

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА № 182  
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете  
ГБОУ СОШ № 182  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 29.08.2019



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 400 от 29.08.2019  
Директор ГБОУ СОШ № 182  
В.В.Адамович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
к дополнительной общеобразовательной программе

**«Росчерком по паркету»**

Год обучения 1  
Группа №  
Возраст учащихся 7-17 лет

Разработчик:  
Ячмененко Александр Анатольевич,  
педагог дополнительного образования

## **Особенности организации образовательного процесса**

Первый год обучения является подготовительным курсом к освоению бальными танцами.

### **Задачи программы:**

#### **Образовательные:**

- Изучение основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
- Изучение основ конкретного ритмического рисунка танцев разных программ.
- Изучение основ структуры танца, построение композиций.
- Изучение подготовительных подводящих, простейших базовых фигур и движений.
- Изучение техники, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах.
- Изучение музыкальной грамоты.
- Знакомство с основами этикета.

#### **Развивающие:**

- Развитие понимания основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
- Развитие физических качеств (ловкость, быстрота, гибкость, функции равновесия, прыгучесть, выносливость).
- Развитие навыков участия в спортивных турнирах, фестивалях и конкурсах.
- Развитие творческой активности и артистизма на основе полученных технических знаний бальной хореографии.
- Развитие внимательности и наблюдательности, творческого воображения и фантазии через упражнения.
- Развитие координации движения.
- Развитие навыков самостоятельной работы и работы в паре.
- Развитие и совершенствование индивидуального уровня исполнительского мастерства.

#### **Воспитательные:**

- Воспитание стойкого интереса и целеустремленности к танцевальному спорту.
- Воспитание настойчивости, чувства прекрасного.
- В нравственном воспитании - формирование дружбы и товарищества, достоинства и чести, чувства долга и ответственности, дисциплинированности, скромности и требовательности к себе, культуры поведения.
- В трудовом воспитании - формирование спортивного трудолюбия, творческой активности и самостоятельности.

## **Содержание программы**

### **1. Вводное занятие**

Теория: знакомство, инструктаж по ТБ.

Практика: пробное занятие. Показательное выступление подготовленной пары.

### **2. Комплекс общеразвивающих физических и специальных танцевальных упражнений**

Теория: рассказ о предназначении разминки для первоначального разогрева мышц, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика.) С 3-его месяца обучения разминка проводится дежурной парой и дополняется тренером педагогом.

Практика: комплекс общеразвивающих физических и специальных упражнений:

- упражнения на общефизическое развитие;
- упражнения на вращение и баланс;
- упражнения для латиноамериканской программы; - упражнения для европейской программы;
- упражнения для конкретного танца.

### **4. Основы музыкальных ритмов**

Теория: основные понятия музыки (звук, мелодия, кульминационная точка, динамические оттенки, характер музыкального произведения, темп, такт, затакт).  
Практика: примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

### **5. Общетанцевальная подготовка**

Практика: как правило, общетанцевальная подготовка входит в разминочную часть занятия и состоит из различных диско-композиций, состоящих из набора элементарных и наиболее характерных движений джазовых и латиноамериканских танцев и служит для растанцовки обучающихся или подготовке к изучению нового материала на основе ранее освоенных движений.

### **6. Европейская программа**

Теория: Объяснение фигур медленного вальса

Практика: Отработка фигур медленного вальса (правый и левый поворот, перемена) движения по кругу по одному и в паре. Отработка подъемов и спусков, работа стопы.

### **7. Латино-американская программа**

Теория: Объяснение фигур латино-американских танцев: Самба, Ча-Ча-Ча, Джайв.

Практика: Отработка фигур: Самба (самба ход, Виск, поворот под рукой);

Ча-Ча-Ча (основной ход, Нью-Йорк, поворот под рукой); Джайв (основной ход, смена мест).

### **8. Развивающие танцы**

Теория: Объяснение фигур развивающих танцев: Модный рок; Полька; Диско.

Практика: Отработка фигур развивающих танцев: Модный рок, Полька, Диско.

### **9. Показательная программа выступлений**

Практика: Открытые показательные уроки. Участие в районном фестивале «Наши звездочки». Участие в конкурсах «Танцевальный марафон», «Первые шаги», «Хрустальная туфелька».

### **10. Итоговое занятие**

Теория: Подведение итогов, награждение отличившихся учеников. Практика: показательное выступление.

## **Планируемые результаты**

### **Личностные результаты:**

- Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.
- Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественнотворческой и танцевальной способности.
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
- Знание правил и поведения этикета.

### **Метапредметные результаты:**

#### *Познавательные:*

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи;

#### *Регулятивные:*

- волевая саморегуляция как способность к волевому усилию;
- учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения по образцу.

#### *Коммуникативные:*

- потребность в общении с учителем;
- умение слушать и вступать в диалог;
- умение донести свою позицию до других.

### **Предметные результаты:**

- выполнение танцевальных движений;

- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма;
- укрепление и развитие мышц корпуса;
- развитие координации движения;
- умение ориентироваться в зале и на сцене;
- умение исполнять упражнения со слитной координацией рук, ног и корпуса;
- умение исполнять усложненные танцевальные движения;
- умение выражать свои ощущения в танце;
- освоение техники исполнения отдельных фигур и композиций европейской и латиноамериканской программы;
- умение принимать участие в массовых мероприятиях и показательных выступлениях.

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 год обучения

№ п/п	Содержание тем	Кол-во часов	План	Факт	Примечание
1	Вводное занятие. Инструктаж	4			
2	Понятие танцевальная разминка, ее предназначение.	2			
3	Виды танцевальной разминки.	2			
4	ОФП. Музыкальный ритм.	2			
5	Танец «О-ля-ля!». Виды танцевальных упражнений.	2			
6	Танец «О-ля-ля», медленный вальс (упражнения, ритм).	2			
7	Танец «Ча-ча-ча» (упражнения, ритм).	2			
8	Музыкальные ритмы.	2			
9	Ча-ча-ча (шассе на месте, чек вперед, основной ход назад), вальс, «О-ля-ля».	2			
10	Развивающие игры, бесконечный галоп, вальс, «О-ляля».	2			
11	Ритм, изучение медленного вальса (малый квадрат). «Полька».	2			
12	Ча-ча-ча (ритм, основное движение), бесконечный галоп, медленный вальс.	2			
13	Осанка. Полька, медленный вальс.	2			
14	Танец папуасов, вальс, «О-ля-ля», полька.	2			
15	Танец папуасов, ча-ча-ча (основное движение).	2			
16	«Летка Енька».	2			
17	Медленный вальс (две перемены вперед и назад, малый квадрат), полька.	2			
18	Медленный вальс, диско, полька.	2			
19	Развивающие танцы.	2			
20	Диско, полька, ча-ча-ча.	2			
21	Вальс, «О-ля-ля», медленный вальс, ча-ча-ча.	2			
22	Полька, бесконечный галоп. Осанка.	2			
23	Полька, медленный вальс, ча-ча-ча.	2			
24	Повтор танцев, подготовка к выступлению ко Дню матери.	2			
25	Медленный вальс, диско.	2			
26	Медленный вальс, чача-ча, «Летка Енька».	2			
27	Полька, ча-ча-ча.	2			
28	Перенос веса, «прогон» танцев «Ча-ча-ча», «Медленный вальс», «Полька», «Диско».	2			
29	Вальс дружбы, медленный вальс, самба (колени).	2			
30	Повтор танцев, подготовка к новомуднему празднику.	2			

31	Полька, диско, медленный вальс.	2			
32	Вальс дружбы, вальс, «О-ля-ля», самба (перенос веса)	2			
33	Ча-ча-ча (Нью-Йорк), самба (основное движение).	2			
34	Медленный вальс (правый поворот), полька.	2			
35	Ча-ча-ча (тайм-степ назад), самба (виск).	2			
36	Медленный вальс, диско, джайв (прыжки).	2			
37	Вальс «Дружбы», ча-ча-ча, полька.	2			
38	Ча-ча-ча, самба, полька.	2			
39	Ча-ча-ча (тайм-степ на месте), самба, диско.	2			
40	«Модный рок», полька, бесконечный галоп.	2			
41	Модный рок, ча-ча-ча, медленный вальс.	2			
42	Ча-ча-ча, медленный вальс, самба.	2			
43	Самба (основное движение, виск, отработка пружинки), медленный вальс.	2			
44	Медленный вальс, ча-ча-ча, самба.	2			
45	Самба, полька, ча-ча-ча.	2			
46	Ча-ча-ча (отработка раскрытия, постановка рук), самба.	2			
47	Вальс «Дружбы», модный рок.	2			
48	Самба (ритмы), ча-ча-ча (композиция), медленный вальс (композиция).	2			
49	Подготовка к выступлениям.	2			
50	Развивающие танцы, медленный вальс (правила ведения в паре).	2			
51	Развивающие танцы, ритмический фокстрот, самба.	2			
52	Вальс «Дружбы», модный рок, дорожка.	2			
53	Вальс «Дружбы», ча-ча-ча, дорожка.	2			
54	Самба. Диско, медленный вальс.	2			
55	Молодежный. Джайв (основной ход, перенос веса), диско.	2			
56	Развивающие танцы (сальса-тропикана), ритмический фокстрот.	2			
57	Молодежный (поворот, раскрытие), самба, медленный вальс.	2			
58	Медленный вальс (подъемы, спуски, баланс), ча-ча-ча (композиция).	2			
59	Ча-ча-ча (ритм, композиция), самба, медленный вальс	2			
60	Самба, развивающие танцы, полька.	2			
61	Ча-ча-ча, медленный вальс, диско.	2			
62	Ритмический фокстрот, джайв.	2			
63	Медленный вальс, дорожка, самба.	2			

64	Общеганцевальная подготовка. Развивающие танцы. Ча-ча-ча.	2			
65	Джайв, полька, ча-ча-ча.	2			
66	Подготовка к выступлению, развивающие танцы.	2			
67	Отработка композиций (самба, ча-ча-ча, медленный вальс).	2			
68	Самба, ча-ча-ча, диско.	2			
69	Ритмический фокстрот, медленный вальс, джайв.	2			
70	Медленный вальс (баланс), ча-ча-ча, полька.	2			
71	Заключительное занятие. Подведение итогов. Награждение лучших учащихся.	2			
	Итого	144			

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА № 182  
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете  
ГБОУ СОШ № 182  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 29.08.2019



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 400 от 29.08.2019  
Директор ГБОУ СОШ № 182  
В.В.Адамович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
к дополнительной общеобразовательной программе

**«Росчерком по паркету»**

Год обучения 2  
Группа №  
Возраст учащихся 7-17 лет

Разработчик:  
Ячмененко Александр Анатольевич,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2019

### **Особенности организации образовательного процесса:**

На втором году обучения учащиеся проходят базовый курс «Основы европейских и латиноамериканских танцев»

### **Задачи программы:**

#### ***Образовательные***

- Изучение основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
- Изучение основ конкретного ритмического рисунка танцев разных программ.
- Изучение основ структуры танца, построение композиций.
- Изучение подготовительных подводящих, простейших базовых фигур и движений.
- Изучение техники, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах.
- Изучение музыкальной грамоты.
- Знакомство с основами этикета.

#### ***Развивающие***

- Развитие понимания основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
- Развитие физических качеств (ловкость, быстрота, гибкость, функции равновесия, прыгучесть, выносливость).
- Развитие навыков участия в спортивных турнирах, фестивалях и конкурсах.
- Развитие творческой активности и артистизма на основе полученных технических знаний бальной хореографии.
- Развитие внимательности и наблюдательности, творческого воображения и фантазии через упражнения.
- Развитие координации движения.
- Развитие навыков самостоятельной работы и работы в паре.
- Развитие и совершенствование индивидуального уровня исполнительского мастерства.

#### ***Воспитательные***

- Воспитание стойкого интереса и целеустремленности к танцевальному спорту.
- Воспитание настойчивости, чувства прекрасного.
- В нравственном воспитании - формирование дружбы и товарищества, достоинства и чести, чувства долга и ответственности, дисциплинированности, скромности и требовательности к себе, культуры поведения.
- В трудовом воспитании - формирование спортивного трудолюбия, творческой активности и самостоятельности.

### **Содержание программы**

#### **1. Вводное занятие**

Теория: Темы программы, инструктаж по охране труда.

Практика: Показательное выступление подготовленной пары.

#### **2. Комплекс общеразвивающих физических и специальных танцевальных упражнений**

Теория: Предназначение разминки для первоначального разогрева мышц, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика.)

Практика: Комплекс общеразвивающих физических и специальных упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика.) Разминка проводится дежурной парой и дополняется тренером-педагогом.

Специальные упражнения предназначены для достижения конкретной цели данного занятия.

-упражнения на вращение и баланс;

- упражнения для латиноамериканской программы; -
- упражнения для европейской программы;
- упражнения для конкретного танца.

### **3. Музыкальные ритмы**

Теория: Музыкальные ритмы, тренировка (звук, мелодия, кульминационная точка, динамические оттенки, характер музыкального произведения, темп, такт, затакт).

Практика: примеры танцевальной музыки с тренировкой прохлопывания и протопывания.

### **4. Общетанцевальная подготовка**

Практика: разминочная часть занятия состоит из различных диско-композиций, состоящих из набора элементарных и наиболее характерных движений джазовых и латиноамериканских танцев и служит для растанцовки учащихся или подготовке к изучению нового материала на основе ранее освоенных движений.

### **5. Европейская программа**

Теория: Основные элементы европейских танцев: Медленный вальс; Квикстеп; Венский вальс. Повторение и закрепление ранее изученного материала.

Практика: Отработка фигур европейских танцев: Квикстеп Медленный вальс.

Венский вальс. Отработка простейших соединений.

### **6. Латино-американская программа**

Теория: Основные элементы латиноамериканских танцев. Повторение и закрепление ранее изученного материала (Самба, Ча-Ча-Ча, Джайв).

Практика: Отработка фигур: Самба (самба ход, Виск, поворот под рукой);

Ча-Ча-Ча (основной ход, Нью-Йорк, поворот под рукой); Джайв (основной ход, смена мест).

### **7. Развивающие танцы**

Теория: Фигуры развивающих танцев: «Модный рок», «Полька», «Диско».

Практика: Отработка фигур развивающих танцев: «Модный рок», «Полька», «Диско».

### **8. Показательная программа выступлений (открытый урок)**

Практика: Открытые показательные уроки. Участие в районном фестивале «Наши звездочки». Участие в конкурсах «Танцевальный марафон», «Первые шаги», «Хрустальная туфелька».

### **9. Итоговое занятие**

Теория: Подведение итогов, аттестация воспитанников, награждение отличившихся учеников.

Практика: Открытое занятие для родителей.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### **Личностные результаты:**

- Сформированность внутренней позиции учащегося, через интерес к танцевальным, гимнастическим упражнениям.
- Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.
- Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественнотворческой и танцевальной способности.
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
- Знание правил и поведения этикета.

### **Метапредметные результаты:**

#### *Познавательные:*

- Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи;
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую (инструкция - движения) и отношения между объектами и процессами.

#### *Регулятивные:*

- Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию.

-Учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения по образцу.

*Коммуникативные:*

-Потребность в общении с учителем.

-Умение слушать и вступать в диалог.

-Умение донести свою позицию до других.

**Предметные результаты:**

-Выполнение танцевальных движений.

-Развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки).

-Развитие чувства ритма.

-Укрепление и развитие мышц корпуса.

-Развитие координации движения.

-Умение ориентироваться в зале и на сцене.

-Умение исполнять упражнения со слитной координацией рук, ног и корпуса.

-Умение исполнять усложненные танцевальные движения.

-Умение выражать свои ощущения в танце.

-Знание и умение исполнять массовые, историко-бытовые, отечественные танцы в соответствии с программой.

-Освоение техники исполнения отдельных фигур и композиций европейской и латиноамериканской программы.

-Умение принимать участие в массовых мероприятиях и показательных выступлениях.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 год обучения

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Примечание
			план	факт	
1.	Вводное занятие. Инструктаж	2			
2.	Танц.разминка. Предназначение танц.разминки.	2			
3.	Повторение пройденного материала 1 года обучения.	2			
4.	Диско. Медленный вальс	2			
5.	Осанка.	2			
6.	Полька. Ча-ча-ча (ритм)	2			
7.	Ча-ча-ча. Диско.	2			
8.	Полька (нов. элем) Ча-ча-ча (шассе)	2			
9.	Полька (нов. элем) Ча-ча-ча (шассе)	2			
10.	Ча-ча-ча (упр. на руки)	2			
11.	Повороты. Полька	2			
12.	Медленный вальс. Баланс. Полька	2			
13.	М.в. (перемены) Диско	2			
14.	Диско	2			
15.	Диско. Полька. Медленный вальс	2			
16.	Медленный вальс (подъём, спуск). Полька (галоп)	2			
17.	Самба (ритм) Ча-ча-ча (основ. движение)	2			
18.	Полька (нов) Диско (нов)	2			
19.	Полька (нов) Диско (нов)	2			
20.	Модный рок(изучение), Медленный вальс (левый квадрат)	2			
21.	Модный рок. Диско.	2			
22.	Диско. Полька	2			
23.	Полька. Подготовка к выступлению. Диско М.В. Перемены.	2			
24.	Подготовка к выступлению. Модный рок	2			
25.	Ча-ча-ча. Ритм. Подготовка к выступлению	2			
26.	Диско. Дорожка.	2			
27.	Композиции «Малинки», Сальса – тропикана.	2			
28.	Композиции к выступлению. Дорожка. Сальса тропикана.	2			
29.	Медленный вальс (большой квадрат) Сальса тропикана. Комп.к выступл.	2			

30.	Модный рок. Повороты, Медл. вальс (правый поворот)	2			
31.	Медленный вальс (перемены вперед-назад) Комп. к выступлению. Джайв	2			
32.	Самба (основное движение вперед, ритм)	2			
33.	Джайв (Малинки), подготовка к новогодним выступлениям.	2			
34.	Выступление на Новогоднем празднике	2			
35.	Повтор пройденного материала.	2			
36.	Повтор пройденного материала. Джайв.	2			
37.	Подготовка выступлений.	2			
38.	Модный рок, квикстеп, Медленный вальс	2			
39.	Квикстеп, Медленный вальс, Самба.	2			
40.	Ча-ча-ча. Медленный вальс, Молодежный	2			
41.	Самба. Молодежный	2			
42.	Медленный вальс. Квикстеп. Ча-ча-ча.	2			
43.	Самба. Полька. Ча-ча-ча.	2			
44.	Ча-ча-ча. Венский вальс, Самба.	2			
45.	Венский вальс. Самба. Ча-ча-ча.	2			
46.	Развивающие танцы. Самба.	2			
47.	Подготовка к выступлениям.	2			
48.	Показательная концертная программа «Мы объявляем мир»	2			
49.	Развивающие танцы. Самба, Квикс.	2			
50.	Венский вальс. Вальс «Дружбы»	2			
51.	Вальс «Дружбы» Подготовка к выступлению.	2			
52.	Самба. Ча-ча-ча. Венский вальс. Медленный вальс.	2			
53.	Молодежный. Джайв, Венский вальс.	2			
54.	Развивающие танцы, Квикстеп.	2			
55.	Развивающие танцы. Самба.	2			
56.	Ча-ча-ча. Джайв. Медл.вальс	2			
57.	Общая танцевальная подготовка. Музыкальные ритмы.	2			
58.	Самба. Развивающие танцы.	2			

59.	Ча-ча-ча. Медл.вальс, Венский вальс.	2			
60.	Квикстеп. Джайв. Развивающие танцы.	2			
61.	Медленный вальс. Квикстеп, Самба.	2			
62.	Общетанцевальная подготовка. Развивающие танцы. Ча-ча-ча.	2			
63.	Джайв. Квикстеп. Ча-ча-ча.	2			
64.	Подготовка к выступлениям.	2			
65.	Общетанцевальная подготовка. Самба. Медленный вальс.	2			
66.	Венский вальс. Самба. Ча-ча-ча.	2			
67.	Джайв. Самба. Венский вальс.	2			
68.	Повтор пройденного материала. Развивающие танцы.	2			
69.	Самба. Ча-ча-ча. Квикстеп.	2			
70.	Джайв. Самба. Квикстеп.	2			
71.	Заключительное занятие. Подведение итогов. Награждение лучших воспитанников.	4			
	Итого	144			

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА № 182  
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете  
ГБОУ СОШ № 182  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 29.08.2019



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 400 от 29.08.2019  
Директор ГБОУ СОШ № 182  
В.В.Адамович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
к дополнительной общеобразовательной программе

**«Росчерком по паркету»**

Год обучения: 3  
Группа №  
Возраст учащихся 7-17 лет

Разработчик:  
Ячмененко Александр Анатольевич,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2019

## **Особенности организации образовательного процесса**

На третьем году обучения идёт усовершенствование танцевальных навыков.

### **Задачи программы:**

#### **Образовательные:**

- Изучение основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
- Изучение основ конкретного ритмического рисунка танцев разных программ.
- Изучение основ структуры танца, построение композиций.
- Изучение подготовительных подводящих, простейших базовых фигур и движений.
- Изучение техники, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах.
- Изучение музыкальной грамоты.
- Знакомство с основами этикета.

#### **Развивающие:**

- Развитие понимания основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
- Развитие физических качеств (ловкость, быстрота, гибкость, функции равновесия, прыгучесть, выносливость).
- Развитие навыков участия в спортивных турнирах, фестивалях и конкурсах.
- Развитие творческой активности и артистизма на основе полученных технических знаний бальной хореографии.
- Развитие внимательности и наблюдательности, творческого воображения и фантазии через упражнения.
- Развитие координации движения.
- Развитие навыков самостоятельной работы и работы в паре.
- Развитие и совершенствование индивидуального уровня исполнительского мастерства.

#### **Воспитательные:**

- Воспитание стойкого интереса и целеустремленности к танцевальному спорту.
- Воспитание настойчивости, чувства прекрасного.
- В нравственном воспитании - формирование дружбы и товарищества, достоинства и чести, чувства долга и ответственности, дисциплинированности, скромности и требовательности к себе, культуры поведения.
- В трудовом воспитании - формирование спортивного трудолюбия, творческой активности и самостоятельности.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### **Личностные результаты:**

- Сформированность внутренней позиции учащегося, через интерес к танцевальным, гимнастическим упражнениям.
- Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.
- Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
- Знание правил и поведения этикета;

### **Метапредметные результаты:**

#### **Познавательные:**

- Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую (инструкция- движения) и отношения между объектами и процессами.

*Регулятивные:*

- Волевая саморегуляция как способность к волевому усилию.
- Учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения по образцу.

*Коммуникативные:*

- Потребность в общении с учителем.
- Умение слушать и вступать в диалог.
- Умение донести свою позицию до других.

**Предметные результаты:**

- Выполнение танцевальных движений.
- Развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки).
- Развитие чувства ритма.
- Укрепление и развитие мышц корпуса.
- Развитие координации движения.
- Умение ориентироваться в зале и на сцене.
- Умение исполнять упражнения со слитной координацией рук, ног и корпуса.
- Умение исполнять усложненные танцевальные движения.
- Умение выражать свои ощущения в танце.
- Знание и умение исполнять массовые, историко-бытовые, отечественные танцы в соответствии с программой.
- Освоение техники исполнения отдельных фигур и композиций европейской и латиноамериканской программы.
- Умение принимать участие в массовых мероприятиях и показательных выступлениях.

**Содержание программы**

**1. Вводное занятие**

Теория: инструктаж по ТБ.

Практика: Показательное выступление лучших воспитанников коллектива.

**2. Комплекс общеразвивающих физических и специальных танцевальных упражнений**

Теория: рассказ о предназначении разминки для первоначального разогрева мышц, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика.)

Практика: Разминка проводится дежурной парой и дополняется тренером педагогом.

Специальные упражнения предназначены для достижения конкретной цели данного занятия:

- упражнения на вращение и баланс;
- упражнения для латиноамериканской программы;
- упражнения для европейской программы;
- упражнения для конкретного танца.

**3. Музыкальные ритмы**

Теория: Музыкальные ритмы совершенствование знаний (звук, мелодия, кульминационная точка, динамические оттенки, характер музыкального произведения, темп, такт, затакт).

Практика: сложные примеры танцевальной музыки с тренировкой прохлопывания и протопывания.

**4.Общетанцевальная подготовка**

Практика: разминочную часть занятия состоит из различных диско-композиций, состоящих из набора элементарных и наиболее характерных движений джазовых и латиноамериканских танцев и служит для растанцовки обучающихся.

**5.Европейская программа**

Теория: Изучение основных элементов европейских танцев: Медленный вальс; Танго; Квикстеп; Венский вальс. Повторение и закрепление ранее изученного материала.

Практика: Отработка фигур европейских танцев: Медленный вальс. Танго. Квикстеп Венский вальс. Повторение и закрепление ранее изученного материала Е класса. Отработка соединений, рекомендованных СТСП для Е класса.

#### **6. Латино-американская программа**

Теория: Изучение основных элементов латиноамериканских танцев. Повторение и закрепление ранее изученного материала. Отработка простейших соединений: Самба, Ча-Ча-Ча, Румба, Джайв.

Практика: Отработка фигур: Самба (самба ход, Виск, поворот под рукой); Ча-Ча-Ча (основной ход, Нью-Йорк, поворот под рукой); Румба (основной ход, Нью-Йорк, поворот под рукой); Джайв (основной ход, смена мест). Повторение и закрепление ранее изученного материала Е класса. Отработка соединений, рекомендованных СТСП для Е класса.

#### **7. Развивающие танцы**

Практика: Отработка фигур развивающих танцев.

#### **8. Показательная программа выступлений.**

Практика: Открытые показательные уроки. Участие в районных, городских, всероссийских и международных соревнованиях.

#### **9. Итоговое занятие**

Теория: Подведение итогов освоения программы. Рекомендации учащимся.

Практика: Аттестация обучающихся, выдача лучшим учащимся документа с перечислением танцевальных фигур изученных танцев, награждение отличившихся учеников, показательное выступление.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН****3 –й год обучения**

№ п/п	Содержание тем	Кол-во часов	План	Факт	Примечание
1	Вводное занятие. Инструктаж	2			
2	Танцевальная разминка. Рассказ о предназначении танцевальной разминки (повтор пройденного материала)	2			
3	Повтор пройденного материала. Музыкальный ритм.	2			
4	Повтор пройденного материала. Танцевальные упражнения (медл. вальс)	2			
5	Медленный вальс, ча-ча-ча (упражнения, ритм).	2			
6	Самба, ча-ча-ча (упражнения, ритм).	2			
7	. Медленный вальс (левый поворот, перемены). Развивающие упражнения.	2			
8	Ча-ча-ча (спот-поворот), медл.вальс (повтор).	2			
9	Развивающие игры, бесконечный галоп, полька, ритмический фокстрот.	2			
10	Ритм, медл.вальс (правый и левый повороты). Разучивание танца «Диско».	2			
11	Ча-ча-ча (ритм, отработка основных фигур), бесконечный галоп, медленный вальс.	2			
12	Виды упражнений на осанку. Джайв, медленный вальс.	2			
13	Диско, ча-ча-ча, ритмический фокстрот.	2			
14	Джайв (основное движение), самба (отработка фигур).	2			
15	Отработка пройденного материала (самба, ча-ча-ча, медленный вальс).	2			
16	Медленный вальс (две перемены вперед и назад, большой квадрат), полька.	2			
17	Вращения и баланс. Джайв (основной ход).	2			
18	Правильная ориентация в зале.	2			

19	Диско, полька, ча-ча-ча.	2			
20	Вальс, ритмический фокстрот, джайв.	2			
21	Осанка. Джайв, самба, ча-ча-ча.	2			
22	Вальс, ритмический фокстрот, джайв.	2			
23	Повтор танцев, подготовка к выступлению ко Дню матери.	2			
24	Медленный вальс, диско, самба (ритм).	2			
25	Медленный вальс, ча-чача, самба.	2			
26	Ритмический фокстрот, ча-ча-ча.	2			
27	Перенос веса, «прогон» танцев «Ча-ча-ча», «Медленный вальс», «Джайв».	2			
28	Вальс дружбы (повтор), медленный вальс, самба (колени).	2			
29	Повтор танцев, подготовка к новогоднему празднику и аттестации	2			
30	Диско, ритмический фокстрот, джайв.	2			
31	Вальс дружбы, самба, ча-ча-ча.	2			
32	Ча-ча-ча (Нью-Йорк), самба (основное движение, квадрат).	2			
33	Медленный вальс (перемены, повороты), ча-ча-ча (локстэп).	2			
34	Ча-ча-ча (тайм-степ назад), самба (виск).	2			
35	Медленный вальс, диско, джайв (кики).	2			
36	Медленный вальс, ча-ча-ча, джайв.	2			
37	Ча-ча-ча, самба, квикстеп.	2			
38	Ча-ча-ча (тайм-степ на месте), самба, диско.	2			
39	Повтор танца «Модный рок», полька, бесконечный галоп.	2			
40	Модный рок, ча-ча-ча, медленный вальс.	2			
41	Ча-ча-ча, медленный вальс, самба.	2			
42	Самба (самба-ход в проминате), медленный вальс.	2			
43	Квикстеп, ча-ча-ча, самба.	2			
44	Самба, полька, ча-ча-ча.	2			
45	Ча-ча-ча (отработка раскрытия, постановка рук), самба.	2			
46	Джайв, самба, квикстеп.	2			

47	Самба (ритмы), ча-ча-ча (композиция), медленный вальс (композиция).	2			
48	Подготовка к выступлениям.	2			
49	Развивающие танцы, медленный вальс (правила ведения в паре).	2			
50	Развивающие танцы, ритмический фокстрот, самба.	2			
51	Дорожка. Джайв, ча-ча-ча.	2			
52	Квикстеп (четвертной поворот), самба (самба-ход на месте).	2			
53	Самба (композиция), медленный вальс (композиция)	2			
54	Молодежный. Джайв (основной ход, перенос веса), квикстеп (композиция)	2			
55	Развивающие танцы (сальса-тропикана), ритмический фокстрот.	2			
56	Молодежный (поворот, раскрытие), самба, медленный вальс.	2			
57	Медленный вальс (подъемы, спуски, баланс), ча-ча-ча (композиция).	2			
58	Ча-ча-ча (ритм, композиция), самба, медленный вальс	2			
59	Самба (виск в повороте), развивающие танцы, квикстеп.	2			
60	Ча-ча-ча, медленный вальс, танго (ритм).	2			
61	Квикстеп, джайв, танго (основной ход).	2			
62	Медленный вальс, танго (упражнения), самба (композиция).	2			
63	Общетанцевальная подготовка. Развивающие танцы. Ча-ча-ча.	2			
64	Джайв, ча-ча-ча, квикстеп, танго.	2			
65	Подготовка к выступлению, развивающие танцы.	2			
66	Отработка композиций (самба, ча-ча-ча, медленный вальс).	2			
67	Самба, венский вальс (ритм).	2			
68	Венский вальс (правый поворот), медленный вальс, джайв.	2			
69	Прогон танцев, подготовка к выступлениям	2			

70	Медленный вальс (баланс), ча-ча-ча, венский (повтор).	2			
71	Повтор всех танцев.	2			
72	Заключительное занятие. Подведение итогов. Награждение лучших учащихся.	2			
	Итого:	144			