фигур

Теория:

Понятие по теме: техника и правила исполнения фигур и элементов, характер.

Практика:

1.1. Постановка корпуса в паре Стандарт и Латина. Изменения ритма, степени поворотов, понятие «флокрафт». Работа корпуса в европейских танцах. Латиноамериканская программа работа бедер.

1.2. Фигуры Европейской программы

Медленный вальс: Закрытая Перемена назад и вперед, правый поворот, Левый поворот, виск, шассе, променадная позиция. Спин поворот, виск, плетение из променадной позиции. перемена хазетейшен, левое корте. Плетение в ритме вальса. Открытый телемарк, закрытый телемарк, двойной левый спин. Закрытый импульс поворот, Открытый импульс поворот, Крыло, Наружный спин. Кросс хэзитэйшн, Закрытое крыло, Наружный спин Поворотный лок влево (Поворотный лок), Поворотный лок вправо. Бегущий спин поворот, Быстрый правый спин поворот, Проходящий правый поворот (Открытый правый поворот)

Квикстеп: Прогрессивное шассе, локстепы, спин поворот, правый поворот, V6, правый поворот, бегущее окончание, правый бегущее окончание локстеп, кросс шассе. Закрытый импульс поворот, Левый пивот, Двойной левый спин, Бегущий правый поворот, Четыре быстрых бегущих. Зигзаг, лок степ назад, бегущее окончание, Смена направления, Кросс свивл. Шесть быстрых бегущих, Ховер кортэ, Типси вправо и влево, румбо кросс. быстрый открыты левый, Правый поворот с хэзитэйшн, Поступательное шассе, Лок степ вперед (Лок вперед), Лок степ назад (Лок назад)

Венский вальс: правый поворот, перемены, левый поворот. Работа корпуса.

Танго: ход, звено, променад, открытый променад, левый основной поворот, левый открытый поворот, фостеп перемена, файв степ. Открытый левый поворот дама сбоку, левый поворотн на поступательном боковом шаге, рок с правой ноги, рок с левой ноги, корте назад, правый рок поворот. Правый твист поворот, Правый променадный поворот, Браш тэп, Открытый променад назад. Альтернативные методы выхода в ПП, Открытый левый поворот, дама – в линию (с закрытым или с открытым окончанием), Правый твист поворот, Правый променадный поворот, Променадное звено, включая вариант Променадное звено с поворотом влево. Фоллэвэй променад, Открытый променад назад, Файв степ в повороте влево, Виск, Виск назад, Фоллэвэй фо степ

Медленный фокстрот: Правый поворот, Закрытый импульс поворот, Перо-окончание, Перо из ПП, Изогнутое перо. Закрытый телемарк, Открытый

телемарк, Проходящий правый поворот из ПП (Открытый правый поворот из ПП), Наружный свивл. Открытый импетус поворот, Плетение из ПП, Топ спин, Правый телемарк, Ховер перо, Ховер телемарк

1.3. Фигуры Латиноамериканской программы

Ча-ча-ча: шассе вправо и влево, таймстэп, основной шаг, «Чек», «Локстеп», Три ча-ча-ча, спот поворот под рукой, спот поворот обоих партнеров, веерная позиция, алемана, слип шассе, хип твист шассе, клюшка, три ча-ча-ча с алеманой, веер, Плечем к плечу, рука к руке, альтернативные три ча-ча-ча, волчок. Шассе: ронд, кубинский брейк, компактное, бега. Аида, Турецкое полотенце, Дробный кубинский брейк в том числе в виде фигур (в редакции: – Дробный кубинский брейк в открытой контр ПП; – Дробный кубинский брейк из открытой контр ПП и открытой ПП, «Возлюбленная», локон, спираль. Левый волчок. Закрытый хип твист со спиральным окончанием (Хип твист со спиральным окончанием), Открытый хип твист со спиральным окончанием (Развитие фигуры Хип твист со спиральным окончанием), Непрерывный хип твист по кругу

Самба: Виск, вольта поворот, самбо ход стационарный и боковой. Альтернативный виск, самбо ход, левый поворот, вольта, Ботафога, корта джака, самбоходы: променадный, боковой, в теневой позиции, коса, раскручивание. Аргентинские кроссы, Дропнт вольта, Закрытые роки на ПН и ЛН (Закрытые роки), Вольта в продвижении вправо и влево (Крисс кросс вольта), Ботафога в теневой позиции, Вольта в продвижении в теневой позиции, Дропнт вольта в теневой позиции. Вольта по кругу в теневой позиции, Корта джака в теневой позиции, Вольта по кругу вправо или влево (Карусель), Бег в променад и контр променад, Кариока ранс

Джайв: рок, шассе вправо и влево, свивл, американский спин поворот, Звено, смена мест с право на лево, слева на право; стоп энд гоу; удар бедром. Хлыст, Променадный ход (медленный и быстрый) (Шаги), Перекрученная смена мест слева направо, муч. шаги цыпленка, испанские руки, майями спешил, ветряная мельница. Кёли вип, Левый хлыст, Флики в брейк, Крадущиеся шаги, флики и брейк

Румба: основной шаг, работа стопы и счет, чек, рука к руке, спот поворот, веер, клюшка, алемана. Фоллэвэй (Аида), Спираль, Роуп спин, Фэнсинг, Скользящие дверцы. левый волчок, три тройки, три алеманы. Правый волчок, Закрытый хип твист, Усложнённый хип твист, Раскрытие из левого волчка, Поступательные шаги вперед в теневой позиции (Кики вокс)

Пасодобль: Шестнадцать, Променад в контр-променад, Большой круг, Синкопированное разъединение. основное движение, марш, шассе влево закончить в ПП, шассе влево и вправо с подъемом и без. Атака, дрег. Шестнадцать, твист поворот. Перемещение (включая Атаку и Слип атаку),

Променадная приставка, Восемь, Разъединение с обходом дамы вокруг мужчины (движение типа «плащ»)

Раздел 4.

Усложненное и альтернативное исполнение изученных фигур Европейской и Латиноамериканской программы

Европейская программа:

Медленный вальс: Левый фоллэвэй и слип пивот, Ховер кортэ, Фоллэвэй виск, Фоллэвэй правый поворот

Танго: Чейс, Левый фоллэвэй и слип пивот, Закрытый телемарк, Открытый телемарк, Наружный спин, бегущее окончание

Квикстеп: Правый поворот на углу зала (Правый поворот), Правый пивот поворот, Наружная перемена, Бегущее кросс шассе, Открытый импетус поворот

Медленный фокстрот: Быстрое правое плетение из ПП, Правый твист поворот, Быстрый открытый левый поворот, Левый пивот, Ховер кросс, Изогнутое перо, Перо назад

Латиноамериканская программа

Самба: правый рол, левый рол, вольта по кругу в теневой позиции, самбо локи в открытой конт ПП и открытой ПП

Ча-ча-ча: Чейс, усложненное раскрытие, усложненный хип твист, кубинский брейк

Румба: Не прерывный хип твист, не прерывный хип твист по кругу, бегущая алемана

Пасодобль: Испанские линии, фламенко тэпс, твисты, шассе плащ

Джайв: Смена мест справа налево с двойным поворотом, Катапульта, Двойной кросс хлыст (Двойной хлыст)

Раздел 5.

Постановка вариаций с усложненными фигурами танцев Европейской программы (Медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп); латиноамериканская программа (самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв)

Теория:

1.1. Музыка, характер, исполнение.

1.2. основные элементы и фигуры вариации

1.2. правильная последовательность исполнения фигур.

Практика: разучивание вариации, отработка в деталях.

Раздел 6.

Постановочная и концертная деятельность

Постановка и отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах.

Планируемые результаты по годам обучения:

Первый год обучения.

Предметные: будут знать историю бальных танцев;

требования к правильной осанке; основные позиции рук, ног, головы;

правила поведения в танцевальном коллективе, правила поведения на танцевальном паркете;

Метапредметные: научиться различные танцевальные ритмы, выполнять комплекс упражнений классической хореографии, выполнять комплекс обще развивающих физических и танцевальных упражнений,

показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями на концертах;

Личностные: формирование сплоченности коллектива, воспитание эстетического вкуса развитие коммуникативных способностей общения в коллективе.

Второй год обучения.

Предметные: знают основные позиции корпуса, рук, ног, головы для танцевальной пары; правила поведения в танцевальной паре, правила поведения на соревнованиях;

Метапредметные: умеют выполнять различные танцевальные ритмы, используемые в танцах программы; выполняют комплекс упражнений классической хореографии; выполняют расширенный комплекс общефизических и танцевальных упражнений;

Личностные: сформировано позитивное отношение друг к другу; сформирована объективная оценка собственной деятельности; развитие коммуникативных способностей общения в коллективе, воспитание эстетического вкуса.

Третий год обучения.

Предметные: знают музыкальные ритмы танцев программы,

основные позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении танцев, правила исполнения начинающих танцоров-спортсменов на соревнованиях; правила спортивного костюма для начинающих танцоров-спортсменов; правила проведения соревнований для начинающих танцоров-спортсменов;

Метапредметные: исполняют программу для начинающих танцоров-спортсменов; умеют показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на аттестациях и на соревнованиях;

выполняют комплекс упражнений классической хореографии для 3 года

обучения; выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для начинающих танцоров-спортсменов;

Личностные: сформировано позитивное отношение друг к другу; сформирована объективная оценка собственной деятельности;

Четвёртый год обучения.

Предметные: будут знать позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении танцев программы 4 года обучения; музыкальные ритмы танцев программы; правила исполнения программы и правила спортивного костюма для танцоров – спортсменов, правила проведения соревнований для спортсменов.

Метапредметные: умеют исполнять хореографическую программу в объеме с 1 года обучения по четвёртый год; выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 4 года обучения; выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для танцоров - спортсменов; показывают свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на аттестациях и на соревнованиях;

Личностные: сформировано позитивное отношение друг к другу; сформировано умение объективной оценки собственной деятельности; развитие коммуникативных способностей общения в коллективе, эстетического вкуса.

Пятый год обучения.

Предметные: будут знать позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении танцев программы, музыкальные ритмы танцев программы; правила исполнения программы и правила спортивного костюма для танцоров, правила проведения соревнований для танцоров-спортсменов.

Метапредметные: выполняют комплекс упражнений классической хореографии для 5 года обучения; выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений; умеют показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на аттестациях и на соревнованиях;

Личностные: сформировано позитивное отношение друг к другу; сформировано умение объективной оценки собственной деятельности; развитие коммуникативных способностей общения в коллективе, эстетического вкуса.

Шестой год обучения.

Предметные: будут знать позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении программы, музыкальные ритмы танцев программы для танцоров правила исполнения программы и правила спортивного костюма для танцоров - спортсменов; правила проведения

соревнований для танцоров.

Метапредметные: умеют исполнять хореографическую программу с 1 по 6 год обучения; умеют выполнять позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении программы, музыкальные ритмы танцев программы.

Личностные: сформировано позитивное отношение друг к другу; сформировано умение объективной оценки собственной деятельности; развитие коммуникативных способностей общения в коллективе, эстетического вкуса.

Седьмой год обучения.

Предметные: будут знать позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении программы, музыкальные ритмы танцев программы для танцоров, правила исполнения программы и правила спортивного костюма для танцоров - спортсменов; правила проведения соревнований для танцоров.

Метапредметные: умеют исполнять хореографическую программу с 1 по 6 год обучения; умеют выполнять позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении программы, музыкальные ритмы танцев программы.

Личностные: сформировано позитивное отношение друг к другу; сформировано умение объективной оценки собственной деятельности; развитие коммуникативных способностей общения в коллективе, эстетического вкуса.

Восьмой год обучения.

Предметные: будут знать терминологию, историю становления и развития спортивных балльных танцев; правила исполнения упражнений и вариаций в европейской, латиноамериканской и других программах;

Метапредметные: развиты и сформированы умения и навыки исполнения турнирного и концертного репертуара, умения передавать музыку, выразительность, ритмичность и эмоциональное состояние танца, умеют работать индивидуально и в группе;

Личностные: сформировано позитивное отношение к успеху товарищей;
- сформированы навыки сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видов деятельности;
- сформирована готовность и способности к образованию, в том числе самообразованию; сформирован опыт здорового образа жизни;
сформировано чувство ответственности, сопереживания, дружбы.

Девятый год обучения

Предметные: знают - терминологию, историю становления и развития спортивных бальных танцев; правила исполнения упражнений и вариаций в европейской, латиноамериканской и других программах;

Метапредметные: развиты и сформированы умения и навыки исполнения турнирного и концертного репертуара, умения передавать музыку, выразительность, ритмичность и эмоциональное состояние танца, умеют работать индивидуально и в группе;

Личностные: сформировано позитивное отношение к успеху товарищей;
- сформированы навыков сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видов деятельности;
- сформирована готовность и способности к образованию, в том числе самообразованию; сформирован опыт здорового образа жизни;
сформировано чувство ответственности, сопереживания, дружбы.

Раздел № 2. Комплекс организационно – педагогических условий, включающий формы аттестации.

Организационно-педагогические основы обучения.

Этапы образовательного процесса	1-2 год обучения	3-7 года обучения	8-9 года обучения
Начало учебного года	1 сентября	1 сентября	1 сентября
Продолжительность учебного года	36 недель	36 недель	36 недель
Продолжительность занятия	90 минут	90 минут	90 минут
Промежуточная аттестация	1-15 декабря	1-15 декабря	1-15 декабря
Итоговая аттестация	май	май	май
Окончание учебного года	31 мая	31 мая	31 мая
Зимние каникулы (праздничные дни)	01.01 – 08. 01		
Летние каникулы	С 1 июня		

Условия реализации программы

Занятия проводятся в специальном классе с окнами (с открывающейся форточкой) и вентиляцией. В классе обязательно некрашеный пол (для того, чтобы легкие не забивались частицами краски, попадающими вместе с пылью

во время движения) или со специальным покрытием.

- Освещение – дневное природное, электрический свет. Для занятий партерной гимнастикой нужны индивидуальные коврики. Занятия танцами и репетиции проводятся в танцевальном зале, на сцене.

Материально-техническое обеспечение:

Специальная литература (книги, пособия, журналы)

Магнитола, флеш - карты памяти.

-специализированная обувь и тренировочные костюмы;

- все участники имеют медицинские справки о допуске занятий.

Формы контроля:

Педагогический контроль проводится с целью: проследить динамику развития физических данных, усвоение теоретических знаний и практических умений и навыков по изучаемым дисциплинам.

Тематический контроль по изучаемым дисциплинам в течение всего года.

Промежуточный контроль: проводится в декабре с целью проверки знаний и умений за первое полугодие.

Итоговый контроль: в конце учебного года проводится в форме творческого отчета (концерта) с последующим анализом и самоанализом.

Оценка знаний и умений по уровням:

Высокий уровень – 5 баллов:

четкое изложение полученных знаний в соответствии с требованиями учебной программы; усвоил материал в полном объеме (5 правильных ответов) может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;

Средний уровень – 4 балла:

-допускаются отдельные ошибки, не полное определение понятий, усвоил материал не в полном объеме (4-3 правильных ответов) может воспроизвести не все танцевальные движения, но те, что воспроизводит, соответствуют правилам их выполнения.

Допустимый уровень – 3 балла:

-изложение полученных знаний не полное;

-допускаются отдельные существенные ошибки и попытка самостоятельного их исправления; не усвоил материал (менее 2-х правильных ответов) воспроизводит не все танцевальные движения и допускает грубые ошибки в их исполнении.

Оценочные материалы по годам обучения:

Первый год обучения.

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	Критерии оценивания	Показатели	Вид контроля
1	Музыкально-ритмическая координация танцевальный шаг, чувство ритма, ориентирование в зале.	Зачёт. Повторить за педагогом несложные ритмические рисунки	Высокий уровень 5 баллов: может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения. Средний уровень 4 балла: может воспроизвести не все танцевальные движения, но те, что воспроизводит, соответствуют правилам их выполнения. Допустимый уровень 3 балла: воспроизводит не все танцевальные движения и допускает грубые ошибки.	Бальная система оценивания	Текущий
2	Умение ориентироваться в пространстве; точное выполнение	Практическое выполнение танцевального движения или	Высокий уровень 5 баллов: усвоил материал в полном	Бальная система оценивания	Промежуточный

	<p>движений; -музыкально-ритмическая координация;</p>	<p>ритмического рисунка.</p>	<p>объеме может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: В танцевальных движениях допускает грубые ошибки.</p>		
3	<p>Определить уровень освоения учебной программы. Умения точного выполнения движений; умение распределяться по сцене; память; чувство ритма, эмоциональность.</p>		<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал в полном объеме может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: не все танцевальные</p>	<p>Бальная система оценивания</p>	<p>Итоговый</p>

			<p>движения, выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: В</p> <p>танцевальных движениях допускает грубые ошибки.</p>		
--	--	--	---	--	--

Второй год обучения

№	Предмет оценивания	Формы аттестации	Критерии	Показатель и оценивания	Виды контроля
1	Музыкально-ритмическая координация танцевальный шаг, чувство ритма, ориентирование в зале.	Зачёт. Повторить за педагогом несложные ритмические рисунки.	<p>Высокий уровень 5 баллов: может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения.</p> <p>Средний уровень 4 балла: может воспроизвести не все танцевальные движения, но те, что воспроизводит, соответствуют правилам их выполнения.</p> <p>Допустимый уровень 3</p>	Бальная система оценивания	Текущий контроль

			<p>балла: воспроизводит не все танцевальные движения и допускает грубые ошибки.</p>		
2	<p>Определить качество освоения программы по итогам полугодия Понятие основ танцевальной лексики ориентация на паркете, память, эмоции.</p>	<p>Зачёт. Участие в соревнованиях</p>	<p>Высокий уровень 5 баллов: может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения. Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, может воспроизвести не все танцевальные движения, но те, что воспроизводит, соответствуют правилам их выполнения. Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил</p>	<p>Бальная система оценивания</p>	<p>Промежуточный контроль</p>

			материал, воспроизводит не все танцевальные движения и допускает грубые ошибки.		
3	<p>Определить уровень освоения учебной программы.</p> <p>Умения точного выполнения движений;</p> <p>умение распределяться по сцене;</p> <p>память; чувство ритма, эмоциональность;</p>	Отчетный концерт.	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал в полном объеме может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: не все танцевальные движения, выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: В танцевальных движениях допускает грубые ошибки.</p>	Бальная система оценивания	Май Итоговый контроль

Третий год обучения

№	Предмет оценивания	Формы аттестации	Критерии	Показатель и оценивания	Виды контроля.
1	Музыкально-ритмическая координация танцевальный шаг, чувство ритма, ориентирование в зале.	Зачёт. Повторить за педагогом несложные ритмические рисунки.	<p>Высокий уровень 5 баллов: может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения.</p> <p>Средний уровень 4 балла: может воспроизвести не все танцевальные движения, но те, что воспроизводит, соответствуют правилам их выполнения.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: воспроизводит не все танцевальные движения и допускает грубые ошибки.</p>	Бальная система оценивания	Текущий контроль

2	<p>Умение ориентироваться в пространстве; точное выполнение движений;</p> <p>-музыкально-ритмическая координация.</p>	<p>Практическое выполнение танцевального движения или ритмического рисунка.</p>	<p>Высокий уровень 5 баллов: усвоил материал в полном объеме может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: не все танцевальные движения, выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: В танцевальных движениях допускает грубые ошибки.</p>	<p>Бальная система оценивания</p>	<p>Промежуточный контроль</p>
3	<p>Определить уровень освоения учебной программы.</p> <p>Умения точного выполнения движений;</p> <p>умение распределяться по сцене;</p> <p>память; чувство ритма, эмоциональность</p>	<p>Отчетный концерт.</p>	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал в полном объеме может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p>	<p>Бальная система оценивания</p>	<p>Май Итоговый контроль</p>

	Б;		<p>Средний уровень 4 балла: не все танцевальные движения, выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: В танцевальных движениях допускает грубые ошибки.</p>		
--	----	--	--	--	--

Четвёртый год обучения

№	Предмет оценивания	Формы аттестации	Критерии	Показатель и оценивания	Виды контроля.
1	Термины танцевальной лексики, история возникновения танцевальной культуры.	Зачёт.	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме.</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью</p>	Бальная система оценивания	Текущий контроль

			усвоил материал, допускает грубые ошибки.		
2	<p>Определить уровень освоения учебной программы за первое полугодие. Умения точного выполнения движений; умение распределяться по сцене;</p>	Зачёт, Соревнование.	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения,</p>	Бальная система оценивания	Промежуточный контроль

			допускает грубые ошибки		
3	Определить уровень усвоения учебной программы 4-го года обучения	Отчетный концерт.	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.</p>	Бальная система оценивания	Май Итоговый контроль

Пятый год обучения

№	Предмет оценивания	Формы аттестации	Критерии	Показатель и оценивания	Виды контроля.
1	Повторение терминов, танцевальных навыков, музыкально-ритмическая координация.	Зачёт.	<p>Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал программы в полном объеме.</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, допускает грубые ошибки.</p>	Бальная система оценивания	Текущий контроль
2	Грамотное исполнение вариаций, сценическое внимание, артистизм.	Участие в соревнованиях.	<p>Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал в полном объеме может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4</p>	Бальная система оценивания	Промежуточный контроль

			<p>балла: не все танцевальные движения, выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: В танцевальных движениях допускает грубые ошибки.</p>		
3	<p>Выразительность исполнения музыкальность гибкость тела устойчивость лёгкость, свобода исполнения, сценическое внимание, память.</p>	<p>Отчетный концерт.</p>	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью</p>	<p>Бальная система оценивания</p>	<p>Май Итоговый контроль</p>

			усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.		
--	--	--	---	--	--

Шестой год обучения.

№	Предмет оценивания	Формы аттестации	Критерии	Показатель и оценивания	Виды контроля
1	Правила исполнения упражнений и вариаций в европейской и латиноамериканской программе.	Зачёт.	Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал программы в полном объеме. Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное. Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, допускает грубые ошибки.	Бальная система оценивания	Текущий контроль
2	Определить уровень освоения учебной программы за полугодие.	Исполнение танцевального номера на отчетном концерте, тестирование терминов танцевальной лексики.	Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их	Бальная система оценивания	Промежуточный контроль

			<p>выполнения; Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок. Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.</p>		
3	<p>Определить уровень усвоения учебной программы 6-го года обучения</p>	<p>Отчетный концерт.</p>	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения; Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения</p>	<p>Бальная система оценивания</p>	<p>Май Итоговый контроль</p>

			<p>выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.</p>		
--	--	--	---	--	--

Седьмой год обучения.

№	Предмет оценивания	Формы аттестации	Критерии	Показатель и оценивания	Виды контроля
1	<p>Определение знаний учащихся, музыкально-ритмическая координация, осанка, танцевальный шаг: стандарт и латина .</p>	Зачёт.	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p>	Бальная система оценивания	Текущий контроль

			<p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.</p>		
2	<p>Определить качество освоения программы по итогам полугодия. Знание терминологии, грамотное исполнение вариаций. сценическое внимание, грамотность и артистизм исполнения танца.</p>	<p>Зачёт. Участие в соревнованиях.</p>	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не</p>	<p>Бальная система оценивания</p>	<p>Промежуточный контроль</p>

			все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.		
3	Определить уровень усвоения учебной программы 7-го года обучения: выразительность исполнения, музыкальность, гибкость тела, устойчивость, лёгкость, свобода исполнения, сценическое внимание и память.	Отчетный концерт.	Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал в полном объеме может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения; Средний уровень 4 балла: не все танцевальные движения, выполняет без ошибок. Допустимый уровень 3 балла: В танцевальных движениях допускает грубые ошибки.	Бальная система оценивания	Май Итоговый контроль

Восьмой год обучения.

№	Предмет оценивания	Формы аттестации	Критерии	Показатель и оценивания	Виды контроля.
1	Определение знаний учащихся . Осанка	Контрольное задание.	Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал программы в полном объеме, может	Бальная система оценивания	Текущий контроль

	(вертикаль и горизонталь) натянутость стопы (подъем) танцевальный шаг: стандарт и латина.		воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения; Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок. Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые		
2	Определить качество освоения программы по итогам полугодия. Знание терминологии, грамотное исполнение вариаций. Сценическое внимание, грамотность и артистизм	Зачёт. Участие в соревнованиях.	Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения; Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное,	Бальная система оценивания	Промежуточный контроль

	исполнения танца.		<p>не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.</p>		
3	Определить уровень усвоения учебной программы 8-го года обучения	Отчетный концерт.	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не</p>	Бальная система оценивания	Май Итоговый контроль

			все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.		
--	--	--	---	--	--

Девятый год обучения.

№	Предмет оценивания	Формы аттестации	Критерии	Показатель и оценивания	Виды контроля
1	Понятие основ танцевальной лексики ориентация на паркете, память, эмоции.	Опрос.	Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал программы в полном объеме. Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное. Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, допускает грубые ошибки.	Бальная система оценивания	Текущий контроль
2	Определение знаний учащихся. Сценическое внимание, память, грамотность и артистизм исполнения танца	Зачёт. Участие в соревнованиях.	Высокий уровень 5 баллов: - усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения; Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные	Бальная система оценивания	Промежуточный контроль

			<p>движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.</p>		
3	<p>Определить уровень усвоения учебной программы 9-го года обучения.</p> <p>Выразительность исполнения, музыкальность, гибкость тела, устойчивость лёгкость, свобода исполнения, сценическое внимание и память.</p>	Отчетный концерт.	<p>Высокий уровень 5 баллов:- усвоил материал программы в полном объеме, может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;</p> <p>Средний уровень 4 балла: изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: не полностью усвоил материал, воспроизводит не все танцевальные движения, допускает грубые ошибки.</p>	Бальная система оценивания	Май Итоговый контроль

Методическое обеспечение программы:

Принципы, методы. Формы обучения.

Программа построена на следующих принципах обучении:

- принцип добровольности, общечеловеческих ценностей, свободного

развития личности, самооценности ребенка, создание благоприятной атмосферы для личностного и профессионального развития учащегося («Ситуация успеха», «Развивающее обучение»)

- принцип доступности обучению и посильности труда;
- принцип индивидуально-личностной ориентации развития творческой инициативы детей;
- учет возрастных возможностей и задатков учащихся;
- принцип креативности: развитие творческих способностей учащихся, применение методов формирования умения и применение знаний в новых условиях;
- принцип связи теории и практики, связи обучения с жизнью;
- принцип сознательности и активности учащихся;
- адаптация к современным условиям жизни общества с учетом культурных традиций родного края.

Методы обучения

Для организации учебного процесса используется ряд методов обучения:

По способу подачи материала:

- словесный (объяснение, беседа, инструктаж)
- наглядный (показ, презентация)
- практический (выполнение работ с применением полученных знаний)

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально - фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;

Главный результат обучения – это качественное выступление на соревнованиях и концертах. Дополнительной мотивацией для успешного освоения программного материала, является то, что независимо от года обучения педагог предоставляет ребенку возможность принять участие в любом турнире.

Выступления перед зрителями и судьями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для раскрытия творческого потенциала, воспитывают чувство ответственности.

В воспитательной деятельности уделить большое внимание адаптации детей в обществе; поддержать талант учащихся, организовать занятости детей в свободное время (на каникулах).

Методы и приемы обучения, используемые в работе с детьми, можно условно разделить: наглядные, словесные и практические.

Кроме того, в методическом арсенале педагога есть методы с ярко выраженной психолого-педагогической доминантой, а также более локальные, частные, специфические приемы, в которых преобладает хореографическая составляющая (постановочные и исполнительские).

Наглядные методы обучения:

образный показ педагога, эталонный образец – демонстрация вариации подражание образам окружающей действительности, использование наглядных пособий.

Словесные методы обучения: объяснение беседа анализ и обсуждение словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца

Практические методы обучения:

музыкальное сопровождение как методический прием

фиксация отдельных этапов движений

Участие в спортивных мероприятиях: чемпионаты и первенства РК.

Психолого-педагогические методы (очень эффективны в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста):

индивидуальный и дифференцированный подход к каждому ребенку прием контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха (релаксация).

Здоровье сберегающие методы:

метод формирования сознания по здоровью сбережению, который включает такие формы работы, как беседа, объяснение, демонстрация, внушение, приведение положительных примеров здорового образа жизни;

метод разумной организации деятельности с предвидением результатов;

метод формирования опыта поведения (практика);

методы стимулирования должного поведения (поощрение, одобрение, осуждение, наказание).

Необходимо варьировать методы обучения, учитывая хорошие, средние и плохие способности учащихся. Особое внимание уделять работе с талантливыми и одарёнными детьми, что позволяет учащимся провести самооценку полученного результата, испытать при этом чувство удовлетворения.

Система занятий в группе строится на базе одного из следующих типов занятий: весь материал изучается последовательно, от простого к сложному.

При этом предложенный материал творчески перерабатывается и усваивается постепенно шаг за шагом. В ходе занятия с преподавателем учащиеся выполняют конкретные цели и задачи новой хореографической постановки.

При проведении занятий по данной программе приоритет отдаётся творческой самореализации учащихся, т.к. такой подход усиливает личностную направленность обучения. Но при этом важнейшим фактором в процессе

эффективного обучения является руководство со стороны педагога. При изучении тем различных жанров хореографии происходит обогащение знаний, умений, навыков обучающихся и расширяется репертуар ансамбля. Формы организации учебного занятия - используемые для достижения лучшего результата данной программы – беседа, концерт, конкурс, турниры, праздник, мастер-класс, открытое занятие, творческая мастерская.

Список литературы.

Литература для педагога:

1. Guy Howard. Technique of Ballroom dancing// The waltz & basic principles – Kenads printers, 2011
2. Walter Laird. Technique of Latin dancing - Kenads printers, 2014
3. Квачев Е. Ю., Молчанова Е. В., Матвеев В.В., Бойков А.Н. Методические рекомендации для руководителей любительских коллективов бальных танцев. – СПб.: СПб государственный культурно-досуговое учреждение «Дом народного творчества и досуга», 2010. – 43 с.
4. Официальный сайт всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок н ролла
5. Правила вида спорта «Танцевальный спорт». – М.: приказ Министерства спорта Российской Федерации, 30.12. 2019 № 1163 – 107с.
6. Имперское общество учителей танцев, перевод и редакция Пин Ю., Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. - СПб.: «Танцевальный центр Ю. Пина и культурный центр «REST», 1993. – 64с.
7. Имперское общество учителей танцев, перевод и редакция Пин Ю., Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. - СПб.: «Танцевальный центр Ю. Пина и культурный центр «REST», 1992. – 64с.

Литература для учащихся:

1. Правила вида спорта «Танцевальный спорт». – М.: приказом Министерства спорта Российской Федерации, 30.12. 2019 № 1163 – 107с.

Календарный учебный график 3 года обучения.

В 2020 -2021 учебном году реализуются программы – 3,6, 7 года обучения.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата Проведения Занятия (план)	Дата Проведения Занятия (факт)
1	Вводное занятие. Новые веяния в спортивных бальных танцах. Задачи на учебный год. Повторение программ и танцев, входящих в спортивные бальные танцы	2	1.09.20	
2	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка): махи ногами из положения стоя и из положения лежа; Танцевальные элементы:- движения бедер (круговые и «восьмерка»). Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	5.09.20	
3	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	7.09.20	
4	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	8.09.20	
5	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	12.09.20	
6	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча»: повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча».	2	14.09.20	
7	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча»: повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча».	2	15.09.20	
8	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча»: повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча».	2	19.09.20	

9	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка): партер шпагат (левый шпагат, правый шпагат, поперечный шпагат). Танцевальные элементы: танцевальные элементы вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах. Танец «Ча-ча-ча»: повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча».	2	20.09.20	
10	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка): махи ногами из положения стоя и из положения лежа; Танцевальные элементы:- движения бедер (круговые и «восьмерка»). Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: по кругу, по линии танца.	2	22.09.20	
11	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: по кругу, по линии танца.	2	26.09.20	
12	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: по кругу, по линии танца.	2	28.09.20	
13	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигуры «полный правый поворот», «перемена», «полный левый поворот», «перемена» - составление композиции из этих фигур.	2	3.10.20	
14	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигуры «полный правый поворот», «перемена», «полный левый поворот», «перемена» - составление композиции из этих фигур.	2	5.10.20	
15	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигуры «полный правый поворот», «перемена», «полный левый поворот», «перемена» - составление композиции из этих фигур.	2	6.10.20	
16	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигуры «полный правый поворот», «перемена», «полный левый поворот», «перемена» - составление композиции из этих фигур.	2	10.10.20	

17	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка): махи ногами из положения стоя и из положения лежа;Танцевальные элементы: выпады («прес-лайн»), выпады на полную стопу . Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигура «спин поворот».	2	12.10.20	
18	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигура «спин поворот».	2	13.10.20	
19	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигура «спин поворот».	2	17.10.20	
20	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигура «шоссе» (вправо и влево).	2	19.10.20	
21	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигура «шоссе» (вправо и влево).	2	20.10.20	
22	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигура «шоссе» (вправо и влево).	2	24.10.20	
23	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигура «шоссе» (вправо и влево).	2	26.10.20	
24	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс»: фигура «шоссе» (вправо и влево).	2	27.10.20	
25	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы: танцевальные элементы: движения в руках (различные стили и формы). Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» - фигура «четвертной поворот».	2	31.10.20	
26	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот»- фигура «четвертной поворот».	2	2.11.20	
27	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый	2	3.11.20	

	Фокстрот» - фигура «четвертной поворот».			
28	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» - фигура «четвертной поворот».	2	7.11.20	
29	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот»- фигура «четвертной поворот».	2	9.11.20	
30	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» переступания в танце «Быстрый Фокстрот»	2	10.11.20	
31	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» переступания в танце «Быстрый Фокстрот»	2	14.11.20	
32	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика ; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» переступания в танце «Быстрый Фокстрот»	2	16.11.20	
33	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте».	2	17.11.20	
34	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте».	2	21.11.20	
35	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка);Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте».	2	23.11.20	
36	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка);Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» фигура «локстеп» в «Быстром фокстроте».	2	24.11.20	
37	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка);Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Составление композиции из пройденных фигур	2	28.11.20	
38	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот»	2	30.11.20	

	Составление композиции из пройденных фигур			
39	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Составление композиции из пройденных фигур	2	1.12.20	
40	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Составление композиции из пройденных фигур	2	5.12.20	
41	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча»- повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»	2	7.12.20	
42	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча»- повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»	2	8.12.20	
43	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча»- повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»	2	12.12.20	
44	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча»- повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»	2	14.12.20	
45	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «спот поворот»;	2	15.12.20	
46	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «спот поворот»;	2	19.12.20	
47	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «спот поворот»;	2	21.12.20	
48	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы	2	22.12.20	

	латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «спот поворот»;			
49	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «три ча-ча»;	2	26.12.20	
50	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «три ча-ча»;	2	28.12.20	
51	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «три ча-ча»;	2	29.12.20	
52	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «хип твист»;	2	11.01.21	
53	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «хип твист»;	2	12.01.21	
54	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «хип твист»;	2	16.01.21	
55	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «хип твист»;	2	18.01.21	
56	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «веер» и «алимана».	2	19.01.21	
57	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «веер» и «алимана».	2	23.01.21	
58	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» фигура «веер» и «алимана».	2	25.01.21	
59	Разминка; Общефизическая подготовка;	2	26.01.21	

	Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» - подготовительное упражнение «Пружинка»; особенность танца «Самба» по отношению к другим танцам латиноамериканской программы			
60	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» подготовительное упражнение «Пружинка»;- особенность танца «Самба» по отношению к другим танцам латиноамериканской программы	2	30.01.21	
61	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка);Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» - подготовительное упражнение «Пружинка»; особенность танца «Самба» по отношению к другим танцам латиноамериканской программы	2	1.02.21	
62	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка);Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба»- фигура «виск».	2	2.02.21	
63	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка);Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба»- фигура «виск».	2	6.02.21	
64	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка);Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба»- фигура «виск».	2	8.02.21	
65	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Ча-ча-ча», «Самба»	2	9.02.21	
66	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Ча-ча-ча», «Самба»	2	13.02.21	
67	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Ча-ча-ча», «Самба»	2	15.02.21	
68	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Ча-ча-ча», «Самба»	2	16.02.21	
69	Разминка; Общефизическая подготовка;	2	20.02.21	

	Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Ча-ча-ча», «Самба»			
70	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Ча-ча-ча», «Самба»	2	22.02.21	
71	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Ча-ча-ча», «Самба»	2	23.02.21	
72	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика (растяжка); Танцевальные элементы. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Ча-ча-ча», «Самба»	2	27.02.21	
73	Работа над концертным номером танец «Мама»	2	1.03.21	
74	Работа над концертным номером танец «Мама»	2	2.03.21	
75	Работа над концертным номером танец «Мама»	2	6.03.21	
76	Работа над концертным номером танец «Мама»	2	8.03.21	
77	Работа над концертным номером танец «Мама»	2	9.03.21	
78	Работа над концертным номером, танец «Диско денс»	2	13.03.21	
79	Работа над концертным номером, танец «Диско денс»	2	15.03.21	
80	Работа над концертным номером, танец «Диско денс»	2	16.03.21	
81	Работа над концертным номером, танец «Диско денс»	2	20.03.21	
82	Работа над концертным номером, танец «Диско денс»	2	22.03.21	
83	Работа над концертным номером, танец «Диско денс»	2	23.03.21	
84	Работа над концертным номером, танец «Диско денс»	2	27.03.21	
85	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	29.03.21	
86	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	30.03.21	
87	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	3.04.21	
88	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	5.04.21	
89	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	6.04.21	
90	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	10.04.21	
91	Работа над концертным номером, танец ча-ча-	2	12.04.21	

	ча «Верные друзья»			
92	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	13.04.21	
93	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	17.04.21	
94	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	19.04.21	
95	Работа над концертным номером, танец ча-ча-ча «Верные друзья»	2	20.04.21	
96	Работа над концертным номером, танца «Полька»	2	24.04.21	
97	Работа над концертным номером, танца «Полька»	2	26.04.21	
98	Работа над концертным номером, танца «Полька»	2	27.04.21	
99	Работа над концертным номером, танца «Полька»	2	1.05.21	
100	Работа над техникой латиноамериканской программы	2	3.05.21	
101	Работа над техникой латиноамериканской программы	2	4.05.21	
102	Работа над техникой латиноамериканской программы	2	8.05.21	
103	Работа над техникой латиноамериканской программы	2	10.05.21	
104	Работа над техникой европейской программы	2	11.05.21	
105	Работа над техникой европейской программы	2	15.05.21	
106	Работа над техникой европейской программы	2	17.05.21	
107	Работа над техникой европейской программы	2	18.05.21	
108	Работа над техникой европейской программы	2	22.05.21	

Календарный учебный график 6 года обучения.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата Проведения Занятия (план)	Дата Проведения Занятия (факт)
1	Знакомство с техникой безопасности. Вводное занятие. Новые веяния в спортивных бальных танцах. Задачи на учебный год.	2	3.09.20	
2	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс» повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	5.09.20	
3	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс»- повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	7.09.20	

4	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс»- повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	10.09.20	
5	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс»- повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	12.09.20	
6	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». Повторение всех изученных элементов	2	14.09.20	
7	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». Повторение всех изученных элементов	2	17.09.20	
8	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». Повторение всех изученных элементов	2	19.09.20	
9	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». Повторение всех изученных элементов	2	21.09.20	
10	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Венский Вальс» -повторение фигуры «правый поворот», работа стопы, движение по ЛТ	2	24.09.20	
11	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Венский Вальс» -повторение фигуры «правый поворот», работа стоп, движение по ЛТ	2	26.09.20	
12	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Венский Вальс» -повторение фигуры «правый поворот», работа стоп, движение по ЛТ	2	28.09.20	
13	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча».: повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча».	2	1.10.20	

14	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча».: повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча».	2	3.10.20	
15	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча».: повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча».	2	5.10.20	
16	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча».: повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча».	2	8.10.20	
17	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» повторение изученных элементов и фигур танца	2	10.10.20	
18	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец«Самба». повторение изученных элементов и фигур в танце	2	12.10.20	
19	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец«Самба». повторение изученных элементов и фигур в танце	2	15.10.20	
20	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец«Самба». повторение изученных элементов и фигур в танце	2	17.10.20	
21	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец«Джайв». повторение изученных элементов и фигур в танце	2	19.10.20	
22	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец«Джайв». повторение изученных элементов и фигур в танце	2	22.10.20	
23	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы латиноамериканской. Танец«Джайв». повторение изученных элементов и фигур в танце	2	24.10.20	
24	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец	2	26.10.20	

	«Медленный Вальс» фигура «плетение»			
25	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс» фигура «шоссе» (вправо и влево)	2	29.10.20	
26	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс» фигура «шассе из ПП», перемена Хазитейшен	2	31.10.20	
27	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс» променадная позиция в танце «Медленный вальс»	2	2.11.20	
28	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс» понятие «флокraft»	2	4.11.20	
29	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс» Составление всех выученных фигур в единую композицию	2	7.11.20	
30	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс» Составление всех выученных фигур в единую композицию	2	9.11.20	
31	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Медленный Вальс». Составление всех выученных фигур в единую композицию.	2	12.11.20	
32	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». Фигура «Ви 6»	2	14.11.20	
33	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». Фигура «Бегущее окончание»	2	16.11.20	
34	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы.	2	19.11.20	

	Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». Фигура «Спин поворот»			
35	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». составление всех выученных фигур в единую композицию.	2	21.11.20	
36	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец «Быстрый Фокстрот». составление всех выученных фигур в единую композицию.	2	23.11.20	
37	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» фигура «три ча-ча-ча»	2	26.11.20	
38	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» фигура «три ча-ча-ча», фигура «Клюшка» альтернативное исполнение	2	28.11.20	
39	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» фигура «веер» и «алимана»,	2	30.11.20	
40	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» фигура «хип твист», альтернативное исполнение	2	3.12.20	
41	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» Виды шасса	2	5.12.20	
42	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» составление вариации	2	7.12.20	
43	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» составление вариации	2	10.12.20	
44	Разминка; Общефизическая подготовка;	2	12.12.20	

	Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» составление вариации			
45	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Ча-ча-ча» составление вариации	2	14.12.20	
46	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» альтернативное исполнение фигур класса E	2	17.12.20	
47	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» альтернативное исполнение фигур класса E	2	19.12.20	
48	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» Фигура самбаход: променадный, стационарный, боковой, с продвижением, в ПП	2	21.12.20	
49	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» Фигура Вольта, альтернативное исполнение	2	24.12.20	
50	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» фигура Соло вольта поворот	2	26.12.20	
51	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» составление вариации	2	28.12.20	
52	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» составление вариации	2	31.12.20	
53	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Самба» составление вариации	2	11.01.21	
54	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы	2	14.01.21	

	латиноамериканской. Танец «Самба» составление вариации			
55	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» фигура «стоп энд гоу»	2	16.01.21	
56	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» фигура «стоп энд гоу»	2	18.01.21	
57	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» фигура «стоп энд гоу»	2	21.01.21	
58	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» фигура «Смена рук за спиной»	2	23.01.21	
59	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» фигура «Смена мест»	2	25.01.21	
60	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» фигура «Хлыст»	2	28.01.21	
61	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» фигура «Удар бедром»	2	30.01.21	
62	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» составление вариации	2	1.02.21	
63	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» составление вариации	2	4.02.21	
64	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» составление вариации	2	6.02.21	
65	Разминка; Общефизическая подготовка;	2	8.02.21	

	Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Джайв» составление вариации			
66	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - Шаги и счет	2	11.02.21	
67	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - шаги и счет	2	13.02.21	
68	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - шаги и счет	2	15.02.21	
69	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - шаги и счет	2	18.02.21	
70	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - шаги и счет	2	20.02.21	
71	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - фигура звено	2	22.02.21	
72	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - фигура звено	2	25.02.21	
73	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - фигура «Променад» закрытое и открытое окончание	2	27.02.21	
74	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - фигура «Променад» закрытое и открытое окончание	2	1.03.21	
75	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - фигура «Променад» закрытое и открытое окончание	2	4.03.21	
76	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - фигура «Левый поворот » базисный, открытый, закрытое и открытое окончание	2	6.03.21	

77	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - фигура «Левый поворот» базисный, открытый, закрытое и открытое окончание	2	8.03.21	
78	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - фигуры «Фостеп», «файстеп», «фостеп перемена»	2	11.03.21	
79	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - разучивание вариации	2	13.03.21	
80	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - разучивание вариации	2	15.03.21	
81	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - разучивание вариации	2	18.03.21	
82	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Танцы европейской программы. Танец танго - разучивание вариации	2	20.03.21	
83	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Шаги, работа бедра, работа стоп	2	22.03.21	
84	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Шаги, работа бедра, работа стоп	2	25.03.21	
85	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Шаги, работа бедра, работа стоп	2	27.03.21	
86	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Шаги, работа бедра, работа стоп	2	29.03.21	
87	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Фигура «Веер», Алимана, хиптвист	2	1.04.21	
88	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы.	2	3.04.21	

	Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Фигуры Чек, рука к руке, плечо к плечу			
89	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Фигура клюшка, скользящие дверцы, кукарача	2	5.04.21	
90	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Фигура клюшка, скользящие дверцы, кукарача	2	8.04.21	
91	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» Фигура клюшка, скользящие дверцы, кукарача	2	10.04.21	
92	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» работа над вариацией	2	12.04.21	
93	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» работа над вариацией	2	15.04.21	
94	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» работа над вариацией	2	17.04.21	
95	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» работа над вариацией	2	19.04.21	
96	Разминка; Общефизическая подготовка; Партерная гимнастика; Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской. Танец «Румба» работа над вариацией	2	22.04.21	
97	Работа над концертными номерами.	2	24.04.21	
98	Работа над концертными номерами.	2	26.04.21	
99	Работа над концертными номерами.	2	29.04.21	
100	Работа над концертными номерами.	2	1.05.21	
101	Работа над концертными номерами.	2	3.05.21	
102	Работа над концертными номерами.	2	6.05.21	

103	Работа над концертными номерами.	2	8.05.21	
104	Повторение изученного материала	2	10.05.21	
105	Повторение изученного материала	2	13.05.21	
106	Повторение изученного материала	2	15.05.21	
107	Повторение изученного материала	2	17.05.21	
108	Повторение изученного материала	2	20.05.21	

Календарный учебный график 7 года обучения.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата Проведения Занятия (план)	Дата Проведения Занятия (факт)
1	Знакомство с техникой безопасности. Вводное занятие. Новые веяния в спортивных бальных танцах (видеопрезентация) . Задачи на учебный год.	2	2.09.20	
2	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	5.09.20	
3	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	7.09.20	
4	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Медленный вальс».	2	9.09.20	
5	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» Закрытый импетус поворот	2	12.09.20	
6	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» Закрытый импетус поворот	2	14.09.20	
7	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» Открытый импетус поворот	2	16.09.20	

8	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» Открытый импетус поворот	2	19.09.20	
9	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный Вальс» Крыло, Наружный спин	2	21.09.20	
10	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный вальс» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	23.09.20	
11	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный вальс» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	26.09.20	
12	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный вальс» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	28.09.20	
13	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» - повторение изученных элементов и фигур	2	3.09.200	
14	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» - повторение изученных элементов и фигур	2	3.10.20	
15	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» - повторение изученных элементов и фигур	2	5.10.20	
16	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Зигзаг, лок степ назад, бегущее окончание	2	7.10.20	
17	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Зигзаг, лок степ назад, бегущее окончание	2	10.10.20	

18	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Смена направления, Кросс свивл	2	12.10.20	
19	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Смена направления, Кросс свивл	2	14.10.20	
20	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Бегущий правый поворот, Четыре быстрых бегущих.	2	17.10.20	
21	. Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» Бегущий правый поворот, Четыре быстрых бегущих.	2	19.10.20	
22	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	21.10.20	
23	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	24.10.20	
24	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Быстрый Фокстрот» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	26.10.20	
25	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Венский Вальс» -фигура «правый поворот»	2	28.10.20	
26	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Венский Вальс» -фигура «правый поворот»	2	31.10.20	
27	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы	2	2.11.20	

	Танец «Венский Вальс» -фигура «Переменка»			
28	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Венский Вальс» -фигура «Левый поворот»	2	7.11.20	
29	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Венский Вальс» -фигура «Левый поворот»	2	9.11.20	
30	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Венский Вальс» Соединение правого и левого поворота через перемену.	2	11.11.20	
31	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец танго - повторение изученных элементов и фигур	2	14.11.20	
32	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец танго - повторение изученных элементов и фигур	2	16.11.20	
33	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец танго. Правый твист поворот	2	18.11.20	
34	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец танго. Правый твист поворот	2	21.11.20	
35	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец танго. Правый променадный поворот	2	23.11.20	
36	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец танго. Правый променадный поворот	2	25.11.20	
37	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец танго- Чейз	2	28.11.20	
38	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец танго – Чейз , виск	2	30.11.20	
39	Разминка, Общефизическая подготовка,	2	2.12.20	

	Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Танго» составление всех выученных фигур в единую композицию			
40	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Танго» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	5.12.20	
41	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Танго» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	7.12.20	
42	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» Правый поворот	2	9.12.20	
43	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» Правый поворот	2	12.12.20	
44	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» Правый поворот	2	14.12.20	
45	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот». Закрытый импетус поворот	2	16.12.20	
46	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» Закрытый импетус поворот	2	19.12.20	
47	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» Перо-окончание, Перо из ПП, Изогнутое перо	2	21.12.20	
48	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» Перо-окончание, Перо из ПП, Изогнутое перо	2	23.12.20	
49	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» составление всех выученных фигур в единую КОМПОЗИЦИЮ	2	26.12.20	

50	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	28.12.20	
51	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Танцы европейской программы Танец «Медленный фокстрот» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	30.12.20	
52	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»;	2	11.01.21	
53	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча» - повторение изученных элементов и фигур в танце «Ча-ча-ча»;	2	13.01.21	
54	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча». Ритм «гуапача»	2	16.01.21	
55	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы . Танец «Ча-ча-ча». Следуй за мной	2	18.01.21	
56	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы . Танец «Ча-ча-ча». Методы смены ног (Смены ног),	2	20.01.21	
57	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы . Танец «Ча-ча-ча» синкопированный открытый хип твист.	2	23.01.21	
58	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Ча-ча-ча»составление всех выученных фигур в единую композицию.	2	25.01.21	
59	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы	2	27.01.21	

	латиноамериканской программы . Танец «Ча-ча-ча». составление всех выученных фигур в единую композицию.			
60	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы . Танец «Ча-ча-ча». составление всех выученных фигур в единую композицию.	2	30.01.21	
61	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» повторение изученных элементов и фигур	2	1.02.21	
62	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» повторение изученных элементов и фигур	2	3.02.21	
63	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» Самба шассе в сторону	2	6.02.21	
64	о Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» открытые роки вправо и влево,	2	8.02.21	
65	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» Методы смены ног (Смены ног)	2	10.02.21	
66	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Самба» Променадные бега, зиг-заг	2	13.02.21	
67	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Самба» составление всех выученных фигур в единую композицию.	2	15.02.21	
68	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы . Танец «Самба» составление всех выученных фигур в единую композицию.	2	17.02.21	

69	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Самба» составление всех выученных фигур в единую композицию.	2	20.02.21	
70	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба» Повторение фигур и элементов	2	22.02.21	
71	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба» Повторение фигур и элементов	2	24.02.21	
72	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба «Хабанера-ритм»	2	27.02.21	
73	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба Открытый хип твист, Левый волчок	2	1.03.21	
74	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба Фоллзвэй (Аида), Спираль	2	3.03.21	
75	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба составление вариации	2	6.03.21	
76	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба составление вариации	2	8.03.21	
77	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба составление вариации	2	10.03.21	
78	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Румба составление вариации	2	13.03.21	

79	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» повторение фигур и элементов	2	15.03.21	
80	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» повторение фигур и элементов	2	17.03.21	
81	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» Шестнадцать	2	20.03.21	
82	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» Променад в контр-променад	2	22.03.21	
83	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» Большой круг	2	24.03.21	
84	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» Синкопированное разъединение	2	27.03.21	
85	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» составление вариации	2	29.03.21	
86	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» составление вариации	2	31.03.21	
87	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» составление вариации	2	3.04.21	
88	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» составление вариации	2	5.04.21	

89	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» составление вариации	2	7.04.21	
90	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы. Танец «Расодобль» составление вариации	2	10.04.21	
91	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» повторение пройденных фигур	2	12.04.21	
92	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» повторение пройденных фигур	2	14.04.21	
93	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» повторение пройденных фигур	2	17.04.21	
94	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» Простой спин,	2	19.04.21	
95	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» Шаги цыпленка	2	21.04.21	
96	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» Кики, кимбол ченьч	2	24.04.21	
97	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	26.04.21	
98	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» составление всех выученных фигур в единую композицию	2	28.04.21	
99	Разминка, Общефизическая подготовка,	2	1.05.21	

	Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Танцы латиноамериканской программы Танец «Джайв» составление всех выученных фигур в единую композицию			
100	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс», «Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба»	2	3.05.21	
101	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс», «Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба»	2	5.05.21	
102	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс», «Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба».	2	8.05.21	
103	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс», «Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба»	2	10.05.21	
104	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс», «Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба»	2	12.05.21	
105	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс», «Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба»	2	15.05.21	
106	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс»,	2	17.05.21	

	«Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба»			
107	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс», «Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба»	2	19.05.21	
108	Разминка, Общефизическая подготовка, Партерная гимнастика, Танцевальные элементы. Актерское мастерство. Работа над композициями танцев: «Медленный вальс», «Быстрый фокстрот», «Венский вальс», «Танго», «Ча-ча-ча», «Самба», «Джайв», «Румба».	2	22.05.21	