

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**


ПРИНЯТА

на педагогическом
совете
Протокол от
25.04.2022 г. № 4

УТВЕРЖДЕНА

Приказом от 25.04.2022 г. № 121

Директор МАУДО «ЦДО»

 Л.В. Михайлова



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
"Дети на паркете"**

Срок реализации: 5 лет
Возраст учащихся: 6 – 16 лет

Составитель:
Балакина Оксана Михайловна,
педагог дополнительного образования
МАУДО «ЦДО»

г. Полярный
2022 год

I. Комплекс основных характеристик программы.

1.1 Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Дети на паркете» (далее - программа) предназначена для удовлетворения запросов обучающихся в изучении такого вида хореографического искусства как бальные танцы.

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая широкие возможности для развития ребенка от изначального пробуждения интереса ребенка к азам танца до овладения им основами профессионального мастерства.

Программа разработана в соответствии с Федеральным законом РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с учетом:

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями, утверждёнными приказом Министерства просвещения РФ от 30.09.2020 №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 года № 729-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Уставом МАУДО «ЦДО»;

Программа разработана на основе методического пособия Соколовского Ю. «Основы педагогики бального танца» (М.: «Педагогика», 1976) с учетом требований к спортивному танцу Федерации танцевального спорта России)(М.: «Сборник нормативных документов ФТСР», 2004)

Направленность: художественная.

Уровни программы: стартовый, базовый, продвинутый.

Форма реализации программы: очная.

Актуальность программы.

Современные дети очень много времени проводят в сидячем положении. Вследствие этого происходит нарушение осанки, появляются сутулость, искривление позвоночника, у детей проявляется повышенная утомляемость, хроническая усталость. Занятия бальными танцами совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье, способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, формируют красивую фигуру, исправляют нарушение осанки.

Бальные танцы активно развивают физическую силу и выносливость, координацию и

гибкость, дисциплину и командный дух. Наряду с двигательными навыками обучающиеся получают разностороннее интеллектуальное и музыкальное развитие, у них формируется художественный вкус и культура общения, умение воплотить художественное содержание танца, передать его зрителю. Кроме того, у детей формируется умение достойно держать и преподносить себя людям, и, как следствие, они начинают увереннее чувствовать себя в окружающем мире, что позволяет быть успешным в обществе.

Новизна программы.

Бальный танец в настоящее время имеет широкую популярность в России и во всем мире. Бальные танцы – это удивительно гармоничное сочетание искусства и спорта, требующее от танцевальных пар, как физической и психологической выносливости, так и особого артистизма в исполнении танца.

В спортивных танцах нет определенного сценария, точного текста танцевальной партии. Композиция выстраивается для танцевальной пары в зависимости от ее класса, уровня подготовки и не несет на себе никакого подтекста.

В данной же программе подразумевается в том числе и обучение сценическому бальному танцу, когда репертуар (постановка) имеет сюжетную линию, в отличие от вариаций, исполняемых танцорами на турнирах по спортивным бальным танцам. Это позволяет с помощью бальной хореографии создавать драматургические танцевальные номера, с которыми дети выступают на сцене.

Педагогическая целесообразность.

Программа основана на взаимосвязи выстроенной системы процессов обучения, развития и воспитания, обучающихся и их обеспечения, что способствует повышению качества дополнительного образования.

Данная программа педагогически целесообразна, так как, являясь одной из наиболее массовых и общедоступных форм приобщения детей к основам классической, бытовой и спортивной хореографии, органично вписывается в единое образовательное пространство учреждения, становится важным и неотъемлемым компонентом, способствующим формированию эстетического вкуса и здорового образа жизни, волевых и коммуникативных качеств личности.

1.2. Цель, задачи и этапы реализации программы.

Цель программы: раскрытие и развитие творческого потенциала детей, формирование здорового образа жизни в процессе обучения бальным танцам.

Задачи программы.

Обучающие:

- познакомить с историей происхождения и современными тенденциями развития бальных танцев;
- способствовать формированию навыков танцевального мастерства;
- обучить основам актерского мастерства танцоров;
- обучить основным элементам бальной хореографии;
- сформировать и совершенствовать знания, умения, навыки танцевальной техники и фигур;
- сформировать навыки работы в паре: синхронность, взаимопонимание, взаимная поддержка;
- укрепить физическое и психоэмоциональное здоровье обучающихся;
- обучить правилам этикета и техники безопасности на танцполе.

Развивающие:

- развивать художественно-эстетический вкус;
- способствовать развитию гибкости, силы, координации и выразительности движений;

- развивать волевые качества, формировать мотивацию на достижение успеха, высокой результативности в турнирах;
- развивать способности к самостоятельной индивидуальной, парной и коллективной творческой деятельности;
- развивать музыкальный слух, чувство ритма, артистизм, двигательную и логическую память;
- предоставить возможность развития творческой инициативы и способности к самовыражению в танце.

Воспитательные:

- способствовать профессиональному самоопределению обучающихся;
- формировать чувства этики, вежливости и такта;
- создать условия для общения, формирования позитивных коммуникативных способностей;
- сформировать мотивацию к здоровому образу жизни;
- сформировать потребность в регулярных занятиях для достижения и улучшения результатов;
- формировать такие качества личности, как выносливость, самодисциплину, настойчивость;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- способствовать формированию эстетики в выборе своего имиджа, согласно сценическому образу и правилам применяемых к возрастным категориям танцоров на турнирах.
- способствовать распространению влияния эстетики бального танца среди сверстников.

Этапы реализации программы.

Образовательный курс программы «Дети на паркете» рассчитан на 5 лет обучения и подразделяется на три этапа.

- 1 год обучения - стартовый уровень,
- 2 год обучения - базовый уровень,
- 3,4,5 года обучения - продвинутый уровень.

Характеристика учащихся.

Программа предназначена для детей 6-16 лет.

- 1 год обучения 6 -12 лет,
- 2 год обучения 7 -13 лет,
- 3 год обучения 8-14 лет,
- 4 год обучения 9 –15 лет,
- 5 год обучения 10 -16 лет.

Набор в объединение производится добровольно, принимаются все учащиеся, имеющие желание заниматься бальными танцами и не имеющие медицинских противопоказаний. Зачисление в группу проводится на основании заявления родителей (законных представителей) (часть 3 статьи 55 Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»), при наличии медицинской справки.

Оптимальная наполняемость в группах стартового и базового уровней минимальное количество обучающихся в группе составляет 10 человек, максимальное - 15 человек, в группах продвинутого уровня минимальное количество обучающихся в группе составляет 8 человек, максимальное -12 человек.

1.3. Формы и режим занятий.

Занятия проводятся по стабильному расписанию, регламентируемому образовательной программой.

Периодичность занятий:

1 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа, 2-ой, 3-ий, 4-ый, 5-ый года обучения - 3 раза в неделю по 2 академических часа.
Продолжительность академического часа 40 минут. После каждого часа перерыв 10 минут.

Сроки реализации программы.

Содержание программы рассчитано на 5 лет обучения:

1 год обучения – 144 часа, 2-ой, 3-ий, 4-ый, 5-ый года обучения – по 216 часов.

Программа может реализовываться в течении всего календарного года, включая каникулярное время.

Занятия в объединении могут проводиться по группам, подгруппам, индивидуально.

Формы занятий.

Основными формами организации образовательного процесса являются: теоретические и практические занятия, репетиции, конкурсы, занятия с элементами игры.

Формы промежуточной и итоговой аттестации.

Промежуточная и итоговая аттестация проводится в следующих формах подведения итогов:

- опрос;
- зачёт;
- тестирование;
- концерт;
- открытое занятие для родителей;
- участие в конкурсах, соревнованиях.
- технику исполнения и образа каждого танца;

Уметь:

- подбирать упражнения для развития и подготовки к танцу любой группы мышц и составить комбинации для разминки;
- подбирать и описывать специальные упражнения и комбинации к каждому из изучаемых танцев.

1.4 Формы диагностики результатов образования.

Для успешного выполнения поставленных целей и задач необходимо выявить интересы обучающихся, их индивидуальные особенности и возможности развития, создать условия для самореализации творческого потенциала ребенка.

С этой целью проводится диагностирование (первоначальное и в течении всего срока обучения). Карточка психолого- педагогической оценки индивидуальных качеств учащегося и карта учета результатов обучения, по программе разработаны по материалам, кандидатом философских наук Кленовой Н.В. и кандидатом педагогических наук Буйловой Л.Н. (журнал «Дополнительное образование» 6,2004).

На основе анализа полученных результатов планируется работа с каждым учащимся или группой в целом. В процессе обучения отслеживается динамика развития ребенка путем промежуточного контроля, используются:

- наблюдение,
- диагностическая карта усвоения знаний, умений, навыков.

Формы демонстрации результатов образования:

- зачет,
- открытое занятие,
- концерт
- конкурс(соревнование)

Оценка результатов обучения.

Предполагаемые результаты.

К концу 1 года обучения учащиеся должны:

Знать: - правила техники безопасности;

- этикет (поведение в зале);

- простые элементы изучаемых танцев (подготовительные упражнения);

Уметь:

- правильно демонстрировать простейшие комбинации изучаемых танцев с музыкальным сопровождением;

- отхлопывать ритм изучаемых танцев в различных фигурах (в пределах программы) без музыки и с музыкой.

К концу 2 года обучения учащиеся должны:

Знать:

- название всех изучаемых фигур;

- основы музыкальной грамоты и музыкально- ритмических характеристик изучаемых танцев;

Уметь:

- определять на слух музыкальный размер и ритм;

- осуществлять хорошо сбалансированную сольную демонстрацию специальных упражнений для каждого изучаемого танца;

- демонстрировать общеразвивающие упражнения с элементами спортивной разминки, ритмической гимнастики, диско танцев с музыкальным сопровождением;

- организовывать музыкальные игры с элементами танца;

- подбирать упражнения для развития и подготовки к танцу и составлять простейшие комбинации для разминки.

К 3,4,5 годам обучения учащиеся должны:

Знать:

- танцевальный этикет на паркете;

- описание фигур в изучаемых танцах;

Уметь:

- уметь определять характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;

- исполнять основные движения танцев; медленный вальс, венский вальс, танго, квикстеп, самба, ча-ча-ча, румба, джайв, полька, диско;

- выступать на концертах и турнирах.

1.5. Учебно - тематический план 1-го года обучения.

№	Тема	Количество часов				Форма проведения	Форма контроля
		Всего	Теор	Практика	Ансамбль		
1.	Введение	4	1	1	2	Занятие лекция с элементами практики	опрос
2.	Элементы историко -бытовых танцев	8	-	2	6	Занятие - отработка элементов танца	показ элемента танца
3.	Ритмика	10	1	2	7	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
4.	История Западно-Европейской программы	6	1	1	4	Занятие лекция с элементами практики	опрос, показ элемента танца
5.	Медленный вальс	16	2	4	10	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
6.	Быстрый фокстрот	14	1	3	10	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
7.	Общеразвивающие упражнения	10	—	2	8	Занятие практика	опрос, показ элемента танца
8	История Латино-Американской программы	6	1	1	4	Занятие лекция с элементами практики	опрос, показ элемента танца
9.	Ча-Ча-Ча	16	2	4	10	Занятие лекция с элементами практики	опрос, показ элемента танца
10.	Самба	16	2	4	10	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
11.	Джай	10	1	2	7	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца

12.	Марафон	12	-	4	8	Прогон всех композиций под музыку. - Физическая подготовка. - Подготовка номеров, репетиции	сводная репетиция
13.	Классификация	6	2	2	2	Обозначение уровня танцоров	опрос
14.	Показательные выступления	10	-	2	8	Занятие концерт	концерт
	Итого	144	14	34	96		

(Группа начальной подготовки).

Содержание программы 1-го года обучения.

Тема 1. «Введение».

Краткая характеристика, цель и задачи курса. Техника безопасности, изучение построения на линиях в зале. Культура общения и этика поведения на занятиях в тренировочном зале. Освоение элементарных упражнений и физических нагрузок. Изучение приветствия и прощание (поклон).

Тема 2. «Элементы историко - бытовых танцев».

- Ходьба с носка.
- Приставной шаг.
- Переменный шаг.
- Шаг галопа в сторону и вперёд.
- Танцевальные соединения в ритме польки и галопа.
- Танец: "ПРОГУЛКА".

Тема 3: «Ритмика».

- Начинать и заканчивать движения вместе с музыкой.
- Движение в различных темпах.
- Передача в движении динамических оттенков стаккато - легато, акцента.
- Хлопки в ладоши по одному и в парах.

Тема 4: «История Западно-Европейской программы».

- Знакомство с западно - европейской программой (пять танцев)
- Основные позиции в европейских танцах (положение партнёров по отношению друг к другу).
- Специфика шага с каблука.

Тема 5: «Медленный вальс».

- Изучение музыкального размера-3/4.
- Изучение фигур (партия Д и П).
- Использование упражнений: опускание и поднимание, шаг вперёд и шаг в сторону с подтягиванием ноги.
- «Правый квадрат».
- «Левый квадрат».

- Перемены с правой и левой ноги.
- Тоже парами в учебном положении (с соединением двух рук).
- Тоже парами в танцевальной позиции.
- «Большой правый квадрат» начиная с П. Н. с добавлением поворота на 1/4 вправо на каждом такте.
- «Большой левый квадрат» начиная с Л. И. добавляя поворот на 1/4 влево на каждом такте.
- «Правый развернутый квадрат» (первая половина правого поворота с поворотом с поворотом на 3/8, заканчивая второй половиной с поворотом на 1/8).
- Всего 1/2 поворота.
- «Левый развернутый квадрат».
- «Правый развернутый квадрат назад».
- «Левый развернутый квадрат назад».

Тема 6: «Быстрый фокстрот» - «Квикстеп».

- Изучение музыкального размера - 4/4.
- Изучение фигур (партия Д и П).
- Использование упражнений: «3 шага вперед и назад с подниманием и опусканием».
- Изучение упражнений по л. т.
- «Локк степ вперед».
- «Шассе».
- «Локк назад».
- Четвертной поворот вправо.
- Четвертной поворот влево (каблучный пивот).
- Правый поворот
- Типл шассе.

Тема 7: «Общеразвивающие упражнения»

- Построение в круг, сужение и расширение круга.
- Свободное размещение в зале.
- Изучение положения пальцев рук.
- Сжимание и разжимание пальцев.
- Поднимание и опускание кистей рук.
- Круговые вращения кистями.
- Поднимание и опускание плеч.
- Повороты и наклоны головы.
- Наклоны вперед из положения, стоя, сидя.
- Наклоны назад из положения, стоя, стоя на коленях.
- «Корзиночка», «Кошка», «Рыбка».
- Поднимание ног лёжа на животе, спине.
- Оттягивание носков и взятие их на себя.
- Изучение основных положений рук, переводы рук из одного положения в другое.
- Изучение поворотов направо, налево.
- Упражнения на координацию движения.
- Построение в шеренгу, в колонну по одному, по два. перестроение из колонны по одному в пары на месте и на шагах.

Тема 8: «История Латино-Американской программы».

- Знакомство с танцами латино-американской программы (5 танцев).
- Основные позиции (положение партнёров по отношению друг к другу).
- Отличие от западно-европейской программы.
- «Шаг с носка».

Тема 9: «Ча - Ча - Ча».

- Музыкально-ритмическая характеристика танца.
- Освоение техники (треугольник).
- Раскладка фигур (партия партнёра и партнёрши).
- Основное движение без поворота и с поворотом влево.
 - «Чек», (повороты влево из открытой променадной. позиции в правую боковую позицию и вправо из обратной открытой променадной позиции в левую боковую позицию).
- «Рука в руке» (1/4 поворота налево и направо с шагом назад).
- Полный поворот направо и налево.
- «Локк шассе» вперёд и назад.
- Упражнения: шаги с высоко поднятыми коленями, перенос веса с ноги на ногу, выгибая колено назад (левая нога вперёд), делая тазом восьмёрку.
 - Смена ног.
- Повороты на месте направо и налево.
- Повороты под руками направо и налево.
- «Веер».
- «Алемана»(из позиции веера, из открытой(лицевой) позиции).
- «Хоккейная клюшка».
- Плечо к плечу.

Тема 10: «Самба».

- Музыкально-ритмические характеристики танца.
- Особенность технического аспекта танца - «пружинка».
- «Пружинка» на месте, контракция (небольшие приседания на первом и втором ударах, после подъёма на счёт «И» ноги вместе).
 - Основное движение (с правой и левой ноги).
- Поступательное основное движение.
- Виски налево и направо.
- Ход на месте с правой и с левой ноги.
- Ход самбы по одному.
- Променадный ход в парах.
- Вольта с продвижением направо и налево.
- Вольта поворот для дамы направо и налево.
- Сольная вольта на месте направо и налево.

Тема 11: «Джайв».

- Музыкально-ритмические характеристики танца.
- Основное движение на месте (ключ, шассе).
 - «Открытое шассе» вперёд и назад (шаг Л. Н. назад, перенос веса и шассе вперёд; шаг П. Н. вперёд, перенос веса и шассе назад).
- Тоже упражнение, делая вместо шассе «локк».
- Два шассе вперёд.
 - Два шассе назад.
- Шаг П. Н. назад, шассе вперёд с поворотом на $\frac{1}{2}$ влево, шаг Л. Н. назад, шассе вперёд с поворотом на $\frac{1}{2}$ вправо. (для партнёрши).

Тема 12: «Классификация».

- Обозначение уровня танцоров.
- Распределение по классам.

Тема 13: «Марафон»

- Прогон всех композиций под музыку.
- Физическая подготовка.
- Подготовка номеров, репетиции.
- Смотр всей программы коррективная ошибок.

Тема 14: «Показательные выступления».

- Выступления на концертах.
- Выезд на соревнования.

**1.6. Учебно-тематический план 2-го года обучения.
(учебно-тренировочная подготовка)**

№	Тема	Количество часов				Форма проведения	Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	Ансамбль		
1.	Введение	4	1	1	2	Занятие лекция с	опрос
2.	Элементы историко - бытовых танцев	12	-	2	10	Занятие лекция с элементами практики	опрос
3.	Ритмика	14	1	2	11	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
4.	Венский вальс	18	1	1	16	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
5.	Медленный вальс	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
6.	Быстрый фокстрот	18	1	3	14	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
7.	Общеразвивающие упражнения	18	-	2	16	Отработка упражнений	опрос, показ упражнений
8.	Танго	18	1	1	16	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
9.	Ча-Ча-Ча	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
10.	Самба	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
11.	Джайв	18	1	2	15	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца

12.	Марафон	12	-	4	8	Прогон всех композиций под музыку. - Подготовка номеров, репетиции	сводная репетиция
13.	Классификация	10	2	2	6	Обозначение уровня танцоров	опрос
14.	Показательные выступления	20	-	2	18	Прогон всех композиций под музыку. - Физическая подготовка. - Подготовка номеров, репетиции	Выступление, концерт
	Итого	216	14	34	168		

Содержание программы 2-го года обучения

Тема 1: «Введение».

Краткая характеристика, цель и задачи курса. Инструктаж по технике безопасности. Культура общения и этика поведения на занятиях в тренировочном зале. Повторение пройденного.

Тема 2: «Элементы историке - бытовых танцев».

- Приставной шаг в сторону с движением рук.
- Переменный шаг вперёд.
- Полька.
- Полонез.

Тема 3: «Ритмика»

- Начинать и заканчивать движения вместе с музыкой
- Движения в различных темпах
- Передача в движении динамических оттенков: стаккато, легато, акцента
- Танцевальные движения, комбинации с хлопками
- Игры под музыку.

Тема 4: «Венский вальс».

- Изучение музыкального размера $\frac{3}{4}$.
- Движение по л. т. (упражнения).
- Правый поворот (раскладка).

Тема 5: «Медленный вальс».

- Повторение и закрепление пройденного.
- Использование упражнений: опускание и поднимание, шаг вперёд и шаг в сторону с подтягиванием ноги.
- Изучение новых партий (П и Д).
- Проходящие перемены назад.
- Правый спин поворот.
- Поступательное шоссе (синкопированное шоссе).

- Виск.
- Наружная перемена.
- Шоссе П П.
- Варианты композиций.

Тема 6: «Быстрый фокстрот»-«Квикстеп».

- Повторение и закрепление пройденного .
- Изучение новых партий (П иД).
- Левый шассе поворот.
- Поступательное шассе вправо.
- Правый пивот поворот.
- Левый шассе поворот.
- Правый спин поворот.

Тема 7: «Общеразвивающие упражнения».

- Изучение поворотов направо, налево.
- Упражнения на координацию.
- Перестроение из колонны по одному в колонну по 3,4 на месте и в движении.
- Перестроение из троек, четвёрок в кружочки и звёздочки.

Тема 8: «Танго».

- Ритмический рисунок, р-р 2/4.
- Ход вперёд, по маленькому кругу, поворачиваясь влево .
- «Левый квадрат» (кортэ вперёд и назад).
- «Левый развёрнутый квадрат».
- «Рокк».
- Ход.
- Поступательный боковой шаг.
- Поступательное звено.
- Закрытый променад.
- Открытый променад.

Тема 9: «Ча - Ча - Ча».

- Повторение и закрепление пройденного .
- Изучение новых фигур (П и Д).
- Технические аспекты.
- Варианты композиций.
- Раскрытие вправо.

Тема 10: «Самба».

- Повторение и закрепление пройденного
- Изучение новых фигур (П и Д)
- Закрытые роки
- Теневые ботафого
- Корта джака –Левый поворот
- Ботофого ПП в КПП(променадные)
- Варианты композиций.

Тема 11: «Джайв».

- Повторение и закрепление пройденного .

- Изучение новых фигур(П и Д).
- Смена места справа налево
- Смена места слева направо.
- Звено.
- Американский спин.
- Смена рук за спиной .
- Променадный ход.
- Варианты композиций.

Тема 12: «Классификация».

- Обозначение уровня танцоров.
- Распределение по классам.

Тема 13: «Марафон».

- Прогон всех композиций под музыку.
- Физическая подготовка.
- Подготовка номеров, репетиции.
- Смотр всей программы корректировка ошибок..

Тема 14: «Показательные выступления».

- Выступления на концертах.
- Выезд на соревнования.

**1.7. Учебно-тематический план 3-го года обучения.
(Группа совершенствования мастерства)**

№	Тема	Количество часов				Форма проведения	Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	Ансамбль		
1.	Введение	4	1	1	2	Занятие лекция с элементами практики	опрос
2.	Ритмика	12	-	2	10	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
3.	Венский вальс	18	1	2	15	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
4.	Медленный вальс	18	1	1	16	Занятие лекция с элементами практики	опрос, показ элемента танца
5.	Быстрый фокстрот	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
6.	Общеразвивающие упражнения	14	1	3	10	Отработка упражнений	показ упражнений
7.	Танго	18	-	2	16	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
8.	Румба	18	1	1	16	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
9.	Ча-Ча- Ча	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
10.	Самба	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
11.	Джайв	18	1	2	15	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца

12.	Марафон	12	-	4	8	Прогон всех композиций под музыку.	сводная репетиция
13.	Классификация	10	2	2	6	Обозначение уровня танцоров	опрос
14.	Показательные выступления	20	-	2	18	Прогон всех композиций под музыку. - Физическая подготовка. - Подготовка номеров, репетиции	концерт
	Итого	216	14	34	168		

Содержание программы 3-го года обучения.

Тема 1: «Введение».

Встреча с обучающимися и их родителями, рассказ о содержании программы 3-го года обучения.

Культура общения и этика поведения на занятиях в тренировочном зале, инструктаж по технике безопасности.

Тема 2: «Элементы историко – бытовых танцев».

- Приставной шаг в сторону с движением рук,
- переменный шаг вперед,
- Полька,
- Полонез.

Тема 3: « Ритмика».

- Изучение асинхронных движений,
- изучение «египетские руки»,
- соединение в танец на неограниченное число пар,
- движение в различных темпах.

Тема 4: «Венский вальс».

- Повторение и закрепление пройденного,
- включение в композицию элементов фигурного вальса,
- усложнение позиции верха партнерши в паре,
- левый поворот (раскладка).

Тема 5: «Медленный вальс».

- Повторение и закрепление пройденного,
- правый поворот с хезитейшен.
- двойной обратный спин,
- наружная перемена,
- быстрый открытый поворот.

Тема 6: «Быстрый фокстрот».

- Кросс шоссе,
- лок степ вперед,

- лок степ назад,
- правый поворот шоссе.

Тема 7: «Общеразвивающие упражнения».

- Прыжки по линиям
- прыжки «ирландский танец»
- перестроение из троек, четверок..
- элементы хореографии

Тема 8: «Танго».

- Закрытый променад,
- ход вперед, по маленькому кругу, поворачиваясь влево,
- поступательный боковой шаг,
- открытый променад,
- закрытый променад,
- поступательное звено,
- левый развернутый квадрат.

Тема 9: « Ча-ча-ча».

- Веер,
- алемана,
- клюшка,
- соединение в композиции,
- рука к руке,
- че.

Тема 10: «Самба».

- Ботафого в теневой позиции,
- вольта(отработка техники),
- ведение в паре самба ход на месте,
- променадное ботафого,
- поступательные вольты.

Тема 11: « Джайв».

- Перемена мест с лево на право,
- звено,
- смена рук за спиной ,
- хлыст.

Тема: 12 «Классификация».

- Обозначение уровня танцора,
- распределение по классам.

Тема: 13: «Марафон».

- Прогон всех композиций под музыку,
- физическая подготовка,
- подготовка номеров,
- репетиции,
- смотр всей программы, корректировка ошибок.

Тема 14: «Показательные выступления».

- Выступления на концертах,
- выезд на соревнования.

**1.8. Учебно-тематический план 4-го года обучения.
(Группа совершенствования мастерства)**

№	Тема	Количество часов				Форма проведения	Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	Ансамбль		
1.	Введение	2	1	-	1	Занятие лекция с элементами практики	опрос
2.	Медленный фокстрот	16	2	3	11	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
3.	Венский вальс	18	1	2	15	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
4.	Медленный вальс	18	1	1	16	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
5.	Быстрый фокстрот	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
6.	Общеразвивающие упражнения	12	1	1	10	Отработка упражнений	показ упражнений
7.	Танго	18	1	1	16	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
8.	Румба	18	1	1	16	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
9.	Ча-Ча- Ча	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
10.	Самба	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
11.	Джайв	18	1	2	15	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца

12.	Марафон	14	-	5	9	Прогон всех композиций под музыку. - Физическая подготовка. - Подготовка	сводная репетиция
13.	Классификация	8	2	2	4	Обозначение уровня танцоров	опрос
14.	Показательные выступления	20	-	2	18	Прогон всех композиций под музыку. - Физическая подготовка. - Подготовка номеров, репетиции	концерт
	Итого	216	14	34	168		

Содержание программы 4-го года обучения.

Тема 1: «Введение».

Встреча с обучающимися и их родителями, рассказ о содержании программы 4 г.о. Культура общения и этика поведения на занятиях в тренировочном зале, инструктаж по технике безопасности. Повторение пройденного.

Тема 2: «Медленный фокстрот».

- Изучение технических особенностей танца ,
- шаг перо,
- перо-финиш,
- 1-2 шага тройного шага,
- 1-3 правого поворота,
- закрытый импитус.

Тема 3: «Венский вальс».

- Повторение и закрепление пройденного,
- натанцовка фигурного вальса,
- технические аспекты вальса,
- смена правого и левого поворота по линии танца.

Тема 4: «Медленный вальс».

- Повторение и закрепление пройденного,
- проходящий кросс шоссе,
- двойной обратный спин,
- слип пивот,
- телемарк,
- обратный спин поворот.

Тема 5: «Быстрый фокстрот».

- Изогнутое перо из ПП,
- тилье шоссе,
- вариант внешней перемены и изогнутое перо,

- форвард локк.

Тема 6: «Общеразвивающие упражнения».

- Изучение поворотов направо, налево,
- асинхронные движения,
- поворот «матрешка»,
- элементы хореографии.

Тема 7: «Танго».

- Заднее корте,
- правый променадный поворот в рок поворот,
- правый променадный поворот,
- открытый твист поворот,
- открытый променад,
- правый рок.

Тема 8: « Ча-ча-ча».

- Тайм степ,
- три чачача,
- альтернативный ход вперед и назад,
- соединение в композиции,
- нью-йорк
- повороты на месте.

Тема 9: «Самба».

- Стационарные ходы самба,
- вольтовый спот поворот,
- сольная вольта на месте,
- поступательные вольты,
- раскручивание от руки.

Тема 10: « Джайв».

- Фоллзвей с откидыванием,
- стой- иди,
- свивлы сноски на каблук,
- флики в брейк.

Тема 11. «Классификация».

- Обозначение уровня танцора,
- распределение по классам.

Тема12: «Марафон».

- Прогон всех композиций под музыку,
- физическая подготовка,
- подготовка номеров,
- репетиции,
- смотр всей программы, корректировка ошибок.

Тема 13: «Показательные выступления».

- Выступления на концертах,
- выезд на соревнование.

**1.9. Учебно-тематический план 5-го года обучения
(группа совершенствования) мастерства).**

№	Тема	Количество часов				Форма проведения	Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	Ансамбль		
1.	Введение	2	-	1	1	Занятие лекция с элементами практики	опрос
2.	Пасодобль	16	2	2	11	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
3.	Медленный фокстрот	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
4.	Венский вальс	16	2	2	12	Занятие лекция с элементами практики	опрос, показ элемента танца
5.	Медленный вальс	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
6.	Быстрый фокстрот	18	1	3	14	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
7.	Общеразвивающие упражнения	12		2	10	Отработка упражнений	показ упражнений
8.	Танго	18	1	1	16	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
9.	Ча-Ча-Ча	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
10.	Самба	18	2	4	12	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца
11.	Джайв	18	1	2	15	Занятие - отработка элементов танца	опрос, показ элемента танца

12.	Марафон	14	-	4	10	Прогон всех композиций под музыку. - Физическая подготовка. - Подготовка номеров	сводная репетиция
13.	Классификация	10	2	2	6	Обозначение уровня танцоров	опрос
14.	Показательные выступления	20	-	2	18	Прогон всех композиций под музыку. - Физическая подготовка. - Подготовка номеров, репетиции	концерт
	Итого	216	14	34	168		

Содержание программы 5 года обучения.

Тема 1: «Введение».

Краткая характеристика целей и задач курса. Инструктаж по технике безопасности.

Тема 2: «Пасодобль».

- Изучение р-ра 2\4 (м.б. 3\4, 4,6\8),
- муз.раскладка (слушаем, представляем по залу),
- на месте основное движение,.
- шассе,
- положение рук,
- упрощенная композиция,
- закрытый променад,
- шестнадцать,
- плащ,
- твист,
- усложнение композиции.

Тема 3: «Венский вальс».

- Повторение и закрепление пройденного,
- натанцовка фигурного вальса,
- повороты на месте,
- флекер,
- раскрытие.

Тема 4: «Медленный вальс».

- Повторение и закрепление пройденного,
- задний виск,
- плетение в ритме вальса,
- виск,
- телемарк,
- закрытая переменна с ПН из правого поворота,

- левое корте.

Тема 5: «Быстрый фокстрот».

- Изогнутое перо из ПП,
- типль шоссе,
- вариант внешней перемены и изогнутое перо,
- форвард локк.

Тема 6: «Медленный фокстрот».

- Повторение фигур,
- тройной шаг назад,
- перо окончание,
- свивлы,
- открытый телемарк,
- импетус поворот.

Тема 7: «Общеразвивающие упражнения».

- Разножки в прыжке,
- асинхронные движения,
- лезгинка,
- элементы капуэро.

Тема 8: «Танго».

- Парада,
- элементы аргентинского танго.
- RF LF шаги,
- прогрессивный сайд степ,
- левый поворот с закрытым окончанием,
- ведение в паре.

Тема 9: « Ча-ча-ча».

- Повороты под рукой влево,
- плечо к плечу,
- кубинские брейки,
- левый волчок и спираль,
- правый волчок,
- турецкое полотенце,

Тема 10: «Самба».

- Самба локи,
- коса,
- аргентинские кроссы,
- открытые роки,
- роки назад.

Тема 11: « Джайв».

- Толчок левым бедром,
- муч,
- майами спешиап,
- катапульта,
- цыплячий шаг.

Тема 12. «Классификация».

- Обозначение уровня танцора,
- распределение по классам.

Тема 13: «Марафон».

- Прогон всех композиций под музыку,
- физическая подготовка,

- подготовка номеров,
- репетиции,
- просмотр всей программы, корректировка ошибок.

Тема 14: «Показательные выступления».

- Выступления на концертах,
- выезд на соревнования.

II. Комплекс организационно- педагогических условий реализации программы.

2.1. Методическое обеспечение.

Важнейшее требование к занятиям - дифференцированный подход к занимающимся с учётом их здоровья, возрастных психофизиологических особенностей, физического развития и двигательной подготовленности.

Эффективность достигается при систематическом учебно - тренировочном процессе. При соблюдении твёрдо установленного расписания занятий вырабатывается система позволяющая достичь «пика работоспособности» при подготовке к соревнованиям и турнирам.

Кроме занятий-тренировок существуют и другие формы занятий:

- индивидуальные занятия
- показательные выступления

Необходимо учитывать возрастные особенности детей.

Время одного занятия – 40 минут.

Занятия проводятся в чистом, проветриваемом помещении.

На занятиях необходимо создавать положительный эмоциональный фон.

Преподаватель учит удерживать внимание детей на определённых мысленных образах. Воздействие мысленных образов, регулирующей и программирующей силы слова значительно повышается в состоянии мышечной расслабленности.

В каждом занятии **обязательно сочетание** динамических (разминка, танец) и статистических (упражнения) форм работы мышц.

Все упражнения основаны на чередовании напряжения и расслабления мышц. В одном занятии должны быть упражнения на все группы мышц.

Все упражнения выполняются под соответствующую чёткую музыку.

2.2. Основные принципы дидактики и их применение в процессе преподавания:

- Сознательность освоения материала.
- Постепенность изучения материала.
- Преемственность.
- Наглядность обучения.
- Доступность предлагаемого материала.
- От простого к сложному.
- Анализ и синтез.
- От общего к частному и от частного к общему.

Формы и методы:

- Объяснения и показ.
- Занятие - как основная форма учебно- тренировочных занятий
- Музыкальные игры как метод развития музыкально- ритмических способностей поддержания интереса к занятиям у воспитанников

