

Филиал государственного бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Образовательный центр» имени 81 гвардейского мотострелкового полка  
п.г.т. Рощинский муниципального района Волжский Самарской области  
«Центр внешкольной работы»

Рассмотрена и рекомендована на  
методическом совете протокол №1  
от 10 августа 2020 года



Утверждено  
Приказ № 21 от 14 августа 2020 года  
Заведующий филиалом ГБОУ СОШ  
«ОЦ» м.р. Волжский Самарской  
области «Центр внешкольной работы»  
В.Е. Рябков

**Дополнительная общеобразовательная программа  
«Спортивные балльные танцы»**

Физкультурно-спортивная направленность  
Возраст детей: 11-15 лет;  
Срок образования: 3 года

Разработчики:  
педагог дополнительного образования  
Марочкина Ирина Владимировна

2020 год

## Содержание программы

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| 1.Пояснительная записка.....                            | 3  |
| 2.1 Учебно-тематический план первого года обучения..... | 6  |
| Содержание первого года обучения.....                   | 7  |
| 2.2Учебно-тематический план второго года обучения.....  | 9  |
| Содержание второго года обучения.....                   | 9  |
| 2.3Учебно-тематический план третьего года обучения..... | 12 |
| Содержание третьего года обучения.....                  | 12 |
| 3.Ресурсное обеспечение образовательного процесса.....  | 15 |
| 4.Библиография.....                                     | 16 |
| 5.Приложения.....                                       | 17 |

## 1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### *Направленность программы*

Программа является интегрированной, она гармонично связывает социально-педагогическую, физкультурно-спортивную и художественную направленность. Программа обеспечивает формирование базовой культуры личности ребёнка, которая поможет ему овладеть определенным видом деятельности (танец) и знаниями в области этой сферы, если он пойдет по ступеням данного образования.

Характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей наблюдается повышенный интерес к спортивным бальным танцам. Процесс творчества развивает эстетический вкус у детей, приносит душевное равновесие, ощущение собственной ценности и значимости. Постоянные занятия улучшают физическое развитие ребенка. Занятия проектной и научно-исследовательской деятельностью, в области постановки танца и её истории хореографического искусства, воспитывает у обучающихся гармоничность, познавательность, развивает вкус к эстетическим ценностям в повседневной жизни ребят. Воспитывает чувство самостоятельности и значимости в социальном мире. Это определило актуальность программы.

В основу данной программы положены следующие нормативные документы, регламентирующие деятельность ОУ в сфере дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р).
- План мероприятий на 2015 - 2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
- Приказ Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
- Приказ Минобрнауки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Устав ГБОУ СОШ ОЦ пгт Роцинский муниципального района волжский Самарской области
- Положение о филиале ГБОУ СОШ ОЦ пгт Роцинский муниципального района волжский Самарской области «Центр внешкольной работы»

### **Цель программы:**

## Формирование творческого потенциала ребенка в процессе обучения

### Возраст детей, режим занятий, формы обучения и сроки реализации программы

Возраст детей, участвующих в программе 11-15 лет. Состав групп постоянный. Формы занятий – групповая:

1-2 год обучения - 15 человек;

3 год обучения - 10-12 человек;

### Сроки реализации программы.

Программа рассчитана на 3 года обучения.

Программа подготовки в группах

1 год обучения дети от 11 до 12 лет

2 год обучения дети от 12 до 13 лет

3 год обучения от 14 до 15 лет

Общее количество часов по программе 1-3 годов обучения – 126 часов на каждый учебный год.

Количество часов в неделю: 3,5 часа

Виды занятий - практические, теоретические и комбинированные, выступления и концерты.

### Планируемые образовательные результаты

| Личностные                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Метапредметные                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Предметные                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- проявление аккуратности, трудолюбия и целеустремленности</li><li>- развитие логического мышления, внимания, памяти и творческих способностей</li><li>- обоснование выбора к построению дальнейшего самообразования в мире профессий</li><li>- проявление творческого подхода к самостоятельным видам деятельности</li></ul> | <p><b>Познавательные</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- осуществления самостоятельного поиска танцевальных композиций через просмотр по интернету</li><li>- извлечение положительную самооценку</li></ul> <p><b>Регулятивные</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- умение ставить свои цели</li><li>- Самоконтроль и корректировка исполняемых упражнений и комбинаций.</li><li>- Самоанализ своих выступлений посредством видео просмотра.</li><li>- Самооценка результативности занятий, репетиций и выступлений.</li></ul> | <p><b>1 год обучения</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- знает основы классической хореографии</li><li>- умеет точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности</li><li>- владеет выразительными и непосредственными движениями под музыку</li></ul> <p><b>2 год обучения</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- знает основы историко-бытового танца;</li><li>- владеет выразительными и непосредственными движениями под музыку;</li><li>- умеет точно и правильно исполнить движения в танцевальных композициях</li></ul> <p><b>3 год обучения</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- владеет физической и пластической подвижностью;</li><li>- умеет координировать свои движения;</li></ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>Коммуникативные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение невербального общения в паре, умение работать в паре и коллективе.</li> <li>- умение отбирать наиболее эффективные способы проведения репетиций.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знает основы спортивного бального танца, 4 танца.</li> </ul> <p><b>4 год обучения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет большим объём разнообразных композиций и отдельных видов движений</li> <li>- владеют навыками пространственной ориентации</li> <li>- умеет самостоятельно подготовить выступления на сцене танцевальными номерами;</li> <li>- знает основы спортивного бального танца, 6 танцев.</li> </ul> <p><b>5 год обучения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет правильно выстроить танцевальные комбинации;</li> <li>- владеет способностью к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций;</li> <li>- уметь различать музыкальные формы;</li> <li>- знает основы спортивного бального танца, 6 танцев.</li> </ul> |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 2.1 Учебно – тематический план 1 год обучения

| №   | Тема занятий                                                | Тео-рия | Прак-тика | Все-го | Формы аттестации                                                                                                                                        |
|-----|-------------------------------------------------------------|---------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Инструктаж о правилах техники безопасности во время занятия | 2       |           | 2      | Устный опрос<br><br>Визуальное наблюдение<br><br>Практическое задание<br><br>Соревнования, результаты соревновательной деятельности, конкурсы, концерты |
| 2.  | Основы классической хореографии                             | 1       | 9         | 10     |                                                                                                                                                         |
| 3.  | Тренажные упражнения                                        | 2       | 30        | 32     |                                                                                                                                                         |
| 4.  | Основы музыкальной грамоты                                  | 1       |           | 1      |                                                                                                                                                         |
| 5.  | Медленный вальс                                             | 1       | 9         | 10     |                                                                                                                                                         |
| 6.  | Танго                                                       | 1       | 9         | 10     |                                                                                                                                                         |
| 7.  | Венский вальс                                               | 1       | 9         | 10     |                                                                                                                                                         |
| 8.  | Квикстеп                                                    | 1       | 9         | 10     |                                                                                                                                                         |
| 9.  | Самба                                                       | 1       | 9         | 10     |                                                                                                                                                         |
| 10. | Ча-ча-ча                                                    | 1       | 9         | 10     |                                                                                                                                                         |
| 11. | Румба                                                       | 1       | 9         | 10     |                                                                                                                                                         |
| 12. | Джайв                                                       | 1       | 9         | 9      |                                                                                                                                                         |

|     |                          |    |     |     |  |
|-----|--------------------------|----|-----|-----|--|
| 13. | Промежуточная аттестация |    | 2   | 2   |  |
|     | ИТОГО:                   | 13 | 113 | 126 |  |

**Содержание**

**1 год обучения**

**1.Инструктаж о правилах техники безопасности во время занятия.**

**Теория.** Правила поведения в танцевальном зале.

**2. Основы классической хореографии**

**Практика.** Постановка позиций рук и ног в первой, второй третьей и шестой позициях. Сфера применения этих позиций.

**3. Тренажные упражнения.**

**Практика.** Разминка мышц головы, плечевого пояса, рук, бедер, ног, корпуса.

**4. Основы музыкальной грамоты.**

**Практика.** Деление музыки на предложения. Сильные и слабые удары в музыкальной композиции.

**5. Медленный вальс.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Повторение пройденного материала. Фигуры: хэзитейшн, фалловой слип пивот, двойной спин, обратный спин. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

**6. Танго.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: правый поворот, левый поворот, фостеп, файвстеп, звено, прогрессивный шаг, свивл, локи, поворотные локи и т.д.. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку

**7.Венский вальс.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: правый поворот, левый поворот, чек, перемены. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

**8. Квикстеп.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Повторение пройденного материала. Фигуры: кросс шоссе, ви 6, открытый импетус поворот, закрытый импетус поворот. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## 9. Самба.

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Повторение пройденного материала. Фигуры: усложненные ботафуги, круазада ход, локи верхние и нижние, караоке ранз. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## 10. Ча-ча-ча.

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Повторение пройденного материала. Фигуры: спот поворот, поворот на 3х шагах, волчок, измененные основные ходы. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## 11.Румба.

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Фигуры: основной ход вперед, назад, чек, чековая дорожка, правый и левые повороты, алемана, хлыст, волчок, открытые дверцы. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## 12. Джайв.

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: чикен ход, смена рук за спиной, изменённый основной ход. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## 13. Промежуточная аттестация

**Практика.** Представление подготовленных танцев.

### 2.5 Учебно – тематический план 2 год обучения

| №  | Тема занятий                                                | Теория | Практика | Всего | Формы аттестации                          |
|----|-------------------------------------------------------------|--------|----------|-------|-------------------------------------------|
| 1. | Инструктаж о правилах техники безопасности во время занятия | 1      |          | 1     | Устный опрос<br><br>Визуальное наблюдение |
| 2. | Основы классической хореографии                             |        | 10       | 10    |                                           |
| 3. | Тренажные упражнения на середине                            |        | 14       | 14    |                                           |
| 4. | Медленный вальс                                             | 2      | 10       | 12    | Соревнования,<br><br>результаты           |
| 5. | Танго                                                       |        | 10       | 10    |                                           |

|     |                          |    |     |     |                                                                                 |
|-----|--------------------------|----|-----|-----|---------------------------------------------------------------------------------|
| 6.  | Венский вальс            | 1  | 10  | 11  | соревновательной<br>деятельности,<br><br>конкурсы,<br><br>танцевальные концерты |
| 7.  | Квикстеп                 | 3  | 8   | 11  |                                                                                 |
| 8.  | Фокстрот                 |    | 10  | 10  |                                                                                 |
| 9.  | Самба                    |    | 8   | 8   |                                                                                 |
| 10. | Ча-ча-ча                 |    | 8   | 8   |                                                                                 |
| 11. | Румба                    | 1  | 10  | 11  |                                                                                 |
| 12. | Джайв                    | 1  | 8   | 9   |                                                                                 |
| 13. | Пасодобль                | 1  | 8   | 9   |                                                                                 |
| 14. | Промежуточная аттестация |    | 2   | 2   |                                                                                 |
|     | ИТОГО:                   | 10 | 116 | 126 |                                                                                 |
|     |                          |    |     |     |                                                                                 |

### Содержание

#### 2 год обучения

#### 1.Инструктаж о правилах техники безопасности во время занятия.

**Теория.** Правила поведения в танцевальном зале.

#### 2. Основы классической хореографии.

**Практика.** Постановка позиций рук и ног в первой, второй третьей и шестой позициях. Сфера применения этих позиций.

#### 3. Тренажные упражнения на середине.

**Практика.** Разминка мышц головы, плечевого пояса, рук, бедер, ног, корпуса.

#### 4. Медленный вальс.

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Повторение пройденного материала. Фигуры: хэзитейшн, фолловой слип пивот, двойной спин, обратный спин. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

#### 5. Танго.

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: правый поворот, левый поворот, фостеп, файвстеп, звено, прогрессивный шаг, свивл, локи, поворотные локи и т.д.. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку

#### 6. Венский вальс.

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: правый поворот, левый поворот, чек, перемены. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## **7. Квикстеп.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Повторение пройденного материала. Фигуры: кросс шоссе, ви 6, открытый импетус поворот, закрытый импетус поворот. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## **8. Фокстрот.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Разновидности работы стопы с паркетом. Фигуры: Основной шаг, шаг перо, тройной шаг, проходящие шаги. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## **9. Самба.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Повторение пройденного материала. Фигуры: усложненные ботафуги, круазада ход, локи верхние и нижние, караоке ранз. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## **10. Ча-ча-ча.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Повторение пройденного материала. Фигуры: спот поворот, поворот на 3х шагах, волчок, измененные основные ходы. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## **11. Румба.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Фигуры: основной ход вперед, назад, чек, чековая дорожка, правый и левые повороты, алемана, хлыст, волчок, открытые дверцы. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## **12.Пасодобль.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Положение корпуса по отношению паркета. Фигуры:Апель, плащ-поворот, цыплячий ход, расхождение. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## **13.Джайв.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: чикен ход, смена рук за спиной, изменённый основной ход. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

## **14.Промежуточная аттестация**

**Практика.** Представление подготовленных танцев.

### 2.3 Учебно – тематический план 3 год обучения

| №   | Тема занятий                                                | Теория | Практика | Всего | Формы аттестации                                                                                                                                 |
|-----|-------------------------------------------------------------|--------|----------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Инструктаж о правилах техники безопасности во время занятия | 1      |          | 1     | Устный опрос<br><br>Визуальное наблюдение<br><br>Соревнования,<br><br>Результаты соревновательной деятельности,<br><br>конкурсы,<br><br>концерты |
| 2.  | Тренажные упражнения на середине                            |        | 10       | 10    |                                                                                                                                                  |
| 3.  | Медленный вальс                                             |        | 14       | 14    |                                                                                                                                                  |
| 4.  | Танго                                                       | 2      | 10       | 12    |                                                                                                                                                  |
| 5.  | Венский вальс                                               |        | 10       | 10    |                                                                                                                                                  |
| 6.  | Фокстрот                                                    | 1      | 10       | 11    |                                                                                                                                                  |
| 7.  | Квикстеп                                                    | 3      | 10       | 13    |                                                                                                                                                  |
| 8.  | Самба                                                       |        | 10       | 10    |                                                                                                                                                  |
| 9.  | Ча-ча-ча                                                    |        | 10       | 10    |                                                                                                                                                  |
| 10. | Румба                                                       | 1      | 10       | 10    |                                                                                                                                                  |
| 11. | Пасодобль                                                   | 1      | 10       | 11    |                                                                                                                                                  |
| 12. | Джайв                                                       | 1      | 10       | 11    |                                                                                                                                                  |
| 13  | Промежуточная аттестация                                    |        | 2        | 2     |                                                                                                                                                  |
|     | ИТОГО:                                                      | 10     | 116      | 126   |                                                                                                                                                  |
|     |                                                             |        |          |       |                                                                                                                                                  |

### Содержание

#### 3 год обучения

##### 1.Инструктаж о правилах техники безопасности во время занятия.

**Теория.** Правила поведения в танцевальном зале.

##### 2. Тренажные упражнения на середине.

**Практика.** Разминка мышц головы, плечевого пояса, рук, бедер, ног, корпуса. Работа на ковриках с опорно-двигательным аппаратом, растяжка всех мышц корпуса.

##### 3. Медленный вальс.

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Повторение пройденного материала. Фигуры: дрэг хэзитейшн, ПП фолловей слип пивот, двойной обратный спин, перекрученный спин, телемарки. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

#### **4. Танго.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: правый изогнутый поворот, левый изогнутый поворот, свивл, локи, рок поворот, выпады. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку

#### **5. Венский вальс.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: правый поворот, левый поворот, чек, перемены. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

#### **6. Фокстрот.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Разновидности работы стопы с паркетом. Фигуры: изогнутое перо правое и лево, плетение, левый и правый повотры, импетусы, телемарки. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

#### **7. Квикстеп.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Повторение пройденного материала. Фигуры: кросс свивл, изогнутые правые и левые повороты, закрытый и открытый телемарки, локи, дубль локи, измененные локи. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

#### **8. Самба.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Повторение пройденного материала. Фигуры: меренга, бегущие окончание, локи в ПП, вольта по кругу, карусель, ритм Гуапача. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

#### **9. Ча-ча-ча.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Повторение пройденного материала. Фигуры: спиральные повороты, поворот на 3х шагах на подушечках, левый волчок, дубль чеки с изменением, ритм Гуапача. Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

#### **10. Румба.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Фигуры: спиральные повороты, поворот на 3х шагах на подушечках, левый волчок, дубль чеки с изменением, ритм Гуапача . Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

### **11.Пасодобль.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Положение корпуса по отношению паркета. Фигуры:Апель, плащ-поворот, цыплячий ход, расхождение. Освоение музыкального ритма, махи, выходы, выпады. Исполнение танца под музыку.

### **12.Джайв.**

**Теория.** Характер и особенности танца.

**Практика.** Основные позиции рук и ног. Положение в паре. Расстановка пар на паркете. Технику танца. Повторение пройденного материала. Фигуры: киковый основной ход, кики и их виды,спин спина к спине, смена рук за спиной . Освоение музыкального ритма. Исполнение танца под музыку.

### **13.Промежуточная аттестация**

**Практика.** Представление подготовленных танцев.

## **3.Ресурсные обеспечения**

### **Материально-техническое обеспечение программы**

1. Большое зеркало на одной из стен зала (оптимальный вариант, когда на трех стенах кабинета имеется по зеркалу).
2. Магнитофон, либо музыкальный центр.

### **Информационное обеспечение программы**

1. Учебно-методическая литература.

А.Мур «Бальные танцы» 2010

### **Методическое обеспечение программы**

2. Видео материалы.
3. Коврики
4. Музыкальные CD-диски

### **Кадровые обеспечения**

Программу реализует педагог, имеющий высшее профессиональное образование и проходящий повышение квалификации.

## **Система оценки и контроля**

### **Методы оценивания**

#### **1. Текущая аттестация**

- Выполнение нормативов по программе

#### **2. Итоговая аттестация**

- отчетный концерт

– мероприятие

## **4. Литература**

1. Бриске И. Э. Ритмика и танец: Метод. Рекомендации по работе с детьми дошкольного возраста. - Челябинск, 2013.
2. Лифиц И.В. Ритмика: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.:Издательский центр «Академия», 2014.
3. Мур Алекс. Бальные танцы: Предисловие Филиппа Дж. С. Ричардсона.- 9-е изд. - 2012.
4. Секрет танца //составитель Т.К. Васильева. - СПб.: ТОО "Диамант, ООО "Золотойвек", 2017.
5. Walter Laird. Technique of Latin Dancing.Newedition 2008, Reprinted, 2016.
6. Положение о координационной деятельности ФТСР и ее членских организаций в Федеральных округах от 23.04.2018 г.
7. Бальный танец. Программа для средних специальных учебных заведений. Дегтяренко А.Т., Москва, 2013 год.
8. Современный бальный танец. Пособие для студентов институтов культуры и руководителей коллективов бального танца. Редакция Стриганова В. М., Москва,2017год.
9. Линии Танца» учебный видео курс на 4 видео кассетах. Т. Павлова и Л. Плетнёв, Консультативный Танцевальный центр «Реверанс» 2015 год.