

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Правительство Санкт-Петербурга**

**Комитет по образованию**

**Администрация Центрального района Санкт-Петербурга**

**ГБОУ СОШ №189**

**РАССМОТРЕНО**

Председателем МС  
ГБОУ школы №189

\_\_\_\_\_

Т.А. Хохлова

Протокол №1 от «30»  
августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Педагогическим  
советом

\_\_\_\_\_

Секретарь О.В. Кудинова  
Протокол №1 от «30»  
августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы №189

\_\_\_\_\_

А.С. Герасименко  
Приказ №166 от «30»  
августа 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Бальные танцы»**

Направленность: физкультурно-спортивные

Возраст обучающихся: 6 - 9 лет

**Санкт-Петербург 2024**

## Пояснительная записка

Программа занятий разработана в соответствии с нормативно-правовой базой ОДОД ГБОУ школы №189 :

Федеральный уровень

Об образовании в Российской Федерации //Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ

О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся» // Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-Ф

Об утверждении Порядка организации и осуществления деятельности по дополнительным общеобразовательным программам //Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 № 196 (с изменениями на 30 сентября 2020 года)

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р

Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"// Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28

Концепция развития дополнительного образования детей //Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р

Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей // Приказ Минпросвещения РФ от 03.09.2019 № 467

Методология (целевая модель) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися // Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 25.12.2019 № Р-145

Региональный уровень

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию // Распоряжение Комитета по образованию от 01.03.2017 № 617-р

Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы» // Распоряжение Комитета по образованию от 16.01.2020 № 105-р

Дополнительные общеобразовательные программы:

Общеразвивающие

Предпрофессиональные

ФЗ-273 гл.10, ст.75 .п.2

- Государственная Программа РФ «Развитие образования на 2013-2020», утвержденная Постановлением Правительства РФ №295 от 15.04.2014 (утратила силу 01.01.2018)

- Государственная Программа РФ «Развитие образования 2018-2025» от 26.12.2017 №1642, с изменениями от 19.12.2018

- Указ Президента РФ о создании общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации "Российское движение школьников" от 29.10.2015 №536

- Основные положения «Декларации прав человека», (принята Генеральной Ассамблеей

ООН 10 декабря 1948г.);

- Основные положения «Конвенции о правах ребёнка», (принята Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.)

- Конституция Российской Федерации (Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993г., с учетом изменений, внесенных Законами Российской Федерации о поправках к Конституции РФ (от 30.12.2008г. №6-ФКЗ, от 30.12.2008г. №7-ФКЗ, от 05.02.2014г. №2-ФКЗ, от 21.07.2014г. №11ФКЗ);
  - Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации (от 24.07.1998г. № 124-ФЗ);
  - Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 годы (постановление Правительства РФ от 23.05.2015г. №479);
  - Национальная доктрина образования в РФ до 2025г. (постановление правительства РФ от 04.10.2000г. №751);
  - Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (от 4 июля 2014 г. № 41), 2.4.2.2821-10 "Санитарноэпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (от 29.12.2010г.);
  - Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19);
  - Постановление правительства Санкт-Петербурга от 13 марта 2020 года N 121 «О мерах по противодействию распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19) (с изменениями на 21 августа 2020 года) (редакция, действующая с 31 августа 2020 года);
  - Стандарт безопасной деятельности образовательной организации, в том числе санитарно-гигиенической безопасности, в целях противодействия распространения в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19) разработанный во исполнение подпункта 2
- 5.1. постановления Правительства Санкт-Петербурга от 13.03.2020 № 121 «О мерах по противодействию распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», в соответствии с письмами Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 12.05.2020 № 02/9060- 2020-24 «О направлении рекомендаций по организации работы образовательных организаций в условиях распространения COVID-19» от 14.02.2020 № 02/2230-2020-32 «О проведении профилактических и дезинфекционных мероприятий в организациях общественного питания и пищеблоках образовательных организаций», письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 08.04.2020 № ГД-161/04 «Об организации образовательного процесса».
- Лицензия на осуществление образовательной деятельности (от 21.02.2012 г. № 334, 335);
  - Устав Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №189 Центрального района Санкт-Петербурга от 13.05.2014 г. № 2084-р;
  - Положение об отделении дополнительного образования детей (ОДОД) на базе Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №189 Центрального района Санкт-Петербурга (31.08.2017г.)

## **1.1. Направленность программы**

Направленность программы физкультурно-спортивная

## **1.2. Адресат, объем, срок реализации программы**

Адресат образовательной программы:

Пол, Возраст учащихся: м. п., ж. п., 6-9 лет

Уровень освоения – общекультурный.

Объем и срок реализации программы:

Срок реализации программы 1 год обучения -144 часа

## **1.3. Актуальность программы**

Актуальность данной программы направлена на подготовку профессионального танцора, на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, развить умение добиваться творческого самовыражения через пластику, способствует художественно - эстетическому воспитанию.

Занятия хореографией являются важным фактором повышения самооценки подростков, т.к. дают выход физической энергии, способствуют снятию физического, эмоционального напряжения, развивают чувства ритма, гармонии; воспитывают у занимающихся подростков устойчивый интерес к танцевальной деятельности и приучают к систематическим физическим нагрузкам.

## **1.4. Отличительная особенность программы**

Отличительной особенностью данной программы является то, что она направлена на развитие творческого потенциала детей, обеспечение условий для творческого роста и создание возможностей творческого развития, этому служит художественно-эстетическое воспитание, в частности, занятия хореографией.

С помощью танцевальной лексики можно раскрыть историю народа, его настоящее и будущее, показать добрые и злые стороны человеческой души. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения. Хореография – это массовое искусство доступное всем.

Через изучение основ хореографии, благодаря систематическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Занятия хореографией способствуют развитию общекультурного кругозора, формируют определенные эстетические принципы и ценности, а также позитивные физиологические показатели человека: физическое здоровье и выносливость, гармоничное телосложение

## **1.5. Цели и задачи**

Способствовать формированию интереса к бальному искусству, воспитанию художественного вкуса, культуры восприятия и развитию индивидуальных творческих способностей путем освоения основ хореографического искусства

*Обучающие:*

- ознакомить детей с историей бального танца;
- ознакомить с лучшими бальными традициями, с эстетикой парного исполнения;
- приобрести навыки исполнения танцевальных фигур бальной хореографии;
- изучить и освоить элементы эстрадного танца, их основных творческих и исполнительских закономерностей;
- сформировать у учащихся музыкально - ритмических навыков;
- сформировать навыки правильного и выразительного движения современной хореографии;
- обучить приемам актерского мастерства;
- сформировать навыки организации детьми постановочной работы, концертной и соревновательной деятельности, разучивание танцевальных композиций;

*Развивающие:*

- развивать эстетический и художественный вкус;
- развивать навыки правильного и техничного исполнения
- развивать у обучающихся высокую культуру исполнения танца, основываясь на знаниях теории хореографии;
- развивать индивидуальные творческие способности через создание сценического образа, освоить основы современных ритмов и танцев, пластики движений;
- развивать у учащихся активность и самостоятельность;
- развивать и укреплять в своих силах и знаниях, поиск новых познавательных ориентиров и современных направлений.

*Воспитательные:*

- сформировать мировоззрение гражданскую и нравственную позиции на основе изучения эстрадного наследия, формирование культуры общения;
- выработать у учащихся чувство энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации;
- углубить представления детей об окружающем посредством музыкально-ритмической деятельности;
- способствовать развитию толерантности, общения, активной созидательной жизни, развитию культурного уровня детей;
- сформировать способности адаптироваться в современном обществе.

## **1.6. Условия реализации программы**

В группу набираются дети 6-9 лет. Особые условия не требуются. Наличие базовых знаний не обязательно

Количество детей в группе: 15 человек

Состав группы постоянный, но может изменяться по следующим причинам:

- учащиеся могут быть отчислены при условии систематического непосещения учебных занятий;
- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях.

## **Формы и методы**

### **Формы проведение занятий:**

- фронтальная;
- групповая;
- коллективная;
- индивидуальная;
- внеаудиторная;
- дистанционная.

#### **Формы организации деятельности учащихся на занятии**

Наиболее оптимальной формой является групповое занятие. Оно может быть различными по классификации:

- групповые занятия – тренировки по основным видам движения;
- занятия – соревнования;
- занятия – зачёты;
- самостоятельные занятия;
- лекции и беседы;
- просмотр видеоматериалов различных танцевальных направлений;
- посещение фестивалей, конкурсов районного и городского уровня; участие в мероприятиях,

На занятии по изучению нового материала дается название упражнения, показ. На занятии по закреплению умений и навыков – овладение техникой изучаемого упражнения. Главным является многократное повторение упражнения, а также использование дополнительных методических приемов. Если ошибки в выполнении, то сначала исправляю основные ошибки, а затем второстепенные.

На зачетном занятии – проверка знаний и умений. Ведь задача педагога – не только определить конечную цель, но и отслеживать промежуточные результаты, благодаря которым можно вовремя заметить отклонения в результатах обучения.

Основной формой обучения являются групповые музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого воспитанника. Эта форма помогает создать наиболее благоприятные условия для повышения исполнительского мастерства и результативности, художественного уровня, творческой активности учащихся и их дальнейшего выхода на концертные площадки. Возможны также индивидуальные занятия для наиболее способных ребят, или для отстающих.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития ребенка. На этих занятиях учащиеся получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях. Каждое занятие выстраивается по следующему плану:

Организационная часть – включает в себя построение, поклон, ведение документации, объявление целей и темы урока.

Подготовительная часть (тренаж), которая подготавливает двигательный аппарат, нервную систему, эмоциональное состояние учащихся к основной части занятия.

Основная часть занятия («танцевальная»), заключается в повторении ранее разученного материала, совершенствование ранее полученных навыков; разучивание новых движений, комбинаций, композиций; работа над развернутыми композициями, отработка.

Заключительная часть. В заключительной части необходимо создать условия для того, чтобы восстановить силы, устранить утомление и подвести итоги занятий. Занятие завершается изложением его результатов и заданием на дом.

Различно содержание и время, отведенное на каждую из частей. Отличие есть и в характере вида деятельности обучающихся: на первом и втором году обучения больше

времени в основной части занятия отводится на подражательный, познавательный или практический вид деятельности. А на третьем году обучения используется творческий и коммуникативный виды деятельности.

#### **Материально-техническое оснащение:**

Для занятий по программе необходим танцевальный зал. Который должен отвечать санитарно-техническим требованиям, обеспечиваться тепло- и электроснабжением в пределах общего режима здания, иметь паркетный пол, хорошо проветриваться, отвечать акустическим требованиям для работы с радиоаппаратурой.

Дополнительно для нормального функционирования коллектива необходимы помещения для раздевалок, а также комната отдыха педагогов с местом для хранения радиоаппаратуры, фонограмм, документации, других предметов и средств обучения, необходимых в работе. Для проведения занятий необходимо:

- музыкальный центр;
- колонки;
- флеш-карты и CD-диски с танцевальной музыкой;
- зеркала;
- станок.

В целях визуального контроля обучающихся, периодического разбора их технических ошибок, демонстрации видеоматериалов по хореографическим направлениям и видам эстрадного танца, определяющая развитие хореографического искусства дополнительно в работе, могут использоваться:

- видеокамера;
- DVD-плеер или ноутбук;
- DVD-диски или флеш-карты;
- телевизор или экран;
- учебно-методические видеоматериалы.

Каждому воспитаннику предлагается приобрести для занятий:

- джазовки или мягкие туфли;
- форму танцевальную или спортивную.

### **1.7 Планируемые результаты обучения**

#### ***Личностные результаты:***

сформированность повышенной мотивации к обучению;

- сформированность волевой и произвольной сферы учащихся;
- выраженная сформированность нравственной базы личности;
- динамичное развитие эмоционального интеллекта как базы деятельной социализации личности;
- сформированная патриотическая и гражданственная направленность самосознания и деятельности;
- стремление к изучению и восприятию общепринятых нравственных норм и явлений художественной и эстетической культуры;
- стремление к формированию собственного гармоничного облика.

#### ***Метапредметные результаты:***

- организовывать свое рабочее место;
- самостоятельно контролировать свое время и управлять им;
- адекватно осуществлять оценку своей работы;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учета сделанных ошибок;
- способность к контролю своего физического состояния и совершенствованию физических способностей организма.

#### ***Предметными результатами:***

**знать:**

- виды латиноамериканской и европейской программы танца;
- средства музыкальной выразительности;
- правильная постановка корпуса в выполнении простейших фигур бального танца
- технику исполнения фигур бального танца
- технику выполнения прыжковых движений, вращений и поворотов в разных стилях;
- графические рисунки и перестроения;
- основные сценические точки; создание образа с использованием элементов костюма;
- особенности хореографических движений в разном стиле (латина, стандарт).

**уметь:**

- тактировать руками 2/4, 3/4, 4/4, 5/4, выполнять движения с учетом средств музыкальной выразительности;
- выполнение комплекса простейших, разогревающих движений в комплексе аэробных упражнений;
- выполнение комплекса партерных гимнастических элементов;
- соблюдать правильное положение рук, ног, головы и корпуса в выполнении классического экзерсиса у станка и на середине;
- ориентироваться по сценическим точкам;
- создавать и импровизировать образы в хореографических миниатюрах с использованием аксессуаров и без;
- создавать сюжеты и его развитие в хореографических мини-этюдах;
- исполнять танцевальные элементы и связки в разном стиле; применять полученные знания в процессе обучения; исполнять разнообразные графические рисунки и перестроения;
- исполнять танцевальные композиции.

**Предъявление достижений учащихся**

Уровень освоения программы определяется на основе:

- участие в конкурсах;
- участие на мероприятиях.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ 1 года обучения  
«Спортивно-бальные танцы»**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации и контроля
		Всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Беседа по охране труда. Инструктаж по ТБ и ПДД.	2	1	1	Беседа, опрос.
2	Основы музыкальной грамоты. Ритмы в бальном танце	23	8	15	Устный фронтальный опрос.
3	«Общая физическая подготовка» - разминка	28	2	26	Контрольный урок.
4	Латиноамериканская программа(ча-ча-ча, самба, полька)	30	2	28	Практический показ



5	Игровой стретчинг	30	1	29	Мини- этюд. Зачёт по окончании урока
6	Европейская программа(вальс, квикстеп)	30	2	28	Практический показ
9	Итоговое занятие	1		1	Отчётный показ творческой работы
	Итого	144	16	128	

### Сводный учебный план

#### Сводный план обучения

Номер	Название программы	Год обучения	Количество часов
1	Спортивно-бальные танцы	1 год – 144 часа	144 часа

#### Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Спортивно-бальные танцы» на 2024-2023 год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год			36			2 раза в неделю по 2 часа

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 189  
Центрального района Санкт-Петербурга

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор  
ГБОУ школы № 189

\_\_\_\_\_ А.С. Герасименко  
Приказ № 119  
от « » 2024 г.

«ПРИНЯТА»  
Решением  
Педагогического совета ГБОУ  
школы №189

Протокол № 1  
от « » 2024 г.

«РАССМОТРЕНА»  
Председатель МС  
ГБОУ школы №189

Т.А. Хохлова  
Протокол №1  
от « » 2024 г.

## **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**Спортивно-бальные танцы**  
направленность «спортивная»

Возраст обучающихся: 6-9  
Срок реализации: 1 год

**Составитель: Пантелеев Виталий Викторович,  
Педагог дополнительного образования**

Санкт-Петербург  
2024

## **Особенности организации 1-ого года образовательного процесса**

На первом году обучения ребенок осваивает простейшие разминочные танцы (основной упор на них делается в предмете ритмика, этот предмет ребенок проходит только на первом году обучения 2 раза в неделю по 2 часа).

Разминочные танцы позволяют ему быть более координированным, знать направления движений, углы поворотов. Различать основные особенности музыки: характер, темп жанр. Ребенок осваивает простейшие упражнения общефизической подготовки: для мышц шеи и плечевого пояса; для закрепления мышц спины; для стоп, подъема VI позиции ног; партерный экзерсис, растяжка, упражнения на развитие подвижности суставов.

Осваиваются движения по линии танцев: на носках, каблуках, перекаты стопы, высоко поднимая колени, ход лицом и спиной, бег с подскоками, галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног. Различные построения в колонну по одному, по двое; построение в круг, движение по кругу; положение в парах; свободное размещение в зале с последующим возвращением в круг, колонну.

В данный период делается акцент на развитие координации, пластики, музыкальности, так как способность координировать свои движения у малышей, как правило, находится только в процессе становления. Для детей 1 года обучения характерно также недостаточное развитие ориентировки в пространстве, поэтому в программе большое значение отводится коллективнопорядковым упражнениям. Происходит знакомство с танцами Медленный вальс, Квикстеп, Самба, Ча-Ча-Ча. Изучаются простые базовые элементы этих танцев.

**Цель первого года обучения :** создание условий для саморазвития личности обучающихся в танцевальном спорте как целостном образовательном пространстве. Конкретизируя цель и основываясь на идеях системного-деятельностного и компетентностного подходов,

### **Задачи:**

#### **- личностные:**

Создать образовательное пространство, обеспечивающее успешное личностное развитие обучающихся в разновозрастном объединении: организация совместной деятельности, способствующей сплочению коллектива; сочетание в учебно-воспитательном процессе различных видов деятельности: тренировочной, конкурсно – соревновательной, концертной, проектной и др.; акцентуация нравственных ценностей: следование этикету (взаимодействие в паре) и спортивной культуре.

- воспитывать морально-этические, эстетические качества и личностно-волевые умения

- целеполагания, планирования, контроля и самоконтроля, рефлексии и оценки личностных

- достижений и результатов во время группового, индивидуального и самостоятельного тренировочного процесса.

**- метапредметные:**

Развивать оздоровительно-физкультурную компетентность: позитивное отношение к укреплению здоровья и здоровому образу жизни, умение грамотно подбирать и чередовать упражнения и нагрузки при самостоятельной работе. коммуникативной компетентности: продуктивному сотрудничеству со сверстниками и взрослыми, умению строить конструктивный диалог, высказывать свою позицию и при необходимости отстаивать её во время работы в группе, с партнером; содействовать развитию социальной компетентности: получению опыта успешного участия в различных видах деятельности: тренировочном занятии; познанию в групповом и взаимном обучении, конкурсных выступлениях; ориентация в социальных ролях (тренер, судья, партнер, коллега) и межличностных отношениях.

**- образовательные (предметные):** Формировать предметные и практические компетентности в области танцевального спорта: знание об истории, географии, различных стилях и направлениях танцевального искусства, спортивного бального танца; знание принципов, моральных норм и особенностей парного танцевания, требований к классам спортивного мастерства, организации турниров и соревнований.

### **Планируемый результат первого года обучения**

1. Знать технику исполнения изучаемых основных фигур и фигур, общих для разных танцев, их направления исполнения, варианты позиций рук и ног, способы применения;

2. Знать, характерные для изучаемых танцев вариативные музыкальные ритмы и их интерпретации, применять их, в зависимости от составленной вариации;

3. Уметь владеть балансом в паре, во время исполнения танцев St и Lat;

4. использовать вариативные основы танцев St и Lat для создания яркого образа танца;

5. Навыки взаимодействия в паре и в группе;

6. Владеть взаимодействием в паре;

7. Иметь хорошую физическую форму спортсмена-танцора.  
организации турниров и соревнований;

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### **1. Вводное занятие. Охрана труда. Инструктаж по технике безопасности и ПДД**

#### **Теория:**

Беседы по темам:

«Правила дорожного движения. Правила поведения возле проезжей части, в общественном транспорте»,

«Правила поведения в образовательном учреждении и в танцевальном классе»,

«Подготовка мышц и опорно-двигательного аппарата перед занятиями»,

«Красота и грация» - требования к занятиям (репетиционная форма, правила гигиены),

«Планы и режим занятий на учебный год»,

«Правила поведения в зрительном зале»,

«Кем быть? Выбор пути».

#### **Практика:**

Просмотр видео «ПДД»,

Социально-психологический тренинг «Снятие эмоциональных зажимов»,

Подвижная игра «Нон-стоп», «Танцевальный паспорт».

### **2. Основы музыкальной грамоты**

#### **Теория:**

Ознакомление со средствами музыкальной выразительности: Темп (быстрый, умеренный, медленный); Характер музыки (веселая - грустная, лёгкая - тяжёлая, спокойная – динамичная, поверхностная - глубокая); Динамика (f – форте- громко, p – пиано – тихо); Определение «Сильная доля»; Размер (2/4, 4/4).

#### **Практика:**

Маршировка в заданном темпе музыки (шаги на месте, вокруг себя, вправо, влево); Выделение сильной доли (движение по кругу с носочка, прохлопывание на месте); Дирижёрский жест (тактирование на 2/4, на 4/4); Перестроение (из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два круга, продвижение по кругу внутреннему и внешнему (сила шага по музыкальной динамике); Музыкально-ритмическая игра на определение музыкального характера «Импульс».

### **3. «Общая физическая подготовка» - комплекс аэробных упражнений (КАУ)**

#### **Теория:**

Вводный курс по: терминологии основных элементов комплекса аэробных упражнений (далее КАУ); разогревающему комплексу аэробных упражнений, основной технике развития координации движений, правилам постановки корпуса, ознакомлению сценических точек.

#### **Практика:**

Освоение понятий КАУ через танцевальную игру «Танцевальный паспорт»; Выполнение простейших, разогревающих движений КАУ («March», «Straddle», «V-step», «PivotTurn», «Kick»); Выполнение поворотов и вращений на месте; Освоение основных упражнений

на группу мышц спины (в разных направлениях, сохраняя красивую осанку); Закрепление теоретического материала «Основные сценические точки» через игру «Стоп-Кадр».

#### **4.Игровой стретчинг**

##### **Теория:**

Вводный курс по: формированию творческой активности обучающихся через создание образа, детали костюма; ассоциативного мышления через создание образа с использованием элементов костюма.

##### **Практика:**

Создание этюдов стоя: «Перемена», «Воротики», «Старенькая бабушка», «На вокзале»; Создание этюдов на полу: «Мостик», «Лодочка», «Деревья в разные времена года»; Выполнение танцевального бега, подскоков, марша, прыжков, упражнения на отдых, растяжка.

#### **5.Бальный танец**

##### **Теория:**

Ознакомление с видами бальных танцев, с особенностями движений, с характерными положениями рук, с особенностями исполнения, характер движений

##### **Практика:**

Просмотр видео «Турнир по спортивным-бальным танцам» -, техника, правила; Основные позиции рук в танце (I, II, III, позиции, положение рук на талии); Разучивание танцевальных шагов (с носочка, переменный ход, простой шаг, с притопом, с тройным притопом, припадание на месте и с продвижением, выведение ноги на каблук, ковырялочка); Техника выполнения поворотов и вращений на месте; Разучивание танцевальных вариаций: «Ча-ча-ча», «Самба», «Полька», «Джайв», «Вальс» «Квикстеп» и техника исполнения

#### **6.Эстрадный танец**

##### **Теория:**

Ознакомление: с видами эстрадного танца; с танцевальной лексикой, используемая в композициях; комплекс элементов в стиле «Джаз». Правила постановки корпуса, рук, ног, головы в стиле «Джаз»; Основные позиции. История возникновения эстрадного танца.

##### **Практика:**

Просмотр видео «Эстрадный танец и виды эстрадного танца»; Изучение терминологии через игру «Танцевальный паспорт», используя элементы в стиле «Джаз» («Bounce», «Coupe», «LowBack», «Release», «Curve», «Point», «CorkcrewTurn»; «Locomotor», «Degage», «Prance», «DeepContraction», «Toprock». ); Изучение основных позиций рук (1,2,3 позиции) и ног (в основном параллельное положение); Освоение основного блока разминочных упражнений с использованием элементов в стиле «Джаз»; Изучение танца «Марионетки».

#### **7.Итоговое занятие**

##### **Теория:**

Доведение информации о правилах поведения на сцене и за кулисами; Подготовка костюмов и атрибутов, согласно сценарию; Подготовка внешнего вида к открытому занятию или концертной деятельности; По завершению итогового занятия, правила сдачи костюмов.

##### **Практика:**

Проведение итогового занятия в виде: открытого урока, отчётного концерта, экзамена, или тестирования. При проведении итогового занятия может быть использована, как вариант, смешанная форма.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
 дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
**«Спортивно-балльные танцы»**  
 для 1-ой группы, 1 года обучения.  
 Педагог: Пантелеев Виталий Викторович

п/п	Дата	Общее кол-во часов	Тема/ Содержание занятия
1		2	Вводное занятие. Беседа по охране труда. Инструктаж по ТБ и ПДД.
2		2	Основы музыкальной грамоты. Теория + Практика
3		2	«Общая физическая подготовка» - разминка. Упражнения для корпуса. Работы стопы. Базовые движения
4		2	«Общая физическая подготовка» - разминка. Упражнения для корпуса. Работы стопы. Базовые движения
5		2	Изучение танца латиноамериканской программы «Ча-ча-ча»
6		2	Отработка техники исполнения танца латиноамериканской программы «Ча-ча-ча»
7		2	Отработка техники исполнения танца латиноамериканской программы «Ча-ча-ча»
8		2	Отработка техники исполнения танца латиноамериканской программы «Ча-ча-ча»
9		2	Изучение танца латиноамериканской программы «Самба»
10		2	Отработка техники исполнения танца латиноамериканской программы «Самба»
11		2	Отработка техники исполнения танца латиноамериканской программы «Самба»
12		2	Отработка техники исполнения танца латиноамериканской программы «Самба»
13		2	Отработка техники исполнения танца латиноамериканской программы «Самба»
14		2	Игровой стретчинг. Исполнение упражнений, положение сидя на полу
15		2	Игровой стретчинг. Релаксационные упражнения
16		2	Игровой стретчинг. Релаксационные упражнения
17		2	Игровой стретчинг. Релаксационные упражнения
18		2	Игровой стретчинг. Релаксационные упражнения
19		2	Изучение танца европейской программы «Вальс»
20		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы «Вальс»
21		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы «Вальс»
22		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы «Вальс»
23		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы «Вальс»
24		2	Изучение танца европейской программы «Квикстеп»
25		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы

			«Квикстеп»
26		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы «Квикстеп»
27		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы «Квикстеп»
28		2	Игровой стретчинг. Растяжка ног
29		2	Игровой стретчинг. Растяжка ног
30		2	Игровой стретчинг. Растяжка ног
31		2	Игровой стретчинг. Растяжка ног
32		2	Постановка и изучения танца «Полька». Элементы в паре
33		2	Постановка и изучения танца «Полька». Элементы в паре
34		2	Постановка и изучения танца «Полька». Элементы в паре
35		2	Постановка и изучения танца «Полька». Элементы в паре
36		2	Постановка и изучения танца «Полька». Элементы в паре
37		2	Постановка и изучения танца «Полька». Элементы в паре
38		2	Постановка и изучения танца «Полька». Элементы в паре
39		2	Изучение новых фигур в танце «Самба»: ботафого, вольта, самбаход, виск
40		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Самба»: ботафого, вольта, самбаход, виск
41		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Самба»: ботафого, вольта, самбаход, виск
42		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Самба»: ботафого, вольта, самбаход, виск
43		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Самба»: ботафого, вольта, самбаход, виск
44		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Самба»: ботафого, вольта, самбаход, виск
45		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Самба»: ботафого, вольта, самбаход, виск
46		2	Изучение новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
47		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
48		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
49		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
50		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
51		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
52		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
53		2	Изучение и повторение новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
54		2	Отработка техники новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
55		2	Отработка техники новых фигур в танце «Ча-ча-ча»: кросс-бейзик, турецкое полотенце, нью-йорки, клюшка
56		2	Подготовка к турниру, прогон 6 танцев



57		2	Отработка техники исполнения, подготовка к итоговому занятию
58		2	Отработка техники исполнения, подготовка к итоговому занятию
59		2	Отработка техники исполнения, подготовка к итоговому занятию, подведение итогов
60		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы.
61		2	Отработка техники исполнения, подготовка к итоговому занятию
62		2	Отработка техники исполнения, подготовка к итоговому занятию
63		2	Отработка техники исполнения, подготовка к итоговому занятию
64		2	Отработка техники исполнения, подготовка к итоговому занятию
65		2	Базовые движения
66		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы. Базовые движения
67		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы. Базовые движения
68		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы. Базовые движения
69		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы. Базовые движения
70		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы. Базовые движения
71		2	Отработка техники исполнения танца европейской программы. Базовые движения
72		2	Итоговое занятие-показ.

## ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

**Оценочные материалы** – краткое описание диагностических методик и материалов, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

**Входной контроль** – оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение или осваивающих программу второго и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

**Текущий контроль** – оценка уровня и качества освоения тем\разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

**Промежуточный контроль** – оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения\учебного года (при сроке реализации программы более одного года).

**Итоговый контроль** – оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе.

**Формами контроля** могут быть следующими: педагогические наблюдения, выполнение практических заданий педагога, анализ на каждом занятии педагогом и обучающимися качества выполнения работ и приобретенных навыков общения, устный и письменный опрос, выполнение тестовых заданий, творческий показ, спектакль, семинар, конкурс, фестиваль, концерт, презентация проектов, анализ участия коллектива и каждого обучающегося в мероприятиях.

## **Методика выявления результатов учебно-воспитательной работы**

В первые дни выявляется степень интересов и уровень подготовленности детей к занятиям историко-бытовым танцем, природные физические данные каждого ребенка (начальный этап диагностики), далее – в конце каждого квартала (промежуточные диагностические этапы), а также в конце года педагог подводит итоги (заключительное диагностическое исследование детей по усвоению программы), учебного года. Оценка знаний, умений и навыков осуществляется по критериям образовательного процесса (приложение 2).

### **Основные оценочные параметры:**

- уровень профессиональных знаний, умений и навыков, получаемых детьми;
- степень развития интеллектуальных, физических, художественно-творческих способностей ребенка, ее личностных качеств;
- уровень развития общей культуры ребенка (уровни: нулевой, средний, высокий).

### **Формы и методы проверки результатов:**

1. Творческие постановочные работы.
2. Постановка музыкально-танцевальных представлений и концертных программ.
3. Открытые показы, класс – концерты, проведение открытых занятий или отчетных концертов с целью реальной и объективной оценки знаний, навыков и умений, полученных за обучающий период (этап, проводимый в конце года).
4. метод педагогических наблюдений (в течение всех лет обучения).

### **Методы и методические приёмы обучения**

В курсе обучения эстрадного танца применяются следующие методы обучения:

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым хореографическим элементам. К этим методам можно отнести: показ техники движения, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью танцевальных элементов. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении

ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

### **Принципы обучения**

При организации и проведении занятий по предмету данной программе необходимо придерживаться следующих принципов:

1. Принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

2. Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

3. Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

4. Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

5. Принцип гуманности в воспитательной работе выражает: безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

6. Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Форма занятий</b>	<b>Дидактический материал, техническое оснащение.</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
1.	Вводное занятие. Правила поведения на занятиях и техника безопасности	Лекции, просмотр видеоматериала,	Наглядно – иллюстративный материал: журналы, плакаты, карточки; ноутбук, проектор и экран.	Беседа, опрос.
2.	Основы музыкальной грамоты	Лекции, анализ музыкального произведения, ритмические и физические упражнения	Аудиоаппаратура, музыка разных жанров, картинки с разными танцевальными направлениями.	Устный фронтальный опрос.
3.	Общая физическая подготовка	Устное изложение материала и практические занятия (выполнение упражнений)	Специальная форма одежды и обуви (купальники, трико, танцевальная обувь); просторный зал, зеркальная стенка, аудиоаппаратура.	Контрольный урок
4.	Латиноамериканская программа(ча-ча-ча, самба, полька)	Устное изложение материала и практические занятия	Просторный зал, зеркальная стенка, аудиоаппаратура. Специальная форма одежды и обуви (купальники, трико, танцевальная обувь-балетки).	Зачёт по пройденному материалу.
5.	Игровой стретчинг	Устное изложение материала и практические занятия	Просторный зал, аудиоаппаратура, музыка разных жанров, картинки с разными образами и направлениями движений.	Мини- этюд. Зачёт по окончании урока
6.	Европейская программа(вальс, квикстеп)	Устное изложение материала и практические занятия	Просторный зал, зеркальная стенка, аудиоаппаратура. Специальная форма одежды и обуви (купальники, трико, танцевальная обувь-балетки).	Зачёт по пройденному материалу.
7.	Итоговое занятие	Концертная деятельность, открытый урок, экзамен.	Актовый зал, аудиоаппаратура, музыкальный материал, ноутбук, проектор и экран, сценические костюмы.	Отчётный показ творческой работы

## Информационные источники

- нормативная база
  1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации (№273-ФЗ);
  2. Приказ Минобрнауки от 29 августа 2013 г. N 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
  3. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
  4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
  5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (распоряжение КО от 01.03.2017 №617-р).
  
- список литературы для использования педагогом
  1. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной
  2. Жадина О. В., Курамшин В. В. Школа балета Аскольда Макарова. Методика
  
- список литературы в адрес учащихся и родителей
  1. Барышникова А. Азбука хореографии. – М.,1999.
  2. Балет: пер. с англ. – М: ООО «Изд. Астрель», 2003. – 64 с.: ил.
  3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л., 1980.

<https://multiurok.ru/files/proghramma-my-balnuytanec.html>

## Терминология и основные понятия.

Классический Экзерсис	Спортивный балльный танец
<p>Aplomb (апломб) – устойчивость</p> <p>Assemble (ассамбле) – от гл. соединять, собирать; прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе; прыжок с двух ног на две ноги.</p> <p>Allegro (аллегро) – быстро; прыжки.</p> <p>Arabesque (арабеск) – поза, название которой происходит от стиля арабских фресок; в классическом танце существует четыре вида позы «арабеск» - 1-я, 2-я, 3-я, 4-я.</p> <p>Battement (батман) – размах, биение.</p> <p>Balance (баланс) – от гл. качать, покачиваться; покачивающееся движение.</p> <p>Battement Developpe (батман девлоппэ) – раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90* в нужное направление.</p> <p>Battement frappe (батман фраппэ) – движение с ударом, или ударное движение.</p> <p>Battement tendu (батман тандю) – отведение и приведение вытянутой ноги, выдвигание ноги.</p> <p>Battement fondu (батман фондю) – мягкое, плавное, «тающее» движение.</p> <p>Passe (пассэ) – от гл. проводить, проходить; связующее движение, проведение или переведение ноги.</p>	<p>Ботафого - 1) движение в Самбе или Джайве. 2) фигуры в Самбе (для всех этих фигур характерен небольшой баунс и ритм:1-а-2-1-а-2...). Виды ботафого: влево и вправо, вперед и назад. Ботафого влево и вправо отличается с какой ноги мы шагает первый шаг, если с ЛН это ботафого вправо, с ПН - ботафого влево. Ботафого вперед и назад отличаются первым шагом, если шагаем вперед это ботафого вперед, назад - ботафого назад.</p> <p>Самба ход на месте(Стационарный самба ход) - (в Самбе) Поочередное вынос ног назад и собирание их партнерами зеркально без переноса на них веса.</p> <p>Теневая Позиция (ТП) (в латине) - Партнерша (партнер) расположена с правой стороны партнера (партнерши), немного впереди и лицом в ту же сторону.</p> <p>Роуп – спиннинг (в латине) – движение, когда партнер проводит партнершу вокруг себя, положив свою правую руку на нижнюю часть спины партнерши, левая рука партнера держит правую партнерши.</p>
<p>Petit battement (пти батман) – маленький батман, на щиколотке опорной ноги.</p> <p>Plie (плие) – приседание.</p> <p>En dedans (ан дедан) – внутрь, в круг.</p> <p>En dehors (ан деор) – наружу, из круга.</p> <p>Pas couru (па курю) – пробежка по шестой позиции.</p> <p>Releve lent (релевэ лян) – медленный подъем ноги на 90*</p> <p>Preparation (препарасион) – приготовление, подготовка.</p> <p>Developpe – от гл. раскрыть.</p> <p>Jete (жете) – бросок ноги на месте или в прыжке.</p> <p>Grand (гранд) – большой.</p> <p>Jete passé (жете пассе) – проходящий прыжок.</p> <p>Rond de jambe en l’air (рон же жамб ан лер)- круг ногой в воздухе.</p> <p>Rond de jambe par terre (рон де жамб пар</p>	<p><b>Современная хореография</b></p> <p>«March» - обычный шаг.</p> <p>«Straddle» - Ходьба ноги врозь - ноги вместе.</p> <p>«V-step» - Шаг ноги врозь - ноги вместе.</p> <p>«PivotTurn» - Шаг с поворотом.</p> <p>«Cross-Step» - Скрестный шаг.</p> <p>«Kick» - Одна нога выполняет невысокий мах вперед, носок оттянут, одновременно опорная нога выполняет пружинное движение.</p> <p>«Mambo» - Выполняется на 4 счета: «раз» - шаг правой вперед, «два» переступить на левую, «три» - шаг правой назад, «четыре» - приставить левую к правой.</p> <p>«Стретчинг» - Это специальные комплексы упражнений на растягивание, которые выполняются в одиночку или с партнерами, как со вспомогательными предметами. Так и без них.</p> <p>«Cha-Cha-Cha» -Представляет собой</p>

<p>тер) – <u>вращательное движение</u> ноги по полу, круг носком по полу.</p> <p>Saute (сотэ) – прыжок на месте по позициям.</p> <p>Pas ciseaux (па сизо) – ножницы; название этого прыжка происходит от характера движения ног, выбрасываемых вперед по очереди и вытянутых в воздухе.</p> <p>Cabriolt (кабриоль) – прыжок на месте; прыжок с подбиванием одной ноги другой.</p> <p>Changement de pieds (шажман де пье) – прыжок с переменой ног в воздухе.</p> <p>Echarpt (эшаптэ) – от гл. вырваться; прыжок с раскрыванием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую.</p> <p>Tour (тур) – поворот</p>	<p>переступание с ноги на ногу.</p> <p>«Squat» - полуприсед, выполняется в положении ноги вместе или врозь.</p> <p>«DoubleStepTouch» - два приставных шага в сторону.</p> <p>«Scoop» - вариант приставного шага, выполняемый со скачком.</p> <p>«PushTouch, ToeTap» - разновидность ходьбы в стойке ноги врозь или перемещение с ноги на ногу в стойке ноги врозь.</p> <p>«OpenStep» - ходьба, ноги врозь.</p> <p>«SideTip» - носок свободной ноги «давит» на пол, притопывает.</p> <p>«PlieTouch» - перемещение с ноги на ногу.</p> <p>«SidetoSide» - выполнение движения полуприседая и вставая, как бы пружиня.</p> <p>«Lunge» - выпад, может быть выполнен любым способом (шагом, скачком, после маха), а также в разных направлениях (вперед, в сторону, назад).</p> <p>«Skip, rickkick» - подскоки.</p>
--	---

Критерии образовательного процесса по эстрадному танцу

Критерии оценки знаний и умений

Виды работы	Низкий уровень (1 – 2,5 балла)	Средний уровень (2,6 - 4 балла)	Высокий уровень – 5 баллов)
Практический тест «Основы музыкальной грамоты»	Не чувствует ритм и характер музыки, не ориентируется в музыкальном размере.	Двигается ритмично, путается в знаниях музыкального размера.	Двигается ритмично, учитывая характер музыки; легко определяет музыкальный размер.
Контрольный срез на знание танцевальных терминов.	Не знает танцевальной терминологии.	Знает в полном объеме, но отсутствует свободное общение на профессиональном языке.	Знает танцевальную терминологию, свободно общается на профессиональном языке.
Промежуточная аттестация. Открытое занятие	Исполнение движений не выразительное, имеет замечания при исполнении упражнений партерного экзерсиса.	Правильно исполняет ритмические движения, упражнения партерного экзерсиса, элементы игровой хореографии.	Имеет высокие навыки выразительного движения, партерного экзерсиса, музыкально-ритмической деятельности. Активен в игровой хореографии.

Этапы педагогического контроля

№ п/п	Срок проведения	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма подведения итогов
<i>Входной контроль</i>			
1.	сентябрь	Выворотность, гибкость, шаг. Ритмический рисунок музыки.	Практический тест
<i>Текущая аттестация</i>			
2.	декабрь	Знания по разделу «Основы музыкальной грамоты»	Практический тест
3.	апрель	Знание танцевальной терминологии	Контрольный срез
<i>Промежуточная аттестация</i>			
4.	май	Выявление знаний, умений навыков	Открытое занятие



**Календарный учебный график**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Спортивно-бальные танцы»  
на 2024-2023 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год				144	144	2 раза в неделю по 2 часа