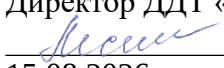


ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества «Химмашевец»
(ДДТ «Химмашевец»)

СОГЛАСОВАНО
Методическим советом
(протокол № 1 от 15.08.2026 г.)



УТВЕРЖДАЮ
Директор ДДТ «Химмашевец»
 М.М. Симонова
15.08.2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Танец – сквозь пространство и время»

Художественная направленность
Возраст учащихся: 6–17 лет
Срок реализации программы: 4 года

Автор-составитель:
Коновалова Любовь Алексеевна
педагог дополнительного образования

Екатеринбург
2026

Содержание

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	7
1.3. Планируемые результаты.....	8
1.4. Содержание программы.....	9
2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	25
2.1. Условия реализации программы	25
2.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	26
3. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	26
4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	28
Приложение 1	30

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танец сквозь пространство и время» художественной направленности, разработана в соответствии с требованиями в образовании, отраженными в следующих документах:

1. 1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 08.03.2026 года).

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р.

3. Распоряжение Правительства РФ от 01.07.2025 г. № 1745-р «О внесении изменений в Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, и утверждении плана мероприятий по реализации Концепции».

4. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 года № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 июня 2026 года № 18 Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».

9. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 года № 162-Д «Об утверждении

Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

10. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Дворец детского (юношеского) творчества «Химмашевец» от 21.08.2015 года № 1497/46/36.

11. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе от 30.08.2024 года Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Дворец детского (юношеского) творчества «Химмашевец».

Актуальность программы. Перед дополнительным образованием детей стоит задача по всестороннему удовлетворению потребностей и запросов государства, общества, а также учащихся и родителей по организации содержательного досуга за рамками общего среднего образования. Программа является одним из эффективных инструментов формирования современного человека, дополняет и расширяет сферу дополнительных образовательных услуг, формирует универсальные учебные действия, которые актуальны в образовании.

Программа способствует всестороннему раскрытию и реализации природного творческого потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива, социума. Содержание программы составлено так, чтобы приобщить учащихся к этому прекрасному виду деятельности и создать фундамент для профессионального выбора или личного хобби.

Данная образовательная программа направлена на повышение общей культуры с помощью средств балльной хореографии, которая обладает огромным потенциалом для развития гармоничной личности. У учащихся воспитывается позитивное отношение к здоровому образу жизни, они становятся физически сильнее и выносливей.

Предложенная программа помогает развивать художественно – эстетический вкус, способствовать формированию у детей красивой осанки, свободы и пластики движений. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придадут движениям детей эмоциональную окраску, влияя на разнообразие и выразительность жестов.

Занимаясь танцами, учащиеся становятся эмоционально богаче, у них появляется постоянный источник радости и возможность для самоутверждения. А получив хореографические навыки, учащиеся начинают ощущать необходимость в дальнейшем самосовершенствовании и самоутверждении.

Одним из главных результатов занятий должны стать легкость и уверенность ребят при общении с окружающими их людьми. В процессе занятий танцами появляются яркие примеры для подражания, намечаются ориентиры поведения и развития характера, улучшается психологический настрой, повышается самооценка.

Отличительной особенностью данной программы от других программ по обучению спортивным бальным танцам является содержание программного материала занятий, а также авторская концепция составления вариаций танцев по возрастам и степени подготовленности.

Базовая часть включает в себя такие разделы как физическая подготовка, ритмика, элементы классического танца, и бальные танцы (европейские и латиноамериканские).

В содержание программы для детей младшего школьного возраста наряду с детскими танцами включены музыкальные игры и импровизации. Тренировочная работа с более старшими воспитанниками предполагает изучение основ актерского мастерства, хореографии и спорта.

Данная программа подразумевает в основном обучение сценическому бальному танцу, т.е. репертуар (постановки), предусмотренный данной программой, имеет сюжетную линию в отличие от вариаций, исполняемых танцорами на турнирах по спортивным бальным танцам. С помощью бальной хореографии педагог создает драматургические танцевальные номера, с которыми дети выступают на сцене.

Возрастные особенности:

В период 6-8 лет идет позитивное изменение физического состояния, интенсивное развитие и совершенствование опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем организма, развитие различных отделов центральной нервной системы, возрастают возможности двигательной активности.

Начинается формирование будущей личности. Ребенок активен, открыт всему новому, и оптимистично настроен к жизни в обществе. Этот возраст характеризуется познанием мира человеческих отношений, творчества.

Ребенок старается получить больше информации, подружиться с окружающими людьми, овладевая навыками коммуникативности, постепенно адаптируется к социальной среде, учитывает точки зрения других людей, сотрудничает с ними.

Характерной особенностью данного возраста является также развитие познавательных и мыслительных психических процессов: внимания, мышления, воображения, памяти, речи. Учебная деятельность становится ведущей.

Ребенок младшего школьного возраста умеет выдерживать учебные

нагрузки, новую систему требований, отношений, способен сосредоточиться не только на деятельности, которая его увлекает, но и на той, которая дается с некоторым волевым усилием. Ребенком этого возраста движет потребность быть лидером и в то же время действовать по правилам.

Средний школьный возраст характеризуется интенсивным ростом и увеличением размера тела. Быстрыми темпами развивается мышечная система. Этот возраст продолжающегося двигательного совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. Специфичность обучению придает и сама «кризисность» возраста.

Хотя у подростков, по сравнению с младшими школьниками, имеются объективные возможности для успешных занятий танцем - лучше развита моторика, чувство ритма, умение передавать характер, стиль танца, - этот возраст имеет и некоторые свои сложности, которые педагог не может не принимать во внимание. В возрасте 11-13 лет начинается половое созревание детей, что, в свою очередь, сказывается на внешнем виде и взаимоотношениях мальчиков и девочек.

В подростковом возрасте активно формируется мировоззрение человека, совершенствуется самооценка и самопознание, что оказывает сильное влияние на развитие личности. Ребенок становится более ответственным, начинает ценить личностные качества, для него более привлекательными становятся самостоятельные формы занятий. При этом большое значение имеет оценка, которая дает возможность подтвердить свои способности.

Старший школьный возраст знаменуется бурным психофизиологическим развитием и перестройкой социальной активности личности. В это время складываются черты характера, идет становление личности и обретение новой социальной позиции.

Характерной особенностью юношеского возраста являются творческий характер восприятия действительности, эстетический и этический идеализм. Главным новообразованием юношеского возраста является осознание собственной индивидуальности и включение в различные виды жизнедеятельности.

Адресат программы: учащиеся от 6 до 17 лет. Количество учащихся в группе до 17 человек. Комплектование групп осуществляется в соответствии с выявленными компетенциями и с учетом возрастных особенностей учащихся. Данная программа предлагается для дошкольников и школьников младшего, среднего и старшего возраста.

Программа предполагает поступление учащихся на любой, соответствующий возрасту и имеющимся специальным способностям, год

обучения после предварительного собеседования и просмотра. Образовательный процесс организуется в традиционной форме.

Уровень освоения программы: программа разноуровневая.

Стартовый (1 год обучения) – используются и реализуются общедоступные и универсальные формы организации материала, минимальная сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Базовый (2 год обучения) – предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Продвинутый (3-4 год обучения) – предполагает углубленное изучение содержания программы, использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным и нетривиальным разделам в рамках содержательно-тематического направления программы.

Объем программы – 864 учебных часа.

Срок реализации программы: 4 года, в каждом году обучения 36 недель, 216 часов.

Форма обучения – очная, в особых случаях применяется дистанционная. Формы работы: коллективная, групповая, индивидуально - групповая.

Режим занятий: 2-3 раза в неделю по 2-3 учебных часа.

Уровень освоения программы: предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Виды занятий: беседа, практическое занятие, комбинированное занятие, открытые уроки, конкурсы, концертная деятельность.

Формы подведения итогов: наблюдение, реализация дополнительной общеобразовательной программы, устный опрос.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие творческих способностей через освоение балльных танцев.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Познакомить с историей происхождения балльных танцев
2. Обучить основам музыкальной грамоты и актерского мастерства.

3. Способствовать формированию навыков танцевального мастерства
4. Сформировать систему танцевальных умений и навыков по основам бальной хореографии (исполнение 10 танцев международной программы).
5. Принимать участие в танцевальных конкурсах и фестивалях различного уровня.

Развивающие:

1. Развить музыкальный слух, чувство ритма, умение пластически выражать эмоции и чувства, координировать движения с музыкой, свободно ориентироваться в пространстве.
2. Обеспечить развитие правильной осанки, координации движений, гибкости, общей физической выносливости.
3. Способствовать развитию двигательной и логической памяти.
4. Предоставить возможность развития творческой инициативы и способности к самовыражению в танце.

Воспитательные:

1. Приобщить к активному и здоровому образу жизни, занятиям физкультурой и спортом, содействовать физическому развитию детей и совершенствованию основных двигательных навыков
2. Воспитать нравственные и волевые качества (целеустремленность, ответственность, дисциплинированность).
3. Сформировать позитивные мотивы межличностных отношений в паре и в группе.
4. Способствовать развитию общей организованности детей и воспитанию навыков общественного поведения.
5. Обучение навыкам бального этикета.

1.3. Планируемые результаты

Предметные результаты:

1. Знают историю происхождения бальных танцев.
2. Обучены основам музыкальной грамоты и актерского мастерства.
3. Сформированы навыки танцевального мастерства.
4. Сформирована система танцевальных умений и навыков по основам бальной хореографии (исполнение 10 танцев международной программы).
5. Принимают участие в танцевальных конкурсах и фестивалях различного уровня.

Метапредметные результаты:

1. Развита музыкальный слух, чувство ритма, умение пластически выражать эмоции и чувства, координировать движения с музыкой, свободно ориентироваться в пространстве.

2. Развита правильная осанка, координация движений, гибкость, общая физическая выносливость.

3. Развита двигательная и логическая память.

4. Предоставлена возможность развития творческой инициативы и способности к самовыражению в танце.

Личностные результаты:

1. Приобщены к активному и здоровому образу жизни, занятиям физкультурой и спортом.

2. Воспитаны нравственные и волевые качества (целеустремленность, ответственность, дисциплинированность).

3. Сформированы позитивные мотивы межличностных отношений в паре и в группе.

4. Развита общая организованность детей и воспитаны навыки общественного поведения.

5. Обучены навыкам бального этикета.

1.4. Содержание программы

Учебный тематический план

№п/п	Наименование разделов	Количество часов				Форма аттестации/ контроля
		1 год старто вый	2 год базовы й	3 год углубле нный	4 год углубле нный	
1	Ритмика	6	-	-	-	Наблюдение
2	Элементы классического танца	6	-	-	-	Наблюдение
3	Детские танцы	26	-	-	-	Открытый урок
4	Физическая подготовка	-	16	16	16	Тестирование
5	Европейские танцы	24	36	36	36	Наблюдение
6	Латиноамериканские танцы	24	36	36	36	Наблюдение
7	Постановочная и репетиционная работа	128	126	126	126	Наблюдение
8	Промежуточная (итоговая) аттестация	2	2	2	2	Конкурс
	Итого:	216	216	216	216	

Содержание программы состоит из 7 разделов. Основой программы является изучение европейских и латиноамериканских танцев. На базе этих танцев осуществляется постановочная и репетиционная работа, чему уделяется наибольшее количество времени.

Первые два года учащимся даются знания по ритмике и основам

классического танца, а также программа детских танцев. На третьем и четвертом году обучения эти темы заменяются физической подготовкой.

СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ (1 год обучения)

Цель: формирование широкого круга двигательных умений и навыков через точность и выразительность их исполнения.

Задачи:

Обучающие:

1. Изучить основы детских и 4-х конкурсных танцев.
2. Обучить правилам постановки в пару (точки контакта в паре, ведение) и парному исполнению несложных элементов и движений.
3. Обучить основам музыкальной грамоты.
4. Обучить ориентировке в зале (направления движения по линии танца, против линии танца, по диагонали, к центру и т.д.)

Развивающие:

1. Развить спортивные качества (сила, выносливость, скорость).
2. Развить личностные качества (терпение, дисциплинированность, настойчивость).
3. Приобщить к активному образу жизни.

Воспитательные:

1. Создавать условия для воспитания интереса, потребности в движениях под музыку.
2. Воспитать чувство коллективизма и взаимопомощи.
3. Обучить навыкам бального этикета.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Стартового уровня (1 год обучения)

Предметные результаты:

1. Изучены основы детских и 4-х конкурсных танцев.
2. Обучены правилам постановки в пару (точки контакта в паре, ведение) и парному исполнению несложных элементов и движений.
3. Обучены основам музыкальной грамоты.
4. Обучены ориентировке в зале (направления движения по линии танца, против линии танца, по диагонали, к центру и т.д.)

Метапредметные результаты:

1. Развита спортивные качества (сила, выносливость, скорость).
2. Развита личностные качества (терпение, дисциплинированность, настойчивость).
3. Приобщены к активному образу жизни.

Личностные результаты:

1. Созданы условия для воспитания интереса, потребности в движениях под музыку.
2. Воспитано чувство коллективизма и взаимопомощи.
3. Обучены навыкам бального этикета.

Учебный тематический план

1 год обучения

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Раздел 1. Ритмика	6	2	4	Наблюдение
	Раздел 2. Элементы классического танца	6	2	4	Наблюдение
	Раздел 3. Детские танцы	26	4	22	
3.1	Линейные танцы	6	0	6	Наблюдение
3.2.	Парные танцы	8	2	6	Наблюдение
3.3.	Полька	12	2	10	Открытый урок
	Раздел 4. Европейские танцы	24	4	20	
4.1	Медленный вальс	16	2	14	Наблюдение
4.2	Квикстеп	8	2	6	Наблюдение
	Раздел 5. Латиноамериканские танцы	24	4	20	
5.1	Ча-ча-ча	16	2	14	Наблюдение
5.2	Самба	8	2	6	Наблюдение
	Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа	128	0	128	
6.1	Постановка танцевальных композиций	48	0	48	Наблюдение
6.2	Репетиция поставленных композиций	66	0	66	Наблюдение
6.3	Подготовка к выступлениям разного уровня	14	0	14	Наблюдение
	Раздел 7. Промежуточная (итоговая) аттестация.	2	0	2	Конкурс
	Итого:	216	16	200	

СОДЕРЖАНИЕ учебного (тематического) плана

Раздел 1. Ритмика

Теория. Техника безопасности и правила поведения на занятиях, в ДДТ. Требования к форме одежды и внешнему виду. Элементы музыкальной грамоты. Характер музыки для танцев. Слушание и анализ музыки. Особенности ритмов изучаемых танцев. Определение характера музыки и танца (веселый, грустный, спокойный); темпа (медленно, быстро);

динамических оттенков (тихо, громко, умеренно); длительности (половинные, четверти, восьмые). Музыкальные фразы.

Практика. Музыкально-пространственные упражнения. Основные танцевальные движения. Построения в шеренгу, колонну. Перестроения в пары, четверки и обратно. Виды шагов: на полупальцах, мягкий; высокий; пружинящий; приставной, скрестный, галоп. Музыкальные игры и импровизации: свободные и на заданную тему: «Заинька», «Тик-так», «Лошадки», «Диско», «Автомобиль», «Танцуйте сидя», «Приглашение», импровизированные движения. Игры - эстафеты.

Раздел 2. Элементы классического танца

Теория. Из истории отечественного балета. Основные позиции рук и ног. Термины.

Практика. Батман - тандю лицом и боком к палке по 1,3 и 5 позиции (вперед- назад - в сторону), деми - плие и ролеве лицом и боком к палке по 1,3 и 5 позиции, гранд батман жэтэ (1,3,5поз.) Перевод рук из подготовительной позиции в 1, 2, 3 позицию в различных сочетаниях. Позиции ног, рук - на середине зала при неполной выворотности ног.

Раздел 3. Детские танцы

Тема 3.1. Линейные танцы.

Практика. Разучивание элементов, фигур и танцев в целом в линиях. Отработка танцев по кругу.

Тема 3.2. Парные танцы.

Теория. Веселая минутка. Первые шаги. Падеграс.

Практика. Разучивание элементов, фигур и танцев в целом в линиях. Отработка танцев по кругу. Открытый урок.

Тема 3.3. Полька.

Теория: Разучивание элементов, фигур.

Практика: «Хлопки», «Страшак», «Приглашение», «Берлинская полька».

Раздел 4. Европейские танцы

Тема 4.1. Медленный вальс.

Теория. История возникновения и развития. Основные понятия: размер, темп, ритм, характер. Основы стандартных танцев: стойка и линии тела, направления движения и равнения в зале.

Практика. Правая и левая перемены, правый и левый поворот, дорожки. Разучивание композиций с использованием этих фигур.

Тема 4.2. Квикстеп.

Теория. История возникновения и развития. Основные понятия: размер, темп, ритм, характер.

Практика. Локстепы вперед-назад, четвертные повороты.

Раздел 5. Латиноамериканские танцы

Тема 5.1. Ча-ча-ча

Теория. История возникновения и развития. Основные понятия: размер, темп, ритм, характер. Отличие от европейских танцев. Основы латиноамериканских танцев: стойка и линии тела, направления движения и равнения в зале, позиции шагов по отношению к корпусу.

Практика. Закрытое основное движение, тайм степ, Нью-Йорк, рука в руке, повороты под рукой влево – вправо.

Тема 5.2. Самба

Теория. История возникновения и развития. Основные понятия: размер, темп, ритм, характер. Отличие от европейских танцев.

Практика. Закрытое основное движение, самба ход на месте.

Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа

Тема 6.1. Постановка танцевальных композиций

Практика. Постановка танцев «Хлопки», «Страшак», «Приглашение», «Берлинская полька», «Первые шаги», «Веселая минутка». Постановка простейших композиций танцев «Медленный вальс» и «Ча-ча-ча».

Тема 6.2. Репетиция поставленных композиций

Практика. Отработка танцев «Медленный вальс» и «Ча-ча-ча».

Тема 6.3. Подготовка к конкурсам разного уровня

Практика. Репетиции в разных составах.

Раздел 7. Промежуточная (итоговая) аттестация

Отчетный конкурс.

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ (2 год обучения)

Цель: совершенствование танцевального мастерства учащихся в больших и малых группах.

Задачи:

Обучающие:

1. Углубить изучение основ 4 танцев международной программы.
2. Изучить основы венского вальса и джайва.
3. Подготовить к выступлению по 4 танцам международной программы.

Развивающие:

1. Развить творческие танцевальные способности.
2. Развивать гендерные отношения в танцевальной паре.
3. Способствовать развитию музыкальности, чувства ритма, формированию восприятия музыки, обогащению музыкально-слуховых представлений.

Воспитательные:

1. Воспитать спортивную и исполнительскую мотивации.

2. Привить навыки хорошего тона.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ Базового уровня (2 года обучения)

Предметные результаты:

1. Изучены основы 4 танцев международной программы.
2. Изучены основы венского вальса и джайва.
3. Подготовлены к выступлению по 4 танцам международной программы.

Метапредметные результаты:

1. Развита творческие танцевальные способности.
2. Развита гендерные отношения в танцевальной паре.
3. Развита музыкальность, чувства ритма, формирование восприятия музыки, обогащение музыкально-слуховых представлений.

Личностные результаты:

1. Воспитана спортивная и исполнительская мотивация.
2. Привиты навыки хорошего тона.

Учебный тематический план

2 год обучения

№	Наименование тем	Общее кол-во часов	Из них		Формы аттестации /контроля
			Теория	Практика	
	Раздел 1.Физическая подготовка	16	4	12	
1.1	Общая физическая подготовка	6	2	4	Зачет
1.2	Специальная физическая подготовка	10	2	8	Зачет
	Раздел 2. Европейские танцы	36	6	30	
2.1	Медленный вальс	12	2	10	Наблюдение
2.2	Квикстеп	12	2	10	Наблюдение
2.3	Венский вальс	12	2	10	Наблюдение
	Раздел 3.Латиноамериканские танцы	36	6	30	
3.1	Ча-ча-ча	12	2	10	Наблюдение
3.2	Самба	12	2	10	Наблюдение
3.3	Джайв	12	2	10	Наблюдение
	Раздел 4. Постановочная и репетиционная работа	126	0	126	
4.1	Постановка танцевальных композиций	48	0	48	Наблюдение
4.2	Репетиция поставленных композиций	66	0	66	Наблюдение
4.3	Подготовка к конкурсам разного уровня	12	0	12	Наблюдение
	Раздел 5. Промежуточная (итоговая) аттестация	2	0	2	Конкурс
	Итого:	216	16	200	

СОДЕРЖАНИЕ учебного (тематического) плана

2 год обучения

Раздел 1. Физическая подготовка

Тема 1.1. Общая физическая подготовка.

Теория. Сведения о бальных танцах. Просмотр видеоматериалов с записями турниров и конкурсов бального танца. Техника безопасности и правила поведения на занятиях, в ДДТ. Требования к форме одежды и внешнему виду.

Практика. Соотношение пространственных построений с музыкой. Интервал, дистанция. Ходьба и бег (с изменением направления, с остановками). Прыжки в высоту, длину, с поворотами. Отжимания, приседания, растяжки. Упражнения для корпуса, на развитие пластики и гибкости (повороты, наклоны, круговые движения). Гимнастические и акробатические упражнения.

Тема 1.2. Специальная физическая подготовка.

Теория. Влияние спортивных танцев на здоровье, физическое развитие, двигательные способности. Основы гигиены и самоконтроля.

Практика. Упражнения на работу стопы (ходьба на носках, на пятках, на внешней и внутренней части стопы), бедра (вращения, махи в различных направлениях, выпады), силовые упражнения (преодоление сопротивления партнера в статическом и динамическом режимах). Растяжки. Бег (на полупальцах, высокий, назад). Упражнения: на развитие быстроты (скакалка, бег с ускорением); с увеличением амплитуды движения; на развитие общей выносливости; на развитие ловкости; на равновесие.

Раздел 2. Европейские танцы

Тема 2.1. Медленный вальс.

Теория. Общая характеристика, история возникновения, характерные особенности музыки (размер, темп, ритм) и хореографии. Слушание и анализ музыки. Особенности и своеобразие европейских танцев: стойка и линии тела, направления движения и равнения в зале, позиции корпуса по отношению к залу (направления шагов). Основные положения в паре и соединения рук.

Практика. Правый спин – поворот, наружная перемена, локстеп вперед, лок назад, поступательное шассе. Разучивание простейших связок и композиций из перечисленных движений.

Тема 2.2. Квикстеп.

Теория. Общая характеристика, история возникновения, характерные особенности музыки (размер, темп, ритм) и хореографии. Слушание и анализ музыки. Основные положения в паре и соединения рук.

Практика. Четвертные повороты, двойной локстеп, правый спин - поворот, прогрессивное шассе. Разучивание простейших связок и композиций.

Тема 2.3. Венский вальс.

Теория. Общая характеристика, история возникновения, характерные особенности музыки (размер, темп, ритм) и хореографии. Слушание и анализ музыки.

Практика. Правый поворот.

Раздел 3. Латиноамериканские танцы

Тема 3.1. Ча-ча-ча.

Теория. История возникновения, своеобразие и особенности. Отличие от танцев европейской программы. Слушание музыки и ее анализ (размер, темп, характер). Особенности и своеобразие латиноамериканских танцев: стойка и линии тела, направления движения и равнения в зале, позиции корпуса по отношению к залу (направления шагов). Основные положения в паре и соединения рук.

Практика. Подготовительные движения: шаги и переходы. Основной ход вперед - назад, веер, алемана, три ча-ча-ча, спот-поворот. Простейшие связки и композиции из указанных элементов.

Тема 3.2. Самба.

Теория. История возникновения, своеобразие и особенности. Отличие от танцев европейской программы. Слушание музыки и ее анализ (размер, темп, характер). Основные положения в паре и соединения рук.

Практика. Виски, вольты с продвижением, ботофого с продвижением, вольта поворот влево – вправо. Составление связок и композиций.

Тема 3.3. Джайв.

Теория. История возникновения, своеобразие и особенности. Отличие от танцев европейской программы. Слушание музыки и ее анализ (размер, темп, характер). Основные положения в паре и соединения рук.

Практика. Основное движение, перемена мест слева направо, перемена мест справа налево. Составление связок и композиций.

Раздел 4. Постановочная и репетиционная работа

Тема 4.1. Постановка танцевальных композиций.

Практика. Постановка танцев «Квикстеп» и «Фигурный вальс».

Тема 4.2. Репетиция постановочных композиций.

Практика. Отработка и освоение основных технических элементов и фаз движений танцев «Квикстеп» и «Венский вальс».

Тема 4.3. Подготовка к конкурсам разного уровня.

Практика. Отработка конкурсных танцев европейской и латиноамериканской программ «N»- и «Е» класса. Репетиции в разных составах.

Раздел 5. Промежуточная (итоговая) аттестация

Практика. Отчетный конкурс.

ПРОДВИНУТЫЙ УРОВЕНЬ (3 год обучения)

Цель: совершенствование мастерства учащихся и приобретение опыта выступления на конкурсах и спортивных соревнованиях.

Задачи:

Обучающие:

1. Повысить уровень общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки через освоение 6-и танцев международной программы.

2. Изучить танцы танго и румба.

3. Сформировать умения и навыки выступления перед зрителями и судьями.

4. Обучать актерскому мастерству и танцевально - музыкальной импровизации.

Развивающие:

1. Развить индивидуальность танцевальной пары.

2. Работать на повышение физической выносливости, улучшению координации и пластики, раскрепощение и снятие мышечных зажимов

3. Знакомить с репертуаром историко-бытовых и массовых бальных танцев, с современными танцевальными направлениями.

Воспитательные:

1. Воспитать потребность к саморазвитию.

2. Создать условия для воспитания взаимопонимания и взаимопомощи в паре

3. Способствовать формированию эстетических наклонностей в выборе своего имиджа согласно сценическому образу.

4. Проводить досуговые мероприятия с целью сплочения коллектива, конкурсы, рассчитанные на доверие, взаимопомощь и способствующие совместному успеху.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Продвинутого уровня (3 года обучения)

Предметные результаты:

1. Повышен уровень общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки через освоение 6-и танцев международной программы.

2. Изучены танцы танго и румба.

3. Сформированы умения и навыки выступления перед зрителями и судьями.

4. Обучены актерскому мастерству и танцевально - музыкальной импровизации.

Метапредметные результаты:

1. Развита индивидуальность танцевальной пары.
2. Повышена физическая выносливость, улучшилась координация и пластики.
3. Ознакомлены с репертуаром историко-бытовых и массовых бальных танцев, с современными танцевальными направлениями.

Личностные результаты:

1. Воспитана потребность к саморазвитию.
2. Созданы условия для воспитания взаимопонимания и взаимопомощи в паре
3. Сформированы эстетические наклонности в выборе своего имиджа согласно сценическому образу.
4. Проведены досуговые мероприятия с целью сплочения коллектива, конкурсы, рассчитанные на доверие, взаимопомощь и способствующие совместному успеху.

Учебный тематический план

3 год обучения

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Раздел 1.Физическая подготовка	16	4	12	
1.1	Общefизическая подготовка	8	2	6	Зачет
1.2	Специальная физическая подготовка	8	2	6	Зачет
	Раздел 2.Европейские танцы	36	12	24	
2.1	Медленный вальс	8	2	6	Наблюдение
2.2	Квикстеп	8	2	6	Наблюдение
2.3	Венский вальс	8	2	6	Наблюдение
2.4	Танго	12	6	6	Наблюдение
	Раздел 3.Латиноамериканские танцы	36	12	24	
3.1	Ча-ча-ча	8	2	6	Наблюдение
3.2	Самба	8	2	6	Наблюдение
3.3	Джайв	8	2	6	Наблюдение
3.4	Румба	12	6	6	Наблюдение
	Раздел 4.Постановочная и репетиционная работа	126	0	126	
4.1	Постановка танцевальных композиций	48	0	48	Наблюдение
4.2	Репетиция постановочных композиций	66	0	66	Наблюдение
4.3	Подготовка к конкурсам разного	12	0	12	Наблюдение

	уровня				
	Раздел 5.Промежуточная (итоговая) аттестация	2	0	2	Конкурс
	Итого:	216	28	188	

СОДЕРЖАНИЕ учебного (тематического) плана 3 год обучения

Раздел 1. Физическая подготовка

Тема 1.1. Общефизическая подготовка.

Теория. Современные спортивные танцы. Социальная природа бального танца. Бальная хореография в нашей стране и за рубежом. Техника безопасности и правила поведения на занятиях и в поездках.

Практика. Упражнения для постановки корпуса, физическое развитие и укрепление различных групп мышц, развитие пластики и гибкости (прыжки на скакалке; бег 20 м.; непрерывный бег в свободном темпе >10 мин; равновесие на одной ноге > 5 сек)

Тема 1.2. Специальная физическая подготовка.

Теория. Просмотр видеоматериалов с различных конкурсов с участием известных зарубежных и отечественных танцоров.

Практика. Упражнения на координацию движений (разнонаправленные движения рук и ног в различных исходных положениях); на тренировку вестибулярного аппарата (с закрытыми глазами, на уменьшенной опоре), на выносливость (чередование ходьбы и бега). Силовые упражнения (подвижные и спортивные игры). Растяжки. Упражнения на ориентировку в пространстве.

Раздел 2. Европейские танцы

Тема 2.1.Медленный вальс.

Теория. Особенности и своеобразие европейских танцев: стойка и линии тела, направления движения и равнения в зале, позиции корпуса по отношению к залу (направления шагов). Основные положения в паре и соединения рук. Позиции шагов по отношению к корпусу. Позиция, баланс, прогулка. Ведение и следование.

Практика. Виск назад, плетение, наружная перемена, поступательное шассе вправо, телемарк, импетус поворот, шассе из положения променада. Разучивание связок и композиций из этих элементов.

Тема 2.2. Квикстеп.

Теория. Левый шассе поворот, правый пивот - поворот, телемарк, импетус поворот, правый поворот с хезитейшн.

Практика. Разучивание связок и композиций.

Тема 2.3. Венский вальс.

Теория. Левый поворот.

Практика. Разучивание связок и композиций.

Тема 2.4. Танго.

Теория. Общая характеристика танца: история, особенности музыки и хореографии. Слушание и анализ музыки. Основные положения в паре и соединения рук. Техника исполнения шагов.

Практика. Подготовительные движения. Поступательный боковой шаг. Рок поворот. КORTE назад. Поступательное звено. Основной левый поворот. Форстеп. Променада (открытый и закрытый). Променадное звено. Составление связок и композиций.

Раздел 3. Латиноамериканские танцы

Тема 3.1. Ча-ча-ча.

Теория. Особенности и своеобразие латиноамериканских танцев: Позиции шагов по отношению к корпусу. Позиция, баланс, прогулка. Ведение и следование.

Хоккейная клюшка, тайм степ, спираль, правый и левый волчок, турецкое полотенце.

Практика. Разучивание связок и композиций из этих элементов.

Тема 3.2. Самба.

Теория. Левый поворот. Теневое ботофого, ботофого с продвижением вперед и назад, ботофого в положении променада. Сольная вольты на месте. Корта-джака.

Практика. Составление связок и композиций из этих элементов.

Тема 3.3. Джайв.

Теория. Чикен – кроки, звено, смена рук за спиной, ход (медленный и быстрый), американский спин, свивлы с носка на каблук.

Практика. Составление связок и композиций из этих элементов.

Тема 3.4. Румба.

Теория. Общая характеристика танца, история, особенности исполнения, характер музыки. Техника исполнения шагов на месте и с продвижением по кругу. Положения в паре.

Практика. Основной шаг, поступательный ход вперед - назад, Нью-Йорки, веер, алемана, поворот на месте влево-вправо, кукарача, боковой шаг, открытый и закрытый хип - твист. Разучивание связок и композиций из указанных движений.

Раздел 4. Постановочная и репетиционная работа

Тема 4.1. Постановка танцевальных композиций.

Практика. Постановка сценических и конкурсных композиций танцев «Венский вальс» и «Джайв».

Тема 4.2. Репетиция постановочных композиций.

Практика. Освоение основных технических элементов и фаз движений стандартных и латиноамериканских танцев. Отработка танцев европейской и латиноамериканской программ. Отработка танцев «Венский вальс» и «Джайв».

Тема 4.3. Подготовка к конкурсам разного уровня.

Практика. Работа над актёрским мастерством. Упражнения на внимание и воображение. Упражнения на пластику тела. Танцевальные импровизации. Танцевальный этикет.

Раздел 5. Промежуточная (итоговая) аттестация

Отчетный конкурс.

ПРОДВИНУТЫЙ УРОВЕНЬ (4 год обучения)

Цель: совершенствование мастерства учащихся и приобретение опыта выступления на конкурсах и спортивных соревнованиях.

Задачи:

Обучающие:

1. Повысить уровень общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки через освоение 10-и танцев международной программы.
2. Изучить основы танцев медленный фокстрот и пасодобль.
3. Совершенствовать исполнительскую культуру и актерское мастерство.

Развивающие:

1. Развивать творческую активность с целью обучить самостоятельному применению полученных знаний, умений и навыков в дальнейшей жизни.
2. Сформировать коммуникативную компетентность.
3. Активная концертная деятельность.

Воспитательные:

1. Воспитать потребность к саморазвитию, к активному освоению репертуара бальных танцев, к изучению специализированной литературы
2. Способствовать распространению влияния эстетики бального танца среди сверстников и одноклассников
3. Пробудить интерес к профессии, подготовке к поступлению в специальное учебное заведение.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Продвинутого уровня (4 года обучения)

Предметные результаты:

1. . Повышен уровень общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки через освоение 10-и танцев международной программы.

2. Изучены основы танцев медленный фокстрот и пасодобль.
3. Усовершенствована исполнительская культура и актерское мастерство.

Метапредметные результаты:

1. Развита творческая активность с целью обучения самостоятельному применению полученных знаний, умений и навыков в дальнейшей жизни.
2. Сформирована коммуникативная компетентность.
3. Активная концертная деятельность.

Личностные результаты:

1. Воспитана потребность к саморазвитию, к активному освоению репертуара бальных танцев, к изучению специализированной литературы.
2. Распространено влияние эстетики бального танца среди сверстников и одноклассников
3. Сформирован интерес к профессии, подготовке к поступлению в специальное учебное заведение.

Учебный тематический план

4 год обучения

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Раздел 1.Физическая подготовка	16	4	12	
1.1	Общефизическая подготовка	8	2	6	Зачет
1.2	Специальная физическая подготовка	8	2	6	Зачет
	Раздел 2.Европейские танцы	36	12	24	
2.1	Медленный вальс	8	2	6	Наблюдение
2.2	Квикстеп	8	2	6	Наблюдение
2.3	Венский вальс	2	0	2	Наблюдение
2.4	Танго	10	4	6	Наблюдение
2.5	Медленный фокстрот	8	4	4	Наблюдение
	Раздел 3.Латиноамериканские танцы	36	12	24	
3.1	Ча-ча-ча	8	4	4	Наблюдение
3.2	Самба	8	2	6	Наблюдение
3.3	Джайв	6	2	4	Наблюдение
3.4	Румба	8	2	6	Наблюдение
3.5	Пасодобль	6	2	4	Наблюдение
	Раздел 4.Постановочная и репетиционная работа	126	0	126	
4.1	Постановка танцевальных композиций	48	0	48	Наблюдение
4.2	Репетиция постановочных композиций	66	0	66	Наблюдение
4.3	Подготовка к конкурсам разного	12	0	12	Наблюдение

	уровня				
	Раздел 5.Промежуточная (итоговая) аттестация	2	0	2	Конкурс
	Итого:	216	28	188	

СОДЕРЖАНИЕ учебного (тематического) плана 4 год обучения

Раздел 1. Физическая подготовка

Тема 1.1. Общефизическая подготовка.

Теория. Современные спортивные танцы. Социальная природа бального танца. Бальная хореография в нашей стране и за рубежом. Техника безопасности и правила поведения на занятиях и в поездках.

Практика. Упражнения для постановки корпуса, физическое развитие и укрепление различных групп мышц, развитие пластики и гибкости (прыжки на скакалке; бег 20 м.; непрерывный бег в свободном темпе >10 мин; равновесие на одной ноге > 5 сек)

Тема 1.2. Специальная физическая подготовка.

Теория. Просмотр видеоматериалов с различных конкурсов с участием известных зарубежных и отечественных танцоров.

Практика. Упражнения на выработку чувства партнера, (синхронность, согласованность движений); силовые упражнения (преодоление сопротивления партнера в статическом и динамическом режимах). Упражнения в равновесии на баланс: стойка на носках на двух, на одной ноге; переход с одной ноги на другую с носка на носок. Упражнения на координацию движений (вращения переступанием; вольтовые; поворот на трех шагах; на одной ноге; на двух без шага; пивоты); волны вперед, назад, боковая, волны руками (вертикальные, горизонтальные, одновременные, последовательные); разнонаправленные движения рук и ног в различных исходных положениях. Растяжки.

Раздел 2. Европейские танцы

Тема 2.1. Медленный вальс.

Теория. Плетение, плетение из ПП, двойной левый спин - поворот, крыло, открытый телемарк, открытый импетус - поворот, лок с поворотом, дрэг хезитейшн.

Практика. Разучивание связок и композиций из этих элементов.

Тема 2.2. Квикстеп.

Теория. Бегущий правый поворот, типль шассе влево, В6, бегущее окончание, левый пивот - поворот, четыре быстрых бегущих шага, двойной левый спин.

Практика. Разучивание связок и композиций.

Тема 2.3. Венский вальс.

Практика. Разучивание связок и композиций.

Тема 2.4. Танго.

Теория. Рок поворот. Левый поворот на поступательном боковом шаге. Файвстеп. Правый променадный поворот. Правый твист поворот. Наружный свивл. Брашстеп. Виск.

Поступательный боковой шаг. Рок поворот. КORTE назад. Поступательное звено. Основной левый поворот. Форстеп. Променад (открытый и закрытый). Променадное звено.

Практика. Составление связок и композиций.

Тема 2.5. Медленный фокстрот

Теория. Общая характеристика танца: история, особенности музыки и хореографии. Слушание и анализ музыки. Основные положения в паре и соединения рук. Техника исполнения шагов.

Практика. Перо, изогнутое перо, перо окончание. тройной шаг, изогнутый тройной шаг, правый поворот, открытый правый поворот, правый твист поворот, левый поворот, левая волна, перемена направления. Разучивание связок и композиций из указанных движений.

Раздел 3. Латиноамериканские танцы

Тема 3.1. Ча-ча-ча.

Теория. Хоккейная клюшка, смены ног, открытый и закрытый хип-твист, правый и левый волчок, раскручивание от руки.

Практика. Разучивание связок и композиций из этих элементов.

Тема 3.2. Самба.

Теория. Контрботофого. Вольта по кругу вправо и влево. Вольта с одноименных ног. Вольта с продвижением в теневой позиции. Смены ног.

Практика. Составление связок и композиций из этих элементов.

Тема 3.3. Джайв.

Теория. Стой и иди, закрученный хлыст, смена мест справа налево с двойным поворотом, хлыст, простой спин, катапульта.

Практика. Составление связок и композиций из этих элементов.

Тема 3.4. Румба.

Теория. Альтернативное основное движение, раскрытие влево и вправо, три алеманы, левый волчок, раскрытие из левого волчка, скользящие дверцы, усложненный хип - твист.

Практика. Разучивание связок и композиций из указанных движений.

Тема 3.5. Пасодобль.

Теория. Общая характеристика танца, история, особенности исполнения, характер музыки. Техника исполнения шагов на месте и с продвижением по кругу. Положения в паре.

Практика. Аппель, основное движение, шассе, атака, разделение, променад, шестнадцать, открытый телемарк, твисты, фреголина.

Раздел 4. Постановочная и репетиционная работа

Тема 4.1. Постановка танцевальных композиций.

Практика. Постановка конкурсных и сценических композиций танцев европейской и латиноамериканской программ.

Тема 4.2. Репетиция постановочных композиций.

Практика. Отработка конкурсных и сценических композиций танцев европейской и латиноамериканской программ.

Тема 4.3. Подготовка к конкурсам разного уровня.

Практика. Отработка конкурсных и сценических танцев европейской и латиноамериканской программ «D»- и «C»-класса. Репетиции в разных составах.

Раздел 5. Промежуточная (итоговая) аттестация

Отчетный конкурс.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Условия реализации программы

Календарный учебный график

Период обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 полугодие	07 сентября	20 декабря	15	96	3 раза в неделю по 2 часа
2 полугодие	11 января	06 июня	21	120	

Материально-техническое обеспечение:

занятия проводятся в танцевальном зале с паркетным полом и вентиляцией (наличие зеркал и специального станка) площадью 80 - 100 кв.м. Для хранения концертных костюмов необходимо помещение, стулья и скамейки.

Информационно - методическое обеспечение:

1. Наглядные пособия.
2. Методическая и учебная литература по современному, классическому и спортивному бальному танцу.

Кадровое обеспечение: кадровое обеспечение разработки и реализации дополнительная общеразвивающая программа осуществляется педагогами дополнительного образования, что закрепляется Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

2.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Виды и формы контроля:

текущий контроль осуществляется в форме в ходе выполнения практических заданий по каждому разделу методом наблюдения, теоретические знания проверяются в ходе беседы или фронтального опроса.

Промежуточная (итоговая) аттестация осуществляется раз в год в форме открытого урока или конкурса.

Критерии оценки результатов реализации программы:

Аттестация проводится в соответствии с разработанными критериями оценки результатов реализации программы, которые определяются по трем уровням (высокий, средний, низкий):

низкий уровень

1 балл – участник исполняет программу, но с ошибками и не в музыку;

2 балла – участник исполняет программу без ошибок, но не в музыку;

средний уровень

3 балла – участник исполняет программу без ошибок, в музыку, но не держит линии,

4 балла – участник исполняет программу без ошибок, в музыку, держит линии, но допускает мелкие технические неточности;

высокий уровень

5 баллов – участник исполняет программу без ошибок, в музыку, держит линии, технически правильно исполняет фигуры.

Оценочные материалы

1. Карта «Мониторинг хореографического развития учащихся» (Приложение 1).

3. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

При решении специфических задач воспитания средствами бального танца они рассматриваются как составная часть комплексного воспитательного процесса, который ведется в обществе. Основные направления воспитательной работы в коллективе бального танца: эстетическое воспитание, нравственное воспитание, этика поведения, физическое воспитание.

Целью воспитания в коллективе бального танца является проникновение в сферу духовных интересов учащихся с использованием педагогических приемов и активных методов обучения, основ психологии танцевального спорта для формирования личности танцоров и их навыков в этической сфере и сфере культуры поведения.

Задачами воспитания по программе являются:

1. Приобщение детей к нравственным и культурным ценностям
2. Популяризация занятий физкультурой и спортом с целью

формирования культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья

3. Формирование спортивной мотивации и умения использовать полученные навыки в повседневной жизни

4. Формирование позитивных межличностных отношений в группах, навыков и привычек поведения и общения внутри коллектива и вне его.

5. Организация эффективного и результативного сотрудничества с родителями.

6. Психолого - педагогическое исследование коллектива.

7. Отслеживание результативности учебного процесса.

Мероприятия воспитательной работы:

- - занятия в рамках реализации ДОП
- - самоуправление
- - экскурсии
- - профориентация
- - организация предметно- эстетической среды
- - работа с родителями
- - организация конкурсов

Формы воспитательной работы:

- тематические беседы (к 23 февраля. 8 марта и т.д.)
- регулярное проведение инструктажей по безопасности жизнедеятельности учащихся на занятиях и в повседневной жизни (ТБ, ППД и т.д.)

- тестирование и анкетирование детей и взрослых в начале и конце года

- родительские собрания и индивидуальные консультации по запросу родителей

- регулярное проведение отчетных выступлений и конкурсов в объединении

- участие в Международных и региональных конкурсах в Екатеринбурге и он-лайн в других городах

- участие в общих мероприятиях ДДТ

Методы воспитательной работы: внушения, положительного примера, упражнений (приучения), воспитания воздействием группы, в коллективе, руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей.

Анализ результатов.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их отношениями в паре и коллективе, выполнением заданий и т.д. Косвенная оценка результатов воспитания проводится путем опросов родителей в процессе реализации программы.

Анализ общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения и достижения определенных в программе целевых

ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся.

4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога:

1. Бабушкин Г.Д. Формирование спортивной мотивации. – Омск: СибГАФК, 2000.
2. Бленфорд Н. Танец – твой путь к идеальной фигуре. – М.: АСТ, Астрель, 2009.
3. Воронин Р.Е. Философия танца как методологическая база теории и методики спортивного танца (техничко-эстетические виды спорта). Известия РГПУ им. А.И. Герцена: аспирантские тетради: науч. журнал. – СПб., 2007. – № 11.
4. Гальперин Я.И. Учимся танцевать легко! – М.: Центрполиграф, 2009.
5. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. – М., 2006.
6. Григорьев, Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2010.
7. Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. Концепция духовно – нравственного развития и воспитания личности гражданина России. – М.: Просвещение, 2009.
8. Дрожжина, Е.Ю. Обучение дошкольников современным танцам, Методическое пособие /Е.Ю. Дрожжина, Е.Б. Снежкова. – М.: Центр педагогического образования, 2012. – 64 с.
9. Зайферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: учебное пособие/ Д. Зайферт: пер. с нем. В. Штанкенберга. - СПб.: Изд. «Лань», «Планета музыки», 2012. - 128 с.
10. Звезды над паркетом (Газета для танцоров) / изд. Н. Кульбеда, ред. С. Акуленок.
11. Изард К.Э. Психология эмоций – СПб.: Питер, 2000. – 464 с.
12. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы – СПб.: Питер, 2011. – 508 с.
13. Карпенко Л.А. Базовая подготовка в спортивных танцах на паркете. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта – СПб., 2009. – №5.
14. Кюль Т. Энциклопедия танцев от А до Я – М.: « Мой мир», 2008.
15. Лэрд У. Техника исполнения латиноамериканских танцев – М., 2003.
16. Мур А. Бальные танцы. – М., 2004.
17. Нагайцева Л.Г. Балетная гимнастика. – Краснодар: КГТО Премьера, 2004.

18. Пересмотренная техника европейских танцев / пер. с англ. и ред. Ю. Пина. – СПб., 2016.
19. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев / пер. с англ. и ред. Ю. Пина. – СПб., 2016.
20. Положение ФТСР о классификации фигур танцев международной программы. Федерация танцевального спорта России. – М., Президиум ФТСР, 2004.
21. Психология физического воспитания и спорта / под ред. Т.Т. Джамгарова., А.Ц.Пуни. – М.:ИНФРА-М.,2004.
22. Регаццони Г., Росси М.А., Маджани А. Бальные танцы. – М., 2001.
21. Регаццони Г., Росси М.А., Маджани А. Латиноамериканские танцы. – М., 2001.
22. Рубштейн Н.В. Что нужно знать, чтобы стать первым. Психология танцевального спорта. – М.: Маренго интернейшнл принт, 2001.

Литература для учащихся и родителей:

1. Звезды над паркетом (Газета для танцоров) – изд. Н. Кульбеда, ред. С. Акуленок.
2. Кюль Т. Энциклопедия танцев от А до Я. – М.: Мой мир, 2008.
3. Лэрд У. Техника исполнения латиноамериканских танцев. – М., 2003.
4. Мур А. Бальные танцы. – М., 2004.
5. Рубштейн Н.В. Что нужно знать, чтобы стать первым. Психология танцевального спорта. – М.: Маренго интернейшнл принт, 2001.
6. Спортивные танцы. Справочник. – М: МФСТ, 2000.

Приложение 1

Карта «Мониторинг хореографического развития учащихся»

№	Описание составляющих	Шкала оценки					
		Качест во отсутст вует	Качест во выраже но очень слабо на уровне первич ного знания	Качест во выраже но очень слабо на уровне знаний	Качест во выраже но в средне й степен и на уровне первич ного навыка	Качест во выраже но в средне й степен и на уровне навыка (приме няет на практи ке)	Качест во выраже но в высоко й степен и на уровне уверен ного примен ения на практи ке
		0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
Универсальные учебные действия							
1.Метапредметные результаты							
1	Регулятивные						
	целеполагание (принятие и сохранение целей и задач танцевальной деятельности)						
	планирование учебных действий в соответствии с условиями реализации поставленных задач						
	контроль (использование правил в контроле способа решения задач)						
	оценка (внешняя - внутренняя, степень адекватности)						
	Средний балл:						
2	Коммуникативные						
	сотрудничество с партнером и группой						
	постановка вопросов						

	(отсутствие вопросов - адекватная постановка вопроса ситуации)						
	разрешение конфликтов в паре (деструктивное поведение - конструктивное поведение)						
	умение выражать свои мысли (отсутствие умения строить фразы - аргументированные ответы)						
	умение работать в парах и малых группах, ансамбле (не умеет - умеет)						
	Средний балл:						
3	Познавательные						
	анализ						
	синтез						
	причинно-следственные связи						
	Средний балл:						
	Общий балл:						
2.Личностные результаты							
1	Самоопределение						
	Самооценка						
2	Смыслообразование						
	Мотивация (приоритетное формирование внутренних мотивов)						
	внешние мотивы: через интерес и получение результата						
	внутренние мотивы: стремление показать свои умения						
	коллективная деятельность учащегося совместно со взрослым						
	коллективная деятельность учащегося совместно со сверстником						
3	Нравственно-этическое оценивание						
	формирование						

	познавательного интереса к окружающему миру						
	формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру						
	формирование желания выполнять учебные действия						
	использование воображения при выполнении учебных действий						
	Средний балл:						
3.Предметные результаты							
1	Развитие физических данных						
	скоростные качества						
	силовая выносливость						
	гибкость						
	растяжка						
	координационные способности						
	равновесие						
	танцевально-двигательные качества						
	Средний балл:						
2	Знание основ спортивной хореографии						
	постановка корпуса						
	особенности исполнения основных шагов и фигур						
	взаимодействие в паре, правила этикета						
	характер музыки и танца						
	основные позиции ног и рук						
	основы музыкальной грамоты						
	термины, счет и основные команды на русском и английском языках						
	Средний балл:						
3	Пространственная ориентация						
	ориентировка в зале (по линии танца, к центру, по диагонали)						
	понятие (интервал, ракурс,						

	точность перестроения)						
	перестроение (из колонны в шеренгу, в круг и т.д.)						
	умение держать рисунок						
	исполнение танцев в линиях и по кругу (в паре, в группе, в ансамбле)						
	Средний балл:						
4	Психофизиологическое развитие						
	развитие чувства ритма						
	музыкальность						
	создание художественного образа						
	умение импровизировать						
	координация						
	Средний балл:						
	Общий балл:						

Низкий уровень – 45 -90 баллов
Средний уровень – 91 -180 баллов
Высокий уровень – 181 -225 баллов

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 535789110244658727404941810073550101074793265773

Владелец Симонова Мария Михайловна

Действителен с 23.12.2025 по 23.12.2026