

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 182  
Красногвардейского района  
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
протокол от 28.08.2020 № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом от 28.08.2020 № 244  
Директор ГБОУ СОШ № 182  
\_\_\_\_\_ В. В. Адамович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

**«Росчерком по паркету»**

Год обучения 1  
Группа №  
Возраст учащихся 7-15 лет

Разработчик:  
Ячмененко Александр Анатольевич,  
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2020-2021 учебный год

## **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. Комплектование групп.**

Теория: Рассказ об объединении, собеседование, запись в группы.

### **2. Вводное занятие**

Теория: знакомство, инструктаж по охране труда.

Практика: пробное занятие. Показательное выступление подготовленной пары.

### **3. 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. Общтанцевальная подготовка**

Практика: как правило, общтанцевальная 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   | 2            | 11.09 |      |            |
| 2     | Понятие танцевальная разминка, ее предназначение.                               | 2            | 17.09 |      |            |
| 3     | Виды танцевальной разминки.   | 2            | 18.09 |      |            |
| 4     | ОФП. Музыкальный ритм.  | 2            | 24.09 |      |            |
| 5     | Танец «О-ля-ля!». Виды танцевальных упражнений.                                 | 2            | 25.09 |      |            |
| 6     | Танец «О-ля-ля», медленный вальс (упражнения, ритм).                            | 2            | 01.10 |      |            |
| 7     | Танец «Ча-ча-ча» (упражнения, ритм).  | 2            | 02.10 |      |            |
| 8     | Музыкальные ритмы.  | 2            | 08.10 |      |            |
| 9     | Ча-ча-ча (шассе на месте, чек вперед, основной ход назад), вальс, «О-ля-ля».    | 2            | 09.10 |      |            |
| 10    | Развивающие игры, бесконечный галоп, вальс, «О-ляля».                           | 2            | 15.10 |      |            |
| 11    | Ритм, изучение медленного вальса (малый квадрат). «Полька».                     | 2            | 16.10 |      |            |
| 12    | Ча-ча-ча (ритм, основное движение), бесконечный галоп, медленный вальс.         | 2            | 22.10 |      |            |
| 13    | Осанка. Полька, медленный вальс.  | 2            | 23.10 |      |            |
| 14    | Танец папуасов, вальс, «О-ля-ля», полька.                                       | 2            | 29.10 |      |            |
| 15    | Танец папуасов, ча-ча-ча (основное движение).                                   | 2            | 30.10 |      |            |
| 16    | «Летка Енька».  | 2            | 05.11 |      |            |
| 17    | Медленный вальс (две перемены вперед и назад, малый квадрат), полька.           | 2            | 06.11 |      |            |
| 18    | Медленный вальс, диско, полька.   | 2            | 12.11 |      |            |
| 19    | Развивающие танцы.  | 2            | 13.11 |      |            |
| 20    | Диско, полька, ча-ча-ча.  | 2            | 19.11 |      |            |
| 21    | Вальс, «О-ля-ля», медленный вальс, ча-ча-ча.                                    | 2            | 20.11 |      |            |
| 22    | Полька, бесконечный галоп. Осанка.  | 2            | 26.11 |      |            |
| 23    | Полька, медленный вальс, ча-ча-ча.  | 2            | 27.11 |      |            |
| 24    | Повтор танцев, подготовка к выступлению ко Дню матери.                          | 2            | 03.12 |      |            |
| 25    | Медленный вальс, диско.   | 2            | 04.12 |      |            |
| 26    | Медленный вальс, чача-ча, «Летка Енька».  | 2            | 10.12 |      |            |
| 27    | Полька, ча-ча-ча.   | 2            | 11.12 |      |            |
| 28    | Перенос веса, «прогон» танцев «Ча-ча-ча», «Медленный вальс», «Полька», «Диско». | 2            | 17.12 |      |            |
| 29    | Вальс дружбы, медленный вальс, самба (колени).                                  | 2            | 18.12 |      |            |
| 30    | Повтор танцев, подготовка к новомуднему празднику.                              | 2            | 24.12 |      |            |

|    |   |   |       |  |  |
|----|---|---|-------|--|--|
| 31 | Полька, диско, медленный вальс.                                       | 2 | 25.12 |  |  |
| 32 | Вальс дружбы, вальс, «О-ля-ля», самба (перенос веса)                  | 2 | 31.12 |  |  |
| 33 | Ча-ча-ча (Нью-Йорк), самба (основное движение).                       | 2 | 14.01 |  |  |
| 34 | Медленный вальс (правый поворот), полька.                             | 2 | 15.01 |  |  |
| 35 | Ча-ча-ча (тайм-степ назад), самба (виск).                             | 2 | 21.01 |  |  |
| 36 | Медленный вальс, диско, джайв (прыжки).                               | 2 | 22.01 |  |  |
| 37 | Вальс «Дружбы», ча-ча-ча, полька.                                     | 2 | 28.01 |  |  |
| 38 | Ча-ча-ча, самба, полька.  | 2 | 29.01 |  |  |
| 39 | Ча-ча-ча (тайм-степ на месте), самба, диско.                          | 2 | 04.02 |  |  |
| 40 | «Модный рок», полька, бесконечный галоп.                              | 2 | 05.02 |  |  |
| 41 | Модный рок, ча-ча-ча, медленный вальс.                                | 2 | 11.02 |  |  |
| 42 | Ча-ча-ча, медленный вальс, самба.                                     | 2 | 12.02 |  |  |
| 43 | Самба (основное движение, виск, отработка пружинки), медленный вальс. | 2 | 18.02 |  |  |
| 44 | Медленный вальс, ча-ча-ча, самба.                                     | 2 | 19.02 |  |  |
| 45 | Самба, полька, ча-ча-ча.  | 2 | 25.02 |  |  |
| 46 | Ча-ча-ча (отработка раскрытия, постановка рук), самба.                | 2 | 26.02 |  |  |
| 47 | Вальс «Дружбы», модный рок.   | 2 | 04.03 |  |  |
| 48 | Самба (ритмы), ча-ча-ча (композиция), медленный вальс (композиция).   | 2 | 05.03 |  |  |
| 49 | Подготовка к выступлениям.  | 2 | 11.03 |  |  |
| 50 | Развивающие танцы, медленный вальс (правила ведения в паре).          | 2 | 12.03 |  |  |
| 51 | Развивающие танцы, ритмический фокстрот, самба.                       | 2 | 18.03 |  |  |
| 52 | Вальс «Дружбы», модный рок, дорожка.                                  | 2 | 19.03 |  |  |
| 53 | Вальс «Дружбы», ча-ча-ча, дорожка.                                    | 2 | 25.03 |  |  |
| 54 | Самба. Диско, медленный вальс.  | 2 | 26.03 |  |  |
| 55 | Молодежный. Джайв (основной ход, перенос веса), диско.                | 2 | 01.04 |  |  |
| 56 | Развивающие танцы (сальса-тропикана), ритмический фокстрот.           | 2 | 02.04 |  |  |
| 57 | Молодежный (поворот, раскрытие), самба, медленный вальс.              | 2 | 08.04 |  |  |
| 58 | Медленный вальс (подъемы, спуски, баланс), ча-ча-ча (композиция).     | 2 | 09.04 |  |  |
| 59 | Ча-ча-ча (ритм, композиция), самба, медленный вальс                   | 2 | 15.04 |  |  |
| 60 | Самба, развивающие танцы, полька.                                     | 2 | 16.04 |  |  |
| 61 | Ча-ча-ча, медленный вальс, диско.                                     | 2 | 22.04 |  |  |
| 62 | Ритмический фокстрот, джайв.  | 2 | 23.04 |  |  |
| 63 | Медленный вальс, дорожка, самба.                                      | 2 | 29.04 |  |  |

|    |  |     |       |  |  |
|----|--|-----|-------|--|--|
| 64 | Общетанцевальная подготовка.<br>Развивающие танцы. Ча-ча-ча.               | 2   | 30.04 |  |  |
| 65 | Джайв, полька, ча-ча-ча.   | 2   | 06.05 |  |  |
| 66 | Подготовка к выступлению,<br>развивающие танцы.                            | 2   | 07.05 |  |  |
| 67 | Отработка композиций (самба, ча-ча-ча,<br>медленный вальс).                | 2   | 13.05 |  |  |
| 68 | Самба, ча-ча-ча, диско.  | 2   | 14.05 |  |  |
| 69 | Ритмический фокстрот, медленный вальс,<br>джайв.                           | 2   | 20.05 |  |  |
| 70 | Медленный вальс (баланс), ча-ча-ча, полька.                                | 2   | 21.05 |  |  |
| 71 | Заключительное занятие. Подведение<br>итогов. Награждение лучших учащихся. | 4   | 27.05 |  |  |
|    | Итого  | 144 |       |  |  |

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 182  
Красногвардейского района  
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
протокол от 28.08.2020 № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом от 28.08.2020 № 244  
Директор ГБОУ СОШ № 182  
\_\_\_\_\_ В. В. Адамович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

**«Росчерком по паркету»**

Год обучения 2

Группа №

Возраст учащихся 7-15 лет

Разработчик:  
Ячмененко Александр Анатольевич,  
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2020-2021 учебный год



### **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. Общтанцевальная 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            | 10.09 |      |            |
| 2.  | Танц.разминка. Предназначение танц.разминки.                        | 2            | 11.09 |      |            |
| 3.  | Повторение пройденного материала 1 года обучения.                   | 2            | 17.09 |      |            |
| 4.  | Диско. Медленный вальс  | 2            | 18.09 |      |            |
| 5.  | Осанка.   | 2            | 24.09 |      |            |
| 6.  | Полька. Ча-ча-ча (ритм)   | 2            | 25.09 |      |            |
| 7.  | Ча-ча-ча. Диско.  | 2            | 01.10 |      |            |
| 8.  | Полька (нов. элем) Ча-ча-ча (шассе)                                 | 2            | 02.10 |      |            |
| 9.  | Полька (нов. элем) Ча-ча-ча (шассе)                                 | 2            | 08.10 |      |            |
| 10. | Ча-ча-ча (упр. на руки)   | 2            | 09.10 |      |            |
| 11. | Повороты. Полька  | 2            | 15.10 |      |            |
| 12. | Медленный вальс. Баланс. Полька                                     | 2            | 16.10 |      |            |
| 13. | М.в. (перемены) Диско   | 2            | 22.10 |      |            |
| 14. | Диско   | 2            | 23.10 |      |            |
| 15. | Диско. Полька. Медленный вальс                                      | 2            | 29.10 |      |            |
| 16. | Медленный вальс (подъём, спуск). Полька (галоп)                     | 2            | 30.10 |      |            |
| 17. | Самба (ритм) Ча-ча-ча (основ. движение)                             | 2            | 05.11 |      |            |
| 18. | Полька (нов) Диско (нов)  | 2            | 06.11 |      |            |
| 19. | Полька (нов) Диско (нов)  | 2            | 12.11 |      |            |
| 20. | Модный рок(изучение), Медленный вальс (левый квадрат)               | 2            | 13.11 |      |            |
| 21. | Модный рок. Диско.  | 2            | 19.11 |      |            |
| 22. | Диско. Полька   | 2            | 20.11 |      |            |
| 23. | Полька. Подготовка к выступлению. Диско М.В. Перемены.              | 2            | 26.11 |      |            |
| 24. | Подготовка к выступлению. Модный рок                                | 2            | 27.11 |      |            |
| 25. | Ча-ча-ча. Ритм. Подготовка к выступлению                            | 2            | 03.12 |      |            |
| 26. | Диско. Дорожка.   | 2            | 04.12 |      |            |
| 27. | Композиции «Малинки», Сальса – тропикана.                           | 2            | 10.12 |      |            |
| 28. | Композиции к выступлению. Дорожка. Сальса тропикана.                | 2            | 11.12 |      |            |
| 29. | Медленный вальс (большой квадрат) Сальса тропикана. Комп.к выступл. | 2            | 17.12 |      |            |
| 30. | Модный рок. Повороты, Медл. вальс (правый поворот)                  | 2            | 18.12 |      |            |

|     |  |   |       |  |  |
|-----|--|---|-------|--|--|
| 31. | Медленный вальс (перемены вперед-назад) Комп. к выступлению. Джайв | 2 | 24.12 |  |  |
| 32. | Самба (основное движение вперед, ритм)                             | 2 | 25.12 |  |  |
| 33. | Джайв (Малинки), подготовка к новогодним выступлениям.             | 2 | 31.12 |  |  |
| 34. | Выступление на Новогоднем празднике                                | 2 | 14.01 |  |  |
| 35. | Повтор пройденного материала.                                      | 2 | 15.01 |  |  |
| 36. | Повтор пройденного материала. Джайв.                               | 2 | 21.01 |  |  |
| 37. | Подготовка выступлений.  | 2 | 22.01 |  |  |
| 38. | Модный рок, квикстеп, Медленный вальс                              | 2 | 28.01 |  |  |
| 39. | Квикстеп, Медленный вальс, Самба.                                  | 2 | 29.01 |  |  |
| 40. | Ча-ча-ча. Медленный вальс, Молодежный                              | 2 | 04.02 |  |  |
| 41. | Самба. Молодежный  | 2 | 05.02 |  |  |
| 42. | Медленный вальс. Квикстеп. Ча-ча-ча.                               | 2 | 11.02 |  |  |
| 43. | Самба. Полька. Ча-ча-ча.   | 2 | 12.02 |  |  |
| 44. | Ча-ча-ча. Венский вальс, Самба.                                    | 2 | 18.02 |  |  |
| 45. | Венский вальс. Самба. Ча-ча-ча.                                    | 2 | 19.02 |  |  |
| 46. | Развивающие танцы. Самба.  | 2 | 25.02 |  |  |
| 47. | Подготовка к выступлениям.   | 2 | 26.02 |  |  |
| 48. | Показательная концертная программа «Мы объявляем мир»              | 2 | 04.03 |  |  |
| 49. | Развивающие танцы. Самба, Квикс.                                   | 2 | 05.03 |  |  |
| 50. | Венский вальс. Вальс «Дружбы»                                      | 2 | 11.03 |  |  |
| 51. | Вальс «Дружбы» Подготовка к выступлению.                           | 2 | 12.03 |  |  |
| 52. | Самба. Ча-ча-ча. Венский вальс. Медленный вальс.                   | 2 | 18.03 |  |  |
| 53. | Молодежный. Джайв, Венский вальс.                                  | 2 | 19.03 |  |  |
| 54. | Развивающие танцы, Квикстеп.                                       | 2 | 25.03 |  |  |
| 55. | Развивающие танцы. Самба.  | 2 | 26.03 |  |  |
| 56. | Ча-ча-ча. Джайв. Медл.вальс  | 2 | 01.04 |  |  |
| 57. | Общая танцевальная подготовка. Музыкальные ритмы.                  | 2 | 02.04 |  |  |
| 58. | Самба. Развивающие танцы.  | 2 | 08.04 |  |  |
| 59. | Ча-ча-ча. Медл.вальс, Венский вальс.                               | 2 | 09.04 |  |  |

|     |  |     |       |  |  |
|-----|--|-----|-------|--|--|
| 60. | Квикстеп. Джайв. Развивающие танцы.  | 2   | 15.04 |  |  |
| 61. | Медленный вальс. Квикстеп, Самба.  | 2   | 16.04 |  |  |
| 62. | Общетанцевальная подготовка. Развивающие танцы. Ча-ча-ча.                    | 2   | 22.04 |  |  |
| 63. | Джайв. Квикстеп. Ча-ча-ча.   | 2   | 23.04 |  |  |
| 64. | Подготовка к выступлениям.   | 2   | 29.04 |  |  |
| 65. | Общетанцевальная подготовка. Самба. Медленный вальс.                         | 2   | 30.04 |  |  |
| 66. | Венский вальс. Самба. Ча-ча-ча.  | 2   | 06.05 |  |  |
| 67. | Джайв. Самба. Венский вальс.   | 2   | 07.05 |  |  |
| 68. | Повтор пройденного материала. Развивающие танцы.                             | 2   | 13.05 |  |  |
| 69. | Самба. Ча-ча-ча. Квикстеп.   | 2   | 14.05 |  |  |
| 70. | Джайв. Самба. Квикстеп.  | 2   | 20.05 |  |  |
| 71. | Заключительное занятие. Подведение итогов. Награждение лучших воспитанников. | 4   | 21.05 |  |  |
|     | Итого  | 144 |       |  |  |

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 182  
Красногвардейского района  
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
протокол от 28.08.2020 № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом от 28.08.2020 № 244  
Директор ГБОУ СОШ № 182  
\_\_\_\_\_ В. В. Адамович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

**«Росчерком по паркету»**

Год обучения 3

Группа №

Возраст учащихся 7-15 лет

Разработчик:  
Ячмененко Александр Анатольевич,  
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2020-2021 учебный год

## **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 охране труда.

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 СТСР 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 СТСР 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

| № п\п | Содержание тем   | Кол-во часов | План  | Факт | Примечание |
|-------|--|--------------|-------|------|------------|
| 1     | Вводное занятие. Инструктаж  | 2            | 07.09 |      |            |
| 2     | Танцевальная разминка. Рассказ о предназначении танцевальной разминки (повтор пройденного материала) | 2            | 08.09 |      |            |
| 3     | Повтор пройденного материала. Музыкальный ритм.  | 2            | 14.09 |      |            |
| 4     | Повтор пройденного материала. Танцевальные упражнения (медл. вальс)                                  | 2            | 15.09 |      |            |
| 5     | Медленный вальс, ча-ча-ча (упражнения, ритм).  | 2            | 21.09 |      |            |
| 6     | Самба, ча-ча-ча (упражнения, ритм).  | 2            | 22.09 |      |            |
| 7     | . Медленный вальс (левый поворот, перемены). Развивающие упражнения.                                 | 2            | 28.09 |      |            |
| 8     | Ча-ча-ча (спот-поворот), медл.вальс (повтор).  | 2            | 29.09 |      |            |
| 9     | Развивающие игры, бесконечный галоп, полька, ритмический фокстрот.                                   | 2            | 05.10 |      |            |
| 10    | Ритм, медл.вальс (правый и левый повороты). Разучивание танца «Диско».                               | 2            | 06.10 |      |            |
| 11    | Ча-ча-ча (ритм, отработка основных фигур), бесконечный галоп, медленный вальс.                       | 2            | 12.10 |      |            |
| 12    | Виды упражнений на осанку. Джайв, медленный вальс.   | 2            | 13.10 |      |            |
| 13    | Диско, ча-ча-ча, ритмический фокстрот.   | 2            | 19.10 |      |            |
| 14    | Джайв (основное движение), самба (отработка фигур).  | 2            | 20.10 |      |            |
| 15    | Отработка пройденного материала (самба, ча-ча-ча, медленный вальс).                                  | 2            | 26.10 |      |            |
| 16    | Медленный вальс (две перемены вперед и назад, большой квадрат), полька.                              | 2            | 27.10 |      |            |
| 17    | Вращения и баланс. Джайв (основной ход).   | 2            | 02.11 |      |            |
| 18    | Правильная ориентация в зале.  | 2            | 03.11 |      |            |
| 19    | Диско, полька, ча-ча-ча.   | 2            | 09.11 |      |            |

|    |   |   |       |  |  |
|----|---|---|-------|--|--|
| 20 | Вальс, ритмический фокстрот, джайв.                                   | 2 | 10.11 |  |  |
| 21 | Осанка. Джайв, самба, ча-ча-ча.                                       | 2 | 16.11 |  |  |
| 22 | Вальс, ритмический фокстрот, джайв.                                   | 2 | 17.11 |  |  |
| 23 | Повтор танцев, подготовка к выступлению ко Дню матери.                | 2 | 23.11 |  |  |
| 24 | Медленный вальс, диско, самба (ритм).                                 | 2 | 24.11 |  |  |
| 25 | Медленный вальс, ча-чача, самба.                                      | 2 | 30.11 |  |  |
| 26 | Ритмический фокстрот, ча-ча-ча.                                       | 2 | 01.12 |  |  |
| 27 | Перенос веса, «прогон» танцев «Ча-ча-ча», «Медленный вальс», «Джайв». | 2 | 07.12 |  |  |
| 28 | Вальс дружбы (повтор), медленный вальс, самба (колени).               | 2 | 08.12 |  |  |
| 29 | Повтор танцев, подготовка к новомуднему празднику и аттестации        | 2 | 14.12 |  |  |
| 30 | Диско, ритмический фокстрот, джайв.                                   | 2 | 15.12 |  |  |
| 31 | Вальс дружбы, самба, ча-ча-ча.  | 2 | 21.12 |  |  |
| 32 | Ча-ча-ча (Нью-Йорк), самба (основное движение, квадрат).              | 2 | 22.12 |  |  |
| 33 | Медленный вальс (перемены, повороты), ча-ча-ча (локстэп).             | 2 | 28.12 |  |  |
| 34 | Ча-ча-ча (тайм-степ назад), самба (виск).                             | 2 | 29.12 |  |  |
| 35 | Медленный вальс, диско, джайв (кики).                                 | 2 | 11.01 |  |  |
| 36 | Медленный вальс, ча-ча-ча, джайв.                                     | 2 | 12.01 |  |  |
| 37 | Ча-ча-ча, самба, квикстеп.  | 2 | 18.01 |  |  |
| 38 | Ча-ча-ча (тайм-степ на месте), самба, диско.                          | 2 | 19.01 |  |  |
| 39 | Повтор танца «Модный рок», полька, бесконечный галоп.                 | 2 | 25.01 |  |  |
| 40 | Модный рок, ча-ча-ча, медленный вальс.                                | 2 | 26.01 |  |  |
| 41 | Ча-ча-ча, медленный вальс, самба.                                     | 2 | 01.02 |  |  |
| 42 | Самба (самба-ход в проминате), медленный вальс.                       | 2 | 02.02 |  |  |
| 43 | Квикстеп, ча-ча-ча, самба.  | 2 | 08.02 |  |  |
| 44 | Самба, полька, ча-ча-ча.  | 2 | 09.02 |  |  |
| 45 | Ча-ча-ча (отработка раскрытия, постановка рук), самба.                | 2 | 15.02 |  |  |
| 46 | Джайв, самба, квикстеп.   | 2 | 16.02 |  |  |
| 47 | Самба (ритмы), ча-ча-ча (композиция), медленный вальс                 | 2 | 01.03 |  |  |

|    |   |   |       |  |  |
|----|---|---|-------|--|--|
|    | (композиция).   |   |       |  |  |
| 48 | Подготовка к выступлениям.  | 2 | 02.03 |  |  |
| 49 | Развивающие танцы, медленный вальс (правила ведения в паре).          | 2 | 09.03 |  |  |
| 50 | Развивающие танцы, ритмический фокстрот, самба.                       | 2 | 15.03 |  |  |
| 51 | Дорожка. Джайв, ча-ча-ча.   | 2 | 16.03 |  |  |
| 52 | Квикстеп (четвертной поворот), самба (самба-ход на месте).            | 2 | 22.03 |  |  |
| 53 | Самба (композиция), медленный вальс (композиция)                      | 2 | 23.03 |  |  |
| 54 | Молодежный. Джайв (основной ход, перенос веса), квикстеп (композиция) | 2 | 29.03 |  |  |
| 55 | Развивающие танцы (сальса-тропикана), ритмический фокстрот.           | 2 | 30.03 |  |  |
| 56 | Молодежный (поворот, раскрытие), самба, медленный вальс.              | 2 | 05.04 |  |  |
| 57 | Медленный вальс (подъемы, спуски, баланс), ча-ча-ча (композиция).     | 2 | 06.04 |  |  |
| 58 | Ча-ча-ча (ритм, композиция), самба, медленный вальс                   | 2 | 12.04 |  |  |
| 59 | Самба (виск в повороте), развивающие танцы, квикстеп.                 | 2 | 13.04 |  |  |
| 60 | Ча-ча-ча, медленный вальс, танго (ритм).                              | 2 | 19.04 |  |  |
| 61 | Квикстеп, джайв, танго (основной ход).                                | 2 | 20.04 |  |  |
| 62 | Медленный вальс, танго (упражнения), самба (композиция).              | 2 | 26.04 |  |  |
| 63 | Общештанцевальная подготовка. Развивающие танцы. Ча-ча-ча.            | 2 | 27.04 |  |  |
| 64 | Джайв, ча-ча-ча, квикстеп, танго.                                     | 2 | 04.05 |  |  |
| 65 | Подготовка к выступлению, развивающие танцы.                          | 2 | 11.05 |  |  |
| 66 | Отработка композиций (самба, ча-ча-ча, медленный вальс).              | 2 | 15.05 |  |  |
| 67 | Самба, венский вальс (ритм).  | 2 | 17.05 |  |  |
| 68 | Венский вальс (правый поворот), медленный вальс, джайв.               | 2 | 18.05 |  |  |
| 69 | Прогон танцев, подготовка к выступлениям                              | 2 | 22.05 |  |  |

|    |   |     |       |  |  |
|----|---|-----|-------|--|--|
| 70 | Медленный вальс (баланс), ча-ча-ча, венский (повтор).                   | 2   | 24.05 |  |  |
| 71 | Повтор всех танцев.   | 2   | 25.05 |  |  |
| 72 | Заключительное занятие. Подведение итогов. Награждение лучших учащихся. | 2   | 31.05 |  |  |
|    | Итого:  | 144 |       |  |  |