

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

РЕКОМЕНДОВАНО  
методическим советом  
Протокол № 1  
от «02» сентября 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директором МАУ ДО «ДДТ»

ПРИНЯТО  
педагогическим советом  
Протокол № 1  
от «03» сентября 2024 г.

Приказ № 138 (2)  
«04» сентября 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
(физкультурно-спортивной направленности)**

**«Леди Latina»**

Срок реализации: 1 год.  
Возраст учащихся: 18-70 лет.

Составитель: Ефимова Алина Витальевна,  
педагог дополнительного образования.

г. Печора  
2024 г.

## **Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

### **1.1. 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»;
- Санитарные правила 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г.»;
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 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.

#### **Педагогическая целесообразность.**

Содержание учебно-тренировочной работы в объединении отвечает требованиям данной программы с учетом местных условий и индивидуальных особенностей учащихся. Основой ОФП являются развитие физических качеств человека: быстроты, ловкости, силы, гибкости, выносливости. Занятия общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года.

**Отличительные особенности.** Программа отличается своей структурой от других программ и составлена с учетом новых требований к программам. Она не копирует другие программы.

#### **Адресат программы.**

В объединение принимаются все желающие взрослые в возрасте 18–70 лет. Группы формируются с учетом танцевальных особенностей.

Число взрослых, одновременно находящихся в группе, составляет от 7 до 20-ти человек.

**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.

**Объем программы:** 72 часа.

**Срок реализации программы:** 1 год.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий:**

Год обучения	Продолжительность занятий в неделю	Периодичность занятий в неделю	Количество занятий в год	Всего в год
1	2 часа	1 раза	36	72 часа

**Особенности образовательного процесса.**

Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа. Продолжительность 45 минут с 10 минутным перерывом.

В программе учебный материал дается в виде основных упражнений, поэтому в соответствии с конкретными условиями и индивидуальными особенностями занимающихся, в программу могут вноситься необходимые изменения, но при этом основные ее принципы и установки должны быть сохранены.

В процессе программы совершенствуется умение управлять своими движениями, развиваются навыки.

## 1.2. Цели и задачи программы.

**Цель:** владение танцевальной техникой бальных танцев Латинамериканской программы.

**Задачи:**

- формирование знаний о стилистических особенностях бальных танцев в системе специальных дисциплин, их принципах и назначении в обучении и воспитании педагога бальной хореографии;

- приобретение системы знаний, умений и навыков методики исполнения и преподавания бальных танцев Латиноамериканской программы;
- освоение разнообразных стилей, манеры и техники исполнения бальных танцев Латиноамериканской программы;
- развитие координации движения и актерской выразительности;
- изучение теоретических основ становления и развития новых форм современного бального танца;
- овладение опытом реализации самостоятельной профессиональной деятельности;
- воспитание хореографического мышления на основе стилистических и пластических особенностей бальных танцев Латиноамериканской программы.

### 1.3. Содержание программы.

#### Учебный план.

№	Наименование разделов/модулей	Количество часов			Форма аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Опрос Зачет
2	Основы знаний	2	-	2	
3	Специальная физическая подготовка	9	40	49	
4	Общая физическая подготовка	2	14	16	Зачет
5	Итоговые занятия	1	2	3	
<b>Итого объём программы</b>		<b>15</b>	<b>57</b>	<b>72</b>	

#### Содержание учебного плана.

##### Вводное занятие.

Инструктажи по технике безопасности. План работы на год.

##### Основы знаний

#### 1.4. Планируемые результаты.

**Предметные.** По окончании обучения будут знать: сведения по технике безопасности; о первой медицинской помощи при травмах; сведения о технике и тактике различных видов спорта; о правилах и организации проведения соревнований; об инвентаре, о правилах поведения на спортивных сооружениях.

**Метапредметные.** Выполнять контрольные нормативы по ОФП для своего возраста; выполнение нормативов по ОФП по разделам программы, повысится уровень физической подготовленности; приобретут навыки и умения по изучаемым видам спорта; уметь технически правильно осуществлять двигательные действия; использовать двигательные действия в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; уметь подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень физической подготовленности.

**Личностные.** Умение работать в команде; развита потребность в достижении успеха; умение анализировать и контролировать свои действия; мотивация к занятию спортом и здоровому образу жизни.

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

### **2.1. Календарный учебный график - Приложение 1. Организационно-педагогические основы обучения**

<b>Этапы образовательного процесса</b>	<b>1год обучения</b>
Начало учебного года	1 сентября
Продолжительность учебного года	36 недель
Продолжительность занятия	45 минут
Промежуточный контроль	15 – 25 декабря
Окончание учебного года	31 мая
Зимние каникулы (праздничные дни)	01.01 – 08. 01

### **2.2. Условия реализации программы.**

Учебные занятия проходят в хорошо проветриваемом спортивном зале, освещение дневное и искусственное. Предусмотрена отдельная раздевалка, раковина для мытья рук.

В работе используется следующий спортивный инвентарь: мячи; скакалки; коврики для упражнений на полу, стулья или скамейки.

### **2.3. Формы контроля/аттестации.**

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.

**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.

**2.4. Оценочные материалы по годам обучения:**

**Первый год обучения.**

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	Критерии оценивания	Показатели	Вид контроля
1	Специальная физическая подготовка	Зачёт.	<b>Высокий уровень 5 баллов:</b> может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения. <b>Средний уровень 4 балла:</b> может воспроизвести	Бальная система оценивания	Текущий

			<p>не все танцевальные движения, но те, что воспроизводит , соответствуют правилам их выполнения.  <b>Допустимый уровень 3 балла:</b>  воспроизводит не все танцевальные движения и допускает грубые ошибки.</p>		
2	Общая физическая подготовка	Зачёт	<p><b>Высокий уровень 5 баллов:</b>  усвоил материал в полном объеме может воспроизвести все танцевальные движения соответственно правилам их выполнения;  <b>Средний уровень 4 балла:</b>  изложение полученных знаний не полное, не все танцевальные движения выполняет без ошибок.  <b>Допустимый</b></p>	Бальная система оценивания	Промежуточные

			<p><b>уровень 3 балла: В танцевальных движениях допускает грубые ошибки.</b></p>		
--	--	--	--	--	--

## **2.5. Методические материалы.**

Принципы обучения:

принцип сознательности и активности (положительное отношение ученика к содержанию урока, стимулирование познавательной активности, инициативы и самостоятельности в процессе обучения);

принцип наглядности (наглядность должна соответствовать целям и задачам занятия с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей);

принцип воспитывающего обучения (пример педагога, своевременное начало урока, наличие правил и норм поведения);

принцип систематичности и последовательности (давать стройную систему знаний, связывать новые знания с ранее изученными, отслеживать результаты обучения);

принцип прочности (систематическое повторение, стимулирование самостоятельной работы, систематический контроль и оценка).

Методы обучения:

словесные (доступное объяснение упражнений и целесообразности их выполнения);

наглядные (показ правильного исполнения конкретного упражнения педагогом или с помощью ученика);

проверки на практике (выполнение упражнения учениками целиком для простых упражнений и пошагово, а затем целиком для сложных).

Групповые технологии – предполагают фронтальную работу, групповую (одно задание на разные группы), межгрупповую (группы выполняют разные задания в рамках общей цели), работу в статичных парах.

Технология дифференцированного обучения – предполагает дифференциацию по возрасту, уровню развития, полу; позволяет осуществлять развивающее – дифференцированное обучение с учётом разнообразия состава воспитанников.



**Приложение 1.**

**Календарный учебный график**

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата Проведения Занятия (план)	Дата Проведения Занятия (факт)
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности на занятиях, Знакомство с программой	2	04.09	
2	Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: Шассе вправо и влево;	1	07.09	
3	Ча-ча-ча: Компактное шассе; Лок вперед и назад;	1	12.09	
4	Ча-ча-ча: Чек из открытой контр ПП и открытой ПП (Нью-Йорк)	1	14.09	
5	Ча-ча-ча: Рука к руке	1	19.09	
6	Ча-ча-ча: Три ча-ча-ча	1	21.09	
7	Ча-ча-ча: Составление комбинации ча-ча-ча	1	26.09	
8	Ча-ча-ча: Поворот под рукой влево или вправо	1	28.09	
9	Добавление рук в комбинацию ча-ча-ча	1	03.10	
	Отработка комбинации под музыку	1		

10	Отработка комбинации под музыку	1	05.10	
11	Основное движение Румбы	1	10.10	
12	Альтернативное основное движение Румбы	1	12.10	
13	Шаги в сторону влево или вправо	1	17.10	
14	Кукарача	1	19.10	
15	Рука к руке		24.10	
	Составление комбинации	1		
16	Чек из открытой контр ПП и открытой ПП Нью-Йорк	1	26.10	
17	Отработка комбинации под музыку	1	31.10	
18	Отработка комбинации под музыку	1	02.11	
19	Основное движения Самбы: Ритм баунс	1	07.11	
20	Основные движения: - с ПН; - с ЛН	1	09.11	
21	Самба виск вправо и влево	1	14.11	
22	Променадный самба ход	1	16.11	
23	Самба ход в сторону, на месте	1	21.11	
24	Ботафого в продвижении вперед, назад	1	23.11	
25	Корта джака	1	28.11	
26	Раскручивание	1	30.11	
	Составление комбинации			
27	Непрерывный вольта поворот на месте вправо или влево	1	05.12	
28	Отработка комбинации под музыку	1	07.12	
29	Отработка комбинации под музыку	1	12.12	
30	Основные движения танца Бачата: Базовый шаг бачаты	1	14.12	
31	Базовый шаг вперед\назад	1	19.12	

32	Тэп (tap)	1	21.12	
33	Стоп энд го или обманка	1	26.12	
34	Кик бедром	1	28.12	
35	Пяточка	1	09.01	
36	Базовый поворот	1	11.01	
37	Под крыло или крендель	1	16.01	
38	Сакайда Составление комбинации	1	18.01	
39	V-position	1	23.01	
40	Отработка комбинации под музыку	1	25.01	
41	Отработка комбинации под музыку	1	30.01	
42	Джайв шассе и альтернативные движения: – Шассе вправо и влево	1	01.02	
43	Компактное шассе	1	06.02	
44	Шассе с поворотом	1	08.02	
45	Смена мест справа налево	1	13.02	
46	Смена рук за спиной	1	15.02	
47	Брэйки в джайве	1	20.02	
48	Раскручивание	1	22.02	
49	Простой спин	1	27.02	
50	Шаги цыпленка Составление комбинации	1	29.02	
51	Стоп энд гоу	1	05.03	
52	Отработка комбинации под музыку	1	07.03	
53	Отработка комбинации под музыку	1	12.03	
54	Основное движение Сальсы : Базовое	1	14.03	
55	Повороты сальсы	1	19.03	
56	Шаг-тэп, шаг-тэп	1	21.03	
57	Тэпы в стороны	1	26.03	

58	Зиг-заг	1	28.03	
59	Шаги мамбо	1	02.04	
60	Аксель	1	04.04	
61	Твисты в стороны	1	09.04	
62	Приставные шаги на 4 стороны	1	11.04	
63	Носок и пятка	1	16.04	
64	Пасс де бурри	1	18.04	
65	Составление комбинации	1	23.04	
66	Левый (Обратный) поворот	1	25.04	
67	Отработка комбинации под музыку	1	30.04	
68	Отработка комбинации под музыку	1	02.05	
69	Повтор изученного материала	1	07.05	
70	Повтор изученного материала	1	14.05	
71	Повтор изученного материала	1	16.05	
72	Подведение итогов	1	21.05	

## Приложение 2

### **Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы**

**Цель:** Формирование личностной и практико-ориентированной среды в МАУ ДО «ДДТ» г. Печора для развития учащихся через механизмы самореализации, саморазвития, адаптации, саморегуляции, самозащиты, самовоспитания и другие механизмы, необходимые для становления личностного образа.

#### **Задачи воспитательной работы:**

- Реализовывать воспитательные возможности традиционных мероприятий МАУ ДО«ДДТ» г.Печора, поддерживать традиции коллективного планирования,организации, проведения и анализа.

- Реализовывать потенциал объединения в воспитании учащихся, поддерживать их активное участие в жизни учреждения.
- Поддерживать использование различных интерактивных форм на занятиях с учащимися.
- Организовывать работу с семьями учащихся, их родителями (законными представителями), направленную на совместное решение проблем личностного развития детей.

**Приоритетные направления деятельности:**

1.	Традиционные мероприятия МАУ ДО «ДДТ» г.Печора
2.	Коллективно-творческая деятельность в объединениях МАУ ДО «ДДТ» г.Печора»
3.	Социальная активность учащихся
4.	Профориентационная работа
5.	Работа с родителями учащихся
6.	Воспитание медиа-сопровождением

**Планируемые результаты воспитательной работы:**

1. Позитивное принятие учащимся себя как личности.
2. Позитивный опыт практической деятельности в составе различных социокультурных групп конструктивной общественной направленности.
3. Умение моделировать социальные отношения, прогнозировать развитие социальной ситуации, принимать или не принимать информацию, поступающую из социальной среды.
4. Самоопределение в области своих познавательных интересов.
5. Позитивный опыт участия в общественнозначимых делах.

**Приложение 4**

**Календарный план воспитательной работы**

<b>Разделы программы воспитания МАУ ДО «ДДТ» г.Печора</b>	
3.1.	Традиционные мероприятия МАУ ДО «ДДТ» г.Печора
3.2.	Коллективно-творческая деятельность в объединениях МАУ ДО «ДДТ» г.Печора»
3.3.	Социальная активность учащихся

- 3.4. Профорientационная работа  
 3.5. Работа с родителями учащихся  
 3.6. Воспитание медиа-сопровождением

<i>Месяц</i>	<i>Раздел</i>	<i>Часы</i>	<i>Мероприятие</i>	<i>Цель, задачи</i>	<i>Мониторинг</i>
Сентябрь	3.5.	1	Родительское собрание	Знакомство с содержанием ДООП (методиками проведения занятий, определение задач совместного воспитания детей и их реализация).	Кол-во чел, Информационная справка
	3.1	1	Беседы - правила техники безопасности; - личная безопасность; - правила дорожного движения; - правила поведения в ДДТ; - здоровый образ жизни.	Профилактика несчастных случаев среди учащихся	Кол-во чел. Запись в журналах учета рабочего времени
Октябрь	3.2.	5	10.10.2021 Рейтинг турнир 3-й этап	Развитие творческой активности учащихся, выявление и поддержка талантливых детей и молодежи в МАУ ДО «ДДТ» г.Печора.	Кол-во чел Информационная справка
	3.1.	1	Календарная дата 5 октября «День учителя». Участие в праздничном концерте.	Развитие творческой активности учащихся	Кол-во чел.
	3.1	2	15.10.2021 Знакомство с объединениями ДДТ, день открытых дверей	Развитие творческой активности учащихся	Кол-во чел.
Ноябрь	3.2.		14.11.2021 Соревнования по танцевальному спорту	Развитие творческой активности учащихся	Информационная справка
	3.1.	2	Календарная дата «День матери» выступление на праздничном концерте Концерт «Детство начинается	развитие творческой и социальной активности учащихся.	Кол-во чел Информационная справка

			с маминой улыбкой»		
	3.2.	2	Календарная дата 28 ноября «День матери» выступление на праздничном концерте	Развитие творческой активности учащихся, выявление и поддержка талантливых детей в МАУ ДО «ДДТ» г.Печора.	Кол-во чел Информационная справка
Декабрь	3.2.	2	4-5 декабря Чемпионат РК	Сплочение коллектива, поддержка доброжелательных отношений и общения Развитие творческой активности учащихся, выявление и поддержка талантливых детей в МАУ ДО «ДДТ» г.Печора.	Кол-во чел, отзывы Информационная справка
	3.2.	3	Новогодняя практика	Сплочение коллектива, поддержка доброжелательных отношений и общения	Информационная справка
Январь	3.1.	2	Праздничный концерт, посвященный Дню города «Есть на Севере любимый уголок»	Развитие творческой активности учащихся, создание позитивной атмосферы.	Кол-во чел, отзывы Информационная справка
Февраль	3.1.	2	Календарная дата 23 февраля «День защитника Отечества»	развитие творческой активности учащихся, создание позитивной атмосферы.	Кол-во чел, отзывы Информационная справка
	3.2		Соревнования по танцевальному спорту Кубок Газпрома «Северный бриллиант»	Развитие творческой активности учащихся, выявление и поддержка талантливых детей в МАУ ДО «ДДТ» г.Печора.	Информационная справка
	3.2		Соревнования по танцевальному спорту Открытое первенство г Сыктывкар «Сыктывкарская метелица»	Развитие творческой активности учащихся, выявление и поддержка талантливых детей в МАУ ДО «ДДТ» г.Печора.	Информационная справка

	3.5.	1	Родительское собрание	Знакомство с содержанием ДООП (методиками проведения занятий, определение задач совместного воспитания детей и их реализация).	Кол-во чел, Информационная справка
Март	3.1.	2	Праздничный концерт, посвященный Дню 8 Марта «Праздник мам и прекрасных дам»	развитие творческой активности учащихся, создание позитивной атмосферы.	Кол-во чел, Информационная справка
	3.2		Соревнования по танцевальному спорту Кубок РК «Бал при свечах»	Развитие творческой активности учащихся, выявление и поддержка талантливых детей в МАУ ДО «ДДТ» г.Печора.	Информационная справка
	3.2		Танцевальные сборы с тренерами из г Сыктывкар	Развитие творческой активности учащихся	Кол-во чел,
Апрель	3.3.	2	Рейтинг турнир по танцевальному спорту	Развитие творческой активности учащихся, выявление и поддержка талантливых детей в МАУ ДО «ДДТ» г.Печора.	Кол-во чел, Информационная справка
Май	3.1.	2	Отчетный концерт	Подведение итогов по освоению учебных программ, демонстрация умений и навыков, создание праздничной и доброжелательной атмосферы.	Информационная справка Отчеты педагогов по итогам года
	3.2.	2	Календарная дата «День Победы».	Патриотическое воспитание через формирование у детей уважения к историческому прошлому своего народа.	Информационная справка Отчеты педагогов по итогам года
2 раза в год	3.5.	3	Проведение мастер-классов по прическам на турнир и выступления для родителей и с участием родителей.	Сотрудничество с педагогом, совместная деятельность педагогов-родители-учащиеся. Сплочение коллектива учащихся объединений, родителей, педагога.	Отчеты педагогов по итогам года



По мере необходимости	3.5.	4	Участие родителей в массовых мероприятиях, в делах объединений МАУ ДО «ДДТ» г. Печора	Привлечение родителей (законных представителей) к участию в жизнедеятельности творческого объединения.	Отчеты педагогов по итогам года
-----------------------	------	---	---	--	---------------------------------