

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНО  
Директор  
\_\_\_\_\_/В.В. Худова  
Приказ № 274 от 30.08.2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00FA7CC378EDF8D66979AB212B22D1A10D  
Владелец: Худова Виктория Валентиновна  
Действителен: с 22.12.2023 до 16.03.2025

**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**«Спортивные бальные танцы для начинающих. Школа 298»**

**Срок освоения: 2 года**  
**Возраст обучающихся: 7 — 11 лет**

**Разработчик:**  
Михайлова Ксения Вадимовна,  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

*«Бальные танцы - это образ жизни!  
А образ жизни – это человек»  
Леонид Плетнев*

Данная программа предназначена для учащихся коллектива спортивного бального танца «STAR DANCE» и имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Программа направлена на физическое совершенствование учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни, создает предпосылки для многообразных проявлений творческой активности, способствует психическому благополучию.

**Адресат программы:** для обучения по программе принимаются дети в возрасте 7-11 лет без предъявления требований к уровню начальной подготовки, проявляющие интерес к спортивному бальному танцу.

### **Актуальность программы.**

Спортивный бальный танец – это вид танцевальной деятельности, который синтезирует в себе хореографическое искусство и спорт. Во время занятий бальными танцами учащиеся развивают опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы, учатся выразительности движений, силе и ловкости.

Программа формирует духовно-нравственную культуру, а также направлена на создание условий для реализации индивидуально-личностного потенциала, закладывает важные основы каждого танца, в будущем это способствует успешным выступлениям, а также возможности получить навыки для профессиональной подготовки по данному направлению, поэтому данная программа является особенно актуальной.

Обучение, развитие и воспитание неразрывно связаны между собой и осуществляются на протяжении всего этапа обучения. Воспитательный процесс в рамках реализации программы органично вписан в воспитательное пространство ЦТиО.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами и современными требованиями:

- Указ Президента РФ от 07.05.2018 №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 №678-р;
- паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 №16);
- приказ Министерства Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- приказ Министерства Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «педагог дополнительного образования»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 «28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 25.08.2022 №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;
- Устав ГБУ ДО ЦТиО Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

В программу внесен профориентационный компонент, обозначенный в задачах, ожидаемых результатах и содержании. У Учащихся будут сформированы первичные представления о профессиях, связанных с хореографическим искусством, об известных людях-профессионалах в этой области, об учебных заведениях, где готовят специалистов – хореографов.

**Отличительная особенность ДОП.** Программа отличается от других программ спортивного бального танца тем, что знакомит с основами бального танца и готовит учащихся к углубленному его изучению в будущем. Большое внимание уделяется практической части: изучение базисных фигур, постоянная отработка технических особенностей каждого танца.

**Уровень освоения ДОП:** базовый.

**Объём и срок реализации ДОП:** программа рассчитана на 2 года обучения, 164 часа.

Год обучения	1	2
Кол-во часов в год	82	82
Итого за 2 года обучения	164	

### Цель и задачи программы

**Цель:** приобщение учащихся к танцу, как к спортивному направлению.

**Задачи:**

#### Обучающие:

- формировать систему знаний, умений, навыков по предмету «спортивный бальный танец»;
- разучивать определенные наборы фигур, необходимых для участия на соревнованиях;
- способствовать развитию физической выносливости организма обучающегося;
- обучить основам бального танца для последующей профессиональной подготовки.

#### Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость;
- развивать умение переходить от одного движения к другому, запоминать изменение рисунка;
- развивать музыкальность и артистизм.

#### Воспитательные:

- формировать систему поведения на соревнованиях;
- способствовать формированию соревновательного духа и спортивного интереса;
- формировать представление о коллективности в тренировочном процессе, о возможности делиться опытом с другими обучающимися.

## Планируемые результаты освоения программы:

### Личностные:

- учащиеся будут приобщены к постоянным занятиям спортом и научатся контролировать свое физическое состояние
- развитие личности в танцевальном спорте
- взаимодействие в коллективе
- взаимодействие в паре, решение конфликтных ситуаций в паре
- дети овладеют навыками культурно-этического поведения.

### Метапредметные:

- изоляция корпуса, умение правильно дышать при нагрузке
- развитие причинно-следственных связей
- учащиеся сформируется первичное представление о профессиях, связанных со спортивным бальным танцем, об известных людях-профессионалах в этой области, об учебных заведениях, где готовят специалистов – хореографов.

### Предметные:

- у учащихся сформируется система углубленных знаний, умений, навыков по предмету спортивного бального танца;
- получают развитие музыкальность, артистизм, координация, гибкость, пластика, общая физическая выносливость;
- учащиеся будут профессионально подготовлены и смогут показать достойные результаты на соревнованиях.

## Организационно-педагогические условия реализации программы

**Язык реализации:** образовательная деятельность в рамках программы осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

**Форма обучения:** очная.

### Особенности реализации:

Программа реализуется с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения.

После обучения по программе «Спортивные бальные танцы для начинающих», обучающиеся переходят на программы углубленного изучения «Спортивные бальные танцы - стандарт» и «Спортивные бальные танцы - латина».

### Условия набора:

Принимаются все желающие на основе заявления родителей. Обязательным условием для всех является медицинское заключение о допуске к занятиям.

**Условия формирования групп:** разновозрастные, допускается дополнительный набор учащихся на заявительной основе.

### Количество обучающихся в группе:

1-й год – не менее 15 чел;

2-й год – не менее 12 чел.

**Формы организации занятий:** по группам.

**Формы проведения занятий:** учебное занятие, репетиция, концерт, конкурс, занятие-беседа, занятие- экскурсия, творческий отчет.

### Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная - работа педагога со всеми учащимися одновременно;

- групповая - организация работы в малых группах, в том числе, в парах для выполнения определенных задач (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- коллективная - организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (репетиция, постановочная работа, концерт, создание коллективного сводного номера);
- индивидуальная - организуется для работы с одаренными детьми, солистами, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

### **Материально-техническое оснащение**

Для успешного проведения занятий необходимо оснащение кабинета. Помещение, отводимое для занятий, должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения занятий группы в 15 человек, отвечающее технике безопасности и нормам САНПиН.

Общее освещение кабинета в период, когда невозможно естественное освещение лучше обеспечивать люминесцентными лампами, что очень важно при подборе цвета и красок. Стены кабинета должны быть окрашены в светлые тона.

Желательно наличие танцевального паркета, и зал не менее 60 квадратных метров.

#### **Технические средства обучения:**

- Персональный компьютер или ноутбук
- Динамики
- Музыкальный центр

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования.

# Учебный план

## I год обучения

№ п/ц	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	0	Педагогическое наблюдение (заполнение диагностических карт)
2	Танцевальная азбука	4	2	2	
3	Танец «Модный рок»	10	3	8	
4	Танец «Берлинская полька»	10	3	8	
5	Танец «Медленный вальс»	20	8	12	
6	Танец «Ча-ча-ча»	20	8	12	
7	Репетиционная деятельность	14	4	10	Выступления на спортивных турнирах
8	Заключительное занятие	2	0	2	Педагогическое наблюдение (заполнение диагностических карт)
<b>Итого часов:</b>		<b>82</b>	<b>30</b>	<b>54</b>	

## II год обучения

№ п/ц	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	2	-	Педагогическое наблюдение (заполнение диагностических карт)
2	Танец «Медленный вальс»	10	2	8	
3	Танец «Ритмический фокстрот»	12	2	10	
4	Танец «Самба»	12	2	10	
5	Танец «Ча-ча-ча»	10	2	8	
6	Танец «Джайв»	12	2	10	
7	Репетиционная деятельность	22	-	22	Выступления на спортивных турнирах
8	Заключительное занятие	2	-	2	Педагогическое наблюдение
<b>Итого часов:</b>		<b>82</b>	<b>12</b>	<b>70</b>	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Директор

/В.В. Худова

Приказ № 274 от 30.08.2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00FA7CC378EDF8D66979AB212B22D1A10D  
Владелец: Худова Виктория Валентиновна  
Действителен: с 22.12.2023 до 16.03.2025

**Календарный учебный график  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Спортивные балльные танцы для начинающих. Школа 298»  
на 2024/25 уч. год**

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год			41			
2 год	02.09.2024	23.06.2025	41	41	82	1 раз в неделю 2 часа

**1 час равен 45 минут**

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Директор

/В.В. Худова

Приказ № 274 от 30.08.2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00FA7CC378EDF8D66979AB212B22D1A10D  
Владелец: Худова Виктория Валентиновна  
Действителен: с 22.12.2023 до 16.03.2025

**Рабочая программа дополнительной  
общеразвивающей программы**

**«Спортивные балльные танцы для начинающих. Школа 298»**

**Год обучения - 1**

**№ группы –**

**Разработчик:**

Михайлова Ксения Вадимовна,  
педагог дополнительного образования

## 1 год обучения

### Краткая характеристика программы

Программа позволяет увеличить физическую выносливость, улучшить координацию, а также получить такой запас умений и навыков, которые необходимы для успешных выступлений и конкурентоспособности в спорте

### Задачи

#### **Обучающие:**

- формировать систему углубленных знаний, умений, навыков по предмету «спортивный танец»;
- разучивать определенные наборы фигур, необходимых для участия на соревнованиях;
- способствовать развитию физической выносливости организма обучающегося.

#### **Развивающие:**

- развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость;
- развивать умение переходить от одного движения к другому, запоминать изменение рисунка;
- развивать музыкальность и артистизм.

#### **Воспитательные:**

- работа на соревнованиях в паре, борьба за общий результат;
- развитие спортивного интереса.
- формировать представление о коллективности в тренировочном процессе, о возможности делиться опытом с другими обучающимися

## Содержание программы

Тема	Теория	Практика
Вводное занятие	Инструктаж по т/б. Знакомство с основами спортивного бального танца, обсуждение планов на учебный год. Правила поведения на занятиях, на улице, по пути следования на концерт, на концертных площадках, на соревнованиях	
Танцевальная азбука	Разбор музыкального квадрата танцевальной музыки. Основы позиции рук ,стоп	Отработка основных танцевальных шагов. Отработка позиций рук и ног
Танец «Модный рок»	Первоначальные представления об истории возникновения «Модного рока». Изучение фигур: приставные шаги (шаг правой ногой в сторону, левую приставить, шаг правой ногой в сторону левую приставить, то же самое с левой ноги), шаг с поворотом (шаг правой ногой в сторону левую приставить к правой с поворотом на 180 градусов, правой ногой шаг в сторону с поворотом на 180 градусов)	Отработка ритма, приставных шагов, шаги с поворотом.

Танец «Берлинская полька»	Первоначальные представления об истории возникновения «Берлинской польки». Изучение фигур: каблук-носок. Галоп	Отработка: синхронность исполнения, порядок движений, каблук-носок, галоп вправо и влево, подскоки на месте
Танец «Медленный вальс»	. Первоначальные представления об истории возникновения «Медленного вальса». Закрытые перемены (шаг правой ногой вперед, левой в сторону правую приставить) правый поворот (шаг правой ногой вперед, левой вперед с поворотом на одну четверть), левый поворот (шаг с левой ноги вперед, диагонально к центру, шаг правой вперед с поворотом на одну четверть)	Отработка: музыкальности, чувства ритма, артистичности, закрытые перемены, правый поворот, левый поворот (двигаясь по квадрату).
Танец «Чачача»	Фигура нью-йорк ( шаг поворотный , чек , перенос веса назад ,поворотный шаг ,шассе), локстеп вперед и назад( шаг вперед ,кросс, шаг вперед ,чек , шаг назад кросс, шаг назад ,реплей )	Отработка основного движения - музыкально (перенос веса тела с ноги на ногу, выворотное положение стопы, руки на талии), тайм- степ, рука в руке, плечом к плечу, поворот под рукой, нью-йорк, лок степ назад и вперед
Репетиционная деятельность		Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах, открытые занятия для родителей - демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.
Заключительное занятие, диагностика	Подведение итогов за учебный год, оформление диагностических карт.	

### Планируемые результаты

#### Личностные:

- получают развитие музыкальность, артистизм, координация, гибкость, пластика, общая физическая выносливость;
- учащиеся будут приобщены к постоянным занятиям спортом и научатся контролировать свое физическое состояние.
- взаимодействие в коллективе
- взаимодействие в паре, решение конфликтных ситуаций в паре

#### Метапредметные:

- изоляция корпуса, умение правильно дышать при нагрузке
- развитие причинно-следственных связей
- учащиеся смогут показать достойные результаты на соревнованиях;

#### Предметные:

- у учащихся сформируется система углубленных знаний, умений, навыков по предмету спортивного бального танца;
- учащиеся будут переходить от одного движения к другому, запоминать изменение рисунка;
- учащиеся будут исполнять все освоенные фигуры первого года обучения.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Директор

/В.В. Худова

Приказ № 274 от 30.08.2024

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00FA7CC378EDF8D66979AB212B22D1A10D  
Владелец: Худова Виктория Валентиновна  
Действителен: с 22.12.2023 до 16.03.2025

**Рабочая программа дополнительной  
общеразвивающей программы**

**«Спортивные балльные танцы для начинающих. Школа 298»**

**Год обучения - 2  
№ группы – 101 ОСИ**

**Разработчик:**  
Михайлова Ксения Вадимовна,  
педагог дополнительного образования

## 2 год обучения

### Краткая характеристика программы

Программа позволяет увеличить физическую выносливость, улучшить координацию, а также получить такой запас умений и навыков, которые необходимы для успешных выступлений и конкурентоспособности в спорте

### ЗАДАЧИ второго года обучения:

#### *Обучающие:*

- формировать систему углубленных знаний, умений, навыков по предмету «спортивный танец»;
- разучивать определенные наборы фигур, необходимых для участия на соревнованиях;
- способствовать развитию физической выносливости организма обучающегося.

#### *Развивающие:*

- развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость;
- развивать умение переходить от одного движения к другому, запоминать изменение рисунка;
- развивать музыкальность и артистизм.

#### *Воспитательные:*

- работа на соревнованиях в паре, борьба за общий результат;
- развитие спортивного интереса.

### Содержание второго года обучения:

Раздел	Теория	Практика
Вводное занятие	Инструктаж по т/б. Обсуждение планов на учебный год. Правила поведения на занятиях, на улице, по пути следования на концерт, на концертных площадках, на соревнованиях	
Танец «Медленный вальс»	Работа стопы, позиция в паре. Особенности рисунка танца. Объяснение основных принципов движения (снижение, подъемы – шаг с пятки и подъем на полупальцы). Закрытые перемены, правый поворот ,спин поворот (шаг назад , перекат стопы, движение по кругу , пятка рисует круг, подъем на полупальцы, снижение; снижение шаг с каблука , поворотный шаг , подъем на полупальцах, снижение	Отработка фигур: закрытые перемены, правый поворот, левый поворот, спин поворот )
Танец «Ритмический фокстрот»	Первоначальные представления об истории возникновения «Ритмического фокстрота». Изучение фигуры «четвертные повороты» (шаг правой ногой вперед диагонально к стене, шаг левой в сторону, правую приставить, шаг левой ногой назад спиной диагонально к центру, шаг правой ногой назад, левой в сторону правую приставить, левой в сторону)	Отработка – «четвертные повороты».
Танец «Самба»	Первоначальные представления об истории возникновения «Самбы». Изучение фигур:	Отработка основного хода на месте, виск вправо и влево.

	основной ход на месте (шаг правой ногой вперед, левую приставить, шаг левой ногой назад правую приставить), виск вправо, влево (шаг правой в сторону, левую назад накрест, шаг левой ногой в сторону правую ногу назад накрест).	
Танец «Чачача»	Изучение фигуры тайм – степа и основного движения.	Отработка основного движения - музыкально (перенос веса тела с ноги на ногу, выворотное положение стопы, руки на талии), тайм- степ (шаг правой ногой в сторону, левую приставить, перенос веса тела с правой на левую и с левой на правую и шаг левой в сторону и все тоже самое с левой ноги), рука в руке, плечом к плечу, поворот под рукой.
Танец «Джайв»	Первоначальное представление об истории танца «Джайв» Изучение фигур осн движение джайва (звено шаг назад перенос веса вперед, шассе(шаг боковой приставка шаг боковой , затем в другую сторону шаг боковой, приставка шаг боковой ) смена мест (звено шассе ,поворот под рукой, шассе, звено,шассе ,шассе	Отработка фигур :основное движение, шассе, смена мест
Репетиционная деятельность	Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах, открытые занятия для родителей - демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	Подготовка и участие в конкурсах и концертах
Заключительное занятие, диагностика	Подведение итогов за учебный год, оформление диагностических карт.	

### Планируемые результаты

#### Личностные:

- получают развитие музыкальность, артистизм, координация, гибкость, пластика, общая физическая выносливость;
- учащиеся будут приобщены к постоянным занятиям спортом и научатся контролировать свое физическое состояние.
- взаимодействие в коллективе
- взаимодействие в паре, решение конфликтных ситуаций в паре

#### Метапредметные:

- изоляция корпуса, умение правильно дышать при нагрузке
- развитие причинно-следственных связей
- учащиеся смогут показать достойные результаты на соревнованиях;

#### Предметные:

- у учащихся сформируется система углубленных знаний, умений, навыков по предмету спортивного бального танца;
- учащиеся будут переходить от одного движения к другому, запоминать изменение рисунка;

- учащиеся будут исполнять все освоенные фигуры второго года обучения.

<b>Календарно-тематический план</b> <b>Программа: «Спортивные балльные танцы для начинающих. Школа 298»</b> <b>2 год обучения, группа № 101</b> <b>Педагог: Михайлов Г.К.</b>				
Месяц	Число пн	Раздел программы.	Кол- во часо	Итого часов в месяц
		Тема. Содержание		
сентябрь		<b>Раздел «Вводное занятие»</b>		<b>10</b>
	2	<b>Тема:</b> «Инструктаж по технике безопасности. Планирование деятельности на учебный год». <b>Содержание:</b> Приказ №289 от 21.12.2020, ИОТ – 065 – 2020, ИОТ-066 - 2020; планирование деятельности на учебный год, режим работы.	<b>2</b>	
		<b>Раздел «Танец «Медленный вальс»</b>		
	9	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур «Медленного вальса». <b>Содержание:</b> Закрытые перемены, правый поворот, левый поворот (двигаясь по кругу, с соблюдением линии танца и диагоналей), виск, шассе. <b>«История блокадного Ленинграда» киноурок</b>	<b>2</b>	
	16	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур «Медленного вальса». <b>Содержание:</b> Закрытые перемены, правый поворот, левый поворот (двигаясь по кругу, с соблюдением линии танца и диагоналей), виск, шассе.	<b>2</b>	
	23	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур «Медленного вальса». <b>Содержание:</b> Закрытые перемены, правый поворот, левый поворот (двигаясь по кругу, с соблюдением линии танца и диагоналей), виск, шассе.	<b>2</b>	
	30	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур «Медленного вальса». <b>Содержание:</b> Закрытые перемены, правый поворот, левый поворот (двигаясь по кругу, с соблюдением линии танца и диагоналей), виск, шассе. <b>«День музыки» викторина</b>	<b>2</b>	
октябрь		<b>Раздел «Репетиционная деятельность»</b>		<b>8</b>
	7	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	<b>2</b>	
	14	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	<b>2</b>	
	21	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	<b>2</b>	
	28	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	<b>2</b>	
		<b>Раздел «Танец «Ритмический фокстрот»</b>		

ноябрь	11	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ритмический фокстрот». <b>Содержание:</b> Четвертные повороты, лок-степ, правый пивот-поворот. <b>«День народного единства» викторина</b>	2	6
	18	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ритмический фокстрот». <b>Содержание:</b> Четвертные повороты, лок-степ, правый пивот-поворот.	2	
	25	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ритмический фокстрот». <b>Содержание:</b> Четвертные повороты, лок-степ, правый пивот-поворот.	2	
декабрь	2	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ритмический фокстрот». <b>Содержание:</b> Четвертные повороты, лок-степ, правый пивот-поворот.	2	10
	9	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ритмический фокстрот». <b>Содержание:</b> Четвертные повороты, лок-степ, правый пивот-поворот. <b>«День героев Отечества» онлайн-викторина</b>	2	
	16	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ритмический фокстрот». <b>Содержание:</b> Четвертные повороты, лок-степ, правый пивот-поворот.	2	
		<b>Раздел «Репетиционная деятельность»</b>		
	23	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	2	
	30	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	2	
январь		<b>Раздел танец «Самба»</b>		6
	13	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Самба». <b>Содержание:</b> Основной ход на месте, виски вправо и влево, ход самбы в линию, бото-фого.	2	
	20	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Самба». <b>Содержание:</b> Основной ход на месте, виски вправо и влево, ход самбы в линию, бото-фого.	2	
	27	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Самба». <b>Содержание:</b> Основной ход на месте, виски вправо и влево, ход самбы в линию, бото-фого. <b>«День снятия блокады Ленинграда» киноурок</b>	2	
февраль	3	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Самба». <b>Содержание:</b> Основной ход на месте, виски вправо и влево, ход самбы в линию, бото-фого.	2	8
	10	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Самба». <b>Содержание:</b> Основной ход на месте, виски вправо и влево, ход самбы в линию, бото-фого.	2	
	17	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Самба». <b>Содержание:</b> Основной ход на месте, виски вправо и влево, ход самбы в линию, бото-фого. <b>«День защитника Отечества» онлайн-викторина</b>	2	

	24	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Самба». <b>Содержание:</b> Основной ход на месте, виски вправо и влево, ход самбы в линию, бото-фого.	2	
		<b>Раздел «Репетиционная деятельность»</b>		
март	3	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам. <b>«Международный женский день» онлайн-викторина</b>	2	<b>10</b>
	10	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	2	
	17	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	2	
	24	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	2	
		<b>Раздел «Танец «Джайв»</b>		
	31	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Джайв». <b>Содержание:</b> Основное движение, раскрытие, поворот под рукой, американский прерывистый поворот, перемена места	2	
апрель	7	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Джайв». <b>Содержание:</b> Основное движение, раскрытие, поворот под рукой, американский прерывистый поворот, перемена места	2	<b>8</b>
	14	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Джайв». <b>Содержание:</b> Основное движение, раскрытие, поворот под рукой, американский прерывистый поворот, перемена места	2	
	21	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Джайв». <b>Содержание:</b> Основное движение, раскрытие, поворот под рукой, американский прерывистый поворот, перемена места	2	
	28	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Джайв». <b>Содержание:</b> Основное движение, раскрытие, поворот под рукой, американский прерывистый поворот, перемена места <b>«Международный день танца» киноурок</b>	2	
		<b>Раздел танец «Ча-ча-ча»</b>		
май	5	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ча-ча-ча». <b>Содержание:</b> Изучение фигуры тайм – степа и основного движения. <b>«День Победы» викторина</b>	2	<b>8</b>
	12	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ча-ча-ча». <b>Содержание:</b> Изучение фигуры тайм – степа и основного движения	2	
	19	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ча-ча-ча». <b>Содержание:</b> Изучение фигуры тайм – степа и основного движения	2	
	26	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ча-ча-ча». <b>Содержание:</b> Изучение фигуры тайм – степа и основного движения	2	
		<b>Раздел «Репетиционная деятельность»</b>		

июнь	2	<b>Тема:</b> Изучение и отработка фигур танца «Ча-ча-ча». <b>Содержание:</b> Изучение фигуры тайм – степа и основного движения. «День защиты детей» киноурок	2	8
	9	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	2	
	16	<b>Тема:</b> Подготовка и участие в городских соревнованиях, конкурсах, концертах. <b>Содержание:</b> Демонстрация полученных знаний, умений и навыков по всем изученным танцам.	2	
		<b>«Заключительное занятие»</b>		
	23	<b>Тема:</b> Подведение итогов за учебный год. <b>Содержание:</b> Повторение пройденного материала, планирование на будущий учебный год.	2	
<b>Итого часов по программе:</b>				<b>82</b>

## Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе «Спортивные балльные танцы» проводятся входной, текущий и итоговый контроль

Входной – проводится на вводном занятии каждого года обучения, направлен на изучение интересов ребенка, его готовности к занятиям спортивной направленности

Карта входного контроля:

№	Ф.И.	Критерии			
		Умение взаимодействовать	Сформированность мотивации	Физическая выносливость	Знания о направлениях танца

**Текущий** – проводится в течение года в форме оценки выполнения изученных движений по прохождению разделов программы

Карта текущего контроля:

№	Ф.И.	Критерии			
		Степень изучения элемента танца	Теоретические Основы	Выразительность исполнения	Координация при исполнении

**Промежуточная аттестация** - проводится в конце полугодия

**Итоговый контроль** – проводится в конце обучения по программе в форме участия концертах и соревнованиях

**Диагностика результативности:**

Для определения уровня овладения знаниями, умениями и навыками разработаны критерии по каждой теме

**1 год обучения:**

**Раздел «Танцевальная азбука»**

Уровень овладения знаниями, умениями и навыками определяется по следующим критериям оценки:

- правильность исполнения
- выразительность
- музыкальность
- координация

На основании данных критериев выделяется три уровня освоения знаний, умений и навыков:

**«низкий»:** путается в последовательности упражнений, не попадает в музыку, движения не скоординированы, выразительное исполнение отсутствует

**«средний»:** последовательно выполняет все упражнения, музыкальность исполнения частично присутствует, выразительность исполнения отсутствует, координация в упражнениях не всегда присутствует.

**«высокий»:** последовательно выполняет все упражнения, движения скоординированы, выразительно и музыкально исполнены

#### ***Раздел «Модный рок»***

Уровень овладения знаниями, умениями и навыками определяется по следующим критериям оценки:

- синхронность
- артистичность
- способность запоминать порядок движений
- чувство ритма
- координация

На основании данных критериев выделяется три уровня освоения знаний, умений и навыков:

**«низкий»:** путается в последовательности движений, не попадает в ритм, движения не скоординированы, выразительное исполнение отсутствует, синхронное исполнение в паре отсутствует

**«средний»:** последовательно выполняют движения, ритмический рисунок выполняется, движения скоординированы, но не на всей связке, выразительное исполнение отсутствует, синхронное исполнение в паре отсутствует

**«высокий»:** последовательно выполняют движения, ритмический рисунок выполняется, движения скоординированы, артистично и синхронно исполнены все элементы в паре

#### ***Раздел «Берлинская полька»***

Уровень овладения знаниями, умениями и навыками определяется по следующим критериям оценки:

- синхронность
- артистичность
- способность запоминать порядок движений
- чувство ритма
- координация

На основании данных критериев выделяется три уровня освоения знаний, умений и навыков:

**«низкий»:** путается в последовательности движений, не попадает в ритм, движения не скоординированы, выразительное исполнение отсутствует, синхронное исполнение в паре отсутствует

**«средний»:** последовательно выполняют движения, ритмический рисунок выполняется, движения скоординированы, но не на всей связке, выразительное исполнение отсутствует, синхронное исполнение в паре отсутствует

**«высокий»:** последовательно выполняют движения, ритмический рисунок выполняется, движения скоординированы, артистично и синхронно исполнены все элементы в паре

#### ***Раздел «Медленный вальс»***

Уровень овладения знаниями, умениями и навыками определяется по следующим критериям оценки:

- синхронность
- артистичность
- способность запоминать порядок движений
- чувство ритма
- координация

На основании данных критериев выделяется три уровня освоения знаний, умений и навыков:

**«низкий»:** путается в последовательности движений, не попадает в ритм, движения не скоординированы, выразительное исполнение отсутствует, синхронное исполнение в паре отсутствует

**«средний»:** последовательно выполняют движения, ритмический рисунок выполняется, движения скоординированы, но не на всей связке, выразительное исполнение отсутствует, синхронное исполнение в паре отсутствует

**«высокий»:** последовательно выполняют движения, ритмический рисунок выполняется, движения скоординированы, артистично и синхронно исполнены все элементы в паре

### **Раздел «Чачача»**

Уровень овладения знаниями, умениями и навыками определяется по следующим критериям оценки:

- синхронность
- артистичность
- способность запоминать порядок движений
- чувство ритма
- координация

На основании данных критериев выделяется три уровня освоения знаний, умений и навыков:

**«низкий»:** путается в последовательности движений, не попадает в ритм, движения не скоординированы, выразительное исполнение отсутствует, синхронное исполнение в паре отсутствует

**«средний»:** последовательно выполняют движения, ритмический рисунок выполняется, движения скоординированы, но не на всей связке, выразительное исполнение отсутствует, синхронное исполнение в паре отсутствует

**«высокий»:** последовательно выполняют движения, ритмический рисунок выполняется, движения скоординированы, артистично и синхронно исполнены все элементы в паре

## **Методические пособия и материалы**

- Положения конкурсов, сорев нований бальных танцев
- Иллюстративные материалы (набор фотографий конкурсных выступлений и соревнований)
- Видеозаписи конкурсных выступлений

Методы проведения занятий:

- словесные (объяснение педагогом техники выполнения элементов);
- наглядные (показ);
- практические (отработка упражнений и элементов);

## **Электронные образовательные ресурсы**

### **Подборка лицензионных DVD дисков:**

- 1) DVD. III Сборы. Лариса Давыдова. La. "Пасодобль"
- 2) DVD. III Сборы. Сергей Дуванов. La. "Важность бэйсика в юниорском танцевании"
- 3) DVD. III Сборы. Тимур Имамединов. La. "Взаимодействие. Создание дуэта"
- 4) DVD. III Сборы. Елена Колобова. La. "Чувство движения"
- 5) DVD. III Сборы. Станислав Бекмаметов. St. "Координация"
- 6) DVD. III Сборы. Дмитрий Жарков. St. "Свинг верхний и нижний"
- 7) DVD. III Сборы. Евгений Казмирчук. St. "Работа спины в Медленном Фокстроте"
- 8) DVD. III Сборы. Сергей Коновальцев. St. "Действия в корпусе"
- 9) DVD. III Сборы. Артур Лобов. St. "Магия баланса"
- 10)-DVD. III Сборы. Ирина Марова. St. "Приоритеты в стандарте"
- 11) DVD. XI Национальный Конгресс тренеров и судей ФТСР 2011. Методические рекомендации

- 12) DVD. XI Национальный Конгресс тренеров и судей ФТСР 2011. Стандарт
- 13) DVD. Чемпионат России 2011. Взрослые, St. Новогодний калейдоскоп. Дети, Юниоры, IDSF La
- 14) DVD. Чемпионат России 2011. Взрослые La. Profidance Cup. Дети, Юниоры, IDSF St
- 15) DVD. Популярные английские вариации. Выпуск 9. La. LS 59-61
- 16) DVD. Популярные английские вариации. Выпуск 10. St. LS 59-61
- 17)

#### **Подборка музыкальных произведений – аудиозаписи**

- 1) CD. "Giants of Latin - Latin Impressions". 2015. La
- 2) CD. "Latin dance fitness". 2015. Salsa, mambo, merengue
- 3) CD. "Giants of Latin - The Walter Laird Rhythms". 2015. La
- 4) WR2CD 5057. "The Ultimate... Latin Album 11" 2015. La
- 5) The Ultimate Ballroom Album 14 - L'Italiano 2CD
- 6) CD. "Masters Of Modern 15". 2015. St
- 7) CD. "Masters Of Modern 14". 2015. St
- 8) WR2CD 5058. "The Ultimate... Ballroom Album 13" 2015. St WR2CD 5058. "The Ultimate... Ballroom Album 13" 2015. St
- 9) WR2CD 5055. "The Ultimate... Ballroom Album 12" 2014. St
- 10) WR2CD 5049. "The Ultimate... Ballroom Album 10" 2015. St
- 11) CD. "Bring 7 Smiles to Your Feet". 2015. St + La
- 12) CD. "Movies & Musicals". 2015. St + La
- 13) CD. "Bring 6 Smiles to Your Feet". 2015. St + La
- 14) WR2CD 5043. "The Big Bands Lounge 3" 2015. St + La
- 15) CD. "Детские танцы". Приложение к книге "Методические рекомендации". Отечественные бальные танцы

#### **Литература**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Ж - М., Искусство, - 1964.
2. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. - М., Искусство, - 1963.
3. Воронина И. Историко-бытовой танец. - М., Искусство, - 1980.
4. Ивановский Н.П. Бальный танец XVI-XIX веков. - Л.-М., Искусство, - 1948.
5. Кох Н.О. Основы сценического движения. - Л., Искусство, - 1970.
6. Мерцалова М.Н. История костюма. - М., Искусство, - 1972.
7. Уостровацкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л.О., Искусство, - 1968.
8. Федерация танцевального спорта России: сб. нормат. док. - М., - 2001.

Список литературы, рекомендованный детям и родителям в помощь освоения программы:

1. Громов Ю. От Школы на Росси к Школе на Фучика: История. Теория сценического танца. - СПб., СПбГУП, - 2001.
2. Киреева История костюма. - М., Просвещение, - 1976.
3. Кох И.Э. Основы сценического движения. - Л., Искусство, - 1970.
4. Основы латино-американских танцев. - Томск, - 1997.

#### **Список используемых интернет-источников**

1. [www.dancesport.ru](http://www.dancesport.ru)
2. [www.ballroom.ru](http://www.ballroom.ru)
3. [www.rdu.ru](http://www.rdu.ru)

Организация воспитательной работы в детском объединении

Уровень	Задача уровня	Виды, формы и содержание деятельности	Мероприятия по реализации уровня
<b>Инвариантная часть</b>			
Учебное занятие	использовать в воспитании подрастающего поколения потенциал ДООП как насыщенной творческой среды, обеспечивающей самореализацию и развитие каждого учащегося	<b>Формы</b> - беседа, рассказ, самостоятельная работа, творческая работа, конкурс, творческие проекты <b>Виды</b> - проблемно-ценностное общение; художественное творчество <b>Содержание деятельности:</b> Участие детей в творческих проектах; Подготовка творческих работ; Участие детей в конкурсах, фестивалях, концертах	Согласно учебно-тематическому плану в рамках реализации ОП
Детское объединение	Содействовать развитию и активной деятельности детского хореографического коллектива; использовать занятие как источник поддержки и развития интереса к хореографическому творчеству	Коллективные творческие дела (мастер-классы, посещение балетных спектаклей, концертов, конкурсов)	Согласно плану воспитательной работы
Работа с родителями	Стимулировать интерес родителей к воспитательному процессу ЦТиО и включение их в совместную детско-взрослую творческую деятельность	Консультации Родительские собрания Совместные творческие дела, проекты	Консультации, беседы по вопросам воспитания, обучения и безопасности детей
<b>Вариативная часть</b>			
Профессиональное самоопределение	Содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на	В соответствии с рабочей программой - формы и содержание деятельности: • Мероприятия (беседы,	Мастер-классы ведущих специалистов в области хореографического

	основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках	лекции, викторины, виртуальные экскурсии) • События (общие по учреждению, дни единых действий, приуроченные к праздникам и памятным датам)	искусства, творческие встречи, виртуальные экскурсии, занятия по наставничеству по форме «Ученик-ученик»
«Наставничество и тьюторство»	Создать условия для реализации творческих способностей каждого учащегося	Индивидуальный образовательный маршрут  Краткосрочное и долгосрочное наставничество в процессе реализации отдельных тем ОП, творческих проектов	ИОМ составляется на каждого солиста коллектива в начале учебного года. В ИОМ прописаны индивидуальные формы работы и мероприятия по сопровождению учащегося.

### Календарный план воспитательной работы группы

Название мероприятия	Ориентировочные сроки проведения	Форма (формат) проведения
«История блокадного Ленинграда»	02.09-07.09	Киноурок
«День музыки»	30.09-05.10	Викторина
«День народного единства»	04.11-09.11	Викторина
«День героев Отечества»	02.12-07.12	Онлайн-викторина
«День снятия блокады Ленинграда»	20.01-25.01	Киноурок
«День защитника Отечества»	17.02-22.02	Онлайн-викторина
«Международный женский день»	03.03-07.03	Онлайн-викторина
«Международный день танца»	21.04-26.04	Киноурок
«День Победы»	02.05-08.05	Викторина
«День защиты детей»	02.06-07.06	Киноурок

### Репертуарный план «Стар-денс»

1. «Ах, эти тучи в голубом»
2. «Синяя вечность»
3. «Мы - эхо»
4. «Танго»
5. «Нежность»
6. «Мечтай»

7. «Танцевальный микс»
8. «Прекрасное далеко»
9. «Буратино»
10. «Фигурный вальс»
11. «Пасодобль»
12. «Румба»

## ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

**Коллектив: Star Dance**  
**2022/2023 уч. год**  
**Педагог: Михайлов Г.К.**  
**Предмет: Спортивные балльные танцы для начинающих**  
**группа №**

### КРИТЕРИИ ОЦЕНОК

	Низкий (отметка Н)	Средний (отметка С)	Высокий (отметка В)
<b>Координация движений</b>	слабо координирует движения	большая часть движений в вариации скоординированы	все движения выполнены с хорошей координацией, чисто, без ошибок
<b>Музыкальность</b>	есть представление о понятии музыкальность, но не получается отразить музыкальность при исполнении танцевальных движений	есть понимание музыкальности исполнения, но присутствует в отдельных танцах и на простых мелодиях	движения исполнены музыкально, полноценное восприятие музыки, музыкальное заполнение сложных композиций
<b>Чувство ритма</b>	попадание в базовый ритм	соблюдение ритмического рисунка в базовых вариациях, стабильно без ошибок	способность исполнить сложную вариацию с усложненным ритмом, а также способность видеоизменять ритм сохраняя музыкальность исполнения
<b>Артистичность</b>	наличие базовых эмоций в танце, эмоциональная скованность	не всегда находится в образе на протяжении одного танца, нет полноценного понимания, как передать эмоцию в конкретном движении	умение выражать эмоции через танец, способность убеждать, возможность показать особенность характера каждого танца
<b>Способность действовать синхронно</b>	синхронность очень на слабом уровне, только на отдельных элементах в базовом ритме	присутствует синхронное исполнение, под базовые ритмы, в сложных элементах базовая синхронность отсутствует	пара выглядит цельно, движения одинаковые по ритму и техническому исполнению
<b>Способность запоминать порядок действий</b>	запоминание 1-2 элементов, невозможность воспроизведения всей вариации в музыку	продолжительность усвоения материала на среднем уровне, ошибки в порядке действий	быстрое усвоение материала в правильном порядке без ошибок
<b>Взаимодействие в коллективе</b>	сложности взаимодействия, мало общения с партнером/партнершей, эмоциональная скованность при ответах педагогу	активность и желание отвечать на вопросы педагога, контакт с другими детьми в коллективе на среднем уровне, в паре взаимосвязь на среднем уровне	хорошее взаимодействие с партнером/партнершей, активность в общении с педагогом, присутствует желание общаться в коллективе и делать общее дело
<b>Воля к победе в конкурсной деятельности</b>	нет понимания цели и желания ее достичь	есть желание и воля к победе, но очень нестабильная	целеустремленность и желание выступать на самом высоком уровне

№	Список учащихся	Предметные						Метапредметные						Личностные			
		Координация движений		Музыкальность		Чувство ритма		Артистичность		Способность действовать синхронно		Способность запоминать порядок действий		Взаимодействие в коллективе		Воля к победе в конкурсной деятельности	
		д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	