

Управление образования и молодёжной политики  
администрации Городецкого муниципального района  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр детского творчества» г. Заволжье

Принята педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.08. 2018 г.  
Пахтусов

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  П.Д.

**Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Бальные танцы»**

Возраст учащихся: с 7 лет  
Срок реализации программы: 6 лет

Авторы-составители:  
Пахтусов Павел Данилович,  
Котрикова Наталья Павловна  
педагоги дополнительного образования

г. Заволжье, 2018.

# Содержание

<b>1. Пояснительная записка</b> .....	2 - 4
<b>2.Учебный план на 6 лет обучения</b> .....	5
<b>1 год обучения</b>	
Рабочая программа модуля 1 года обучения.....	6
Содержание учебного плана.....	7
<b>2 год обучения</b>	
Рабочая программа модуля 2 года обучения.....	8
Содержание учебного плана.....	9
<b>3 год обучения</b>	
Рабочая программа модуля 3 года обучения.....	10
Содержание учебного плана.....	11
<b>4 год обучения</b>	
Рабочая программа модуля 4года обучения.....	12
Содержание учебного плана.....	13
<b>5 год обучения</b>	
Рабочая программа модуля 5 года обучения.....	14
Содержание учебного плана.....	15
<b>6 год обучения</b>	
Рабочая программа модуля 6 года обучения.....	16
Содержание учебного плана.....	17
<b>3. Формы аттестации</b> .....	18-19
<b>4.Оценочные материалы</b> .....	19-20
<b>5. Методические материалы</b> .....	21
<b>6. Условия реализации программы</b> .....	21
<b>7.Список литературы</b> .....	22

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Информационные материалы**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа (далее- программа) «Бальные танцы» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;

- порядком и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008;

- СанПиН 2.4.4.3172-14, утверждённого Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 года № 41.

**1.2. Направленность программы:** художественная.

### **1.3. Актуальность, педагогическая целесообразность программы**

Актуальность программы заключается в востребованности услуг по развитию творческих способностей учащихся, нравственных и эстетических качеств в период формирования личности средствами их обучения основам хореографии.

В системе эстетического воспитания подрастающего поколения значительная роль принадлежит танцу. Связь с музыкой, эмоциональность и яркая образность позволяет выделить танец среди других искусств.

Современный спортивный бальный танец - огромное явление, соприкасающееся с широким аспектом понятий, касающихся спорта, искусства и целого ряда наук, таких как педагогика, психология, эстетика, этика. Важнейшей является психология танцевального спорта: её взаимоотношения педагога с учеником и его родителями в творческом процессе; атмосфера танцевального коллектива; процесс создания танцевальной пары; влияние всех этих моментов на достижения конкретной пары на спортивных соревнованиях, на развитие сценического мастерства и формирование личности танцоров.

Актуальность данной программы заключается в том, что она учитывает изменения, произошедшие в последние 10 лет в методике обучения спортивному бальному танцу, достаточной вариативности и позволяет проявить индивидуальный и творческий подход к обучению. В данной программе представлена авторская концепция в части набора и составления вариаций по возрастам. Количество часов (занятий) для освоения каждого элемента указаны с учётом особенностей групп различного возрастного состава.

### **1.4. Отличительные особенности программы**

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что обучаясь по данной программе, учащиеся за несколько месяцев овладевают минимальными навыками танца и способны показать своё умение на различных конкурсах и праздниках. Танцуя в паре, ребёнок многому учится и многое приобретает: вырабатывается и развивается не только коммуникабельность, взаимовыручка, умение настроиться на партнёра, контроль над собой, но и культура общения в танце с педагогом, со зрителями.

## 1.5. Адресат программы

Программа рассчитана для детей с 7 лет.

- 1 год обучения – 7 – 8 лет,
- 2 год обучения – 8 – 9 лет,
- 3 год обучения – 9 – 10 лет,
- 4 год обучения – 10 – 11 лет,
- 5 год обучения – 11 – 12 лет
- 6 год обучения – 12 – 13 лет

## 1.6. Цель и задачи программы

**Цель:** Создать условия для реализации творческого потенциала учащихся в рамках занятий бальными танцами.

### **Задачи:**

#### 1. Обучающие:

- дать знания по истории бального танца;
- познакомиться с основами европейских и латиноамериканских танцев;
- научить пользоваться литературными источниками, применять полученные знания и умения на практике.

#### 2. Развивающие

- развивать танцевальные навыки и умения;
- повышать уровень танцевального мастерства;
- повышать уровень познавательных интересов, возможностей самоопределения, общественной активности;
- непрерывное обновление содержания форм и методов художественного образования с учётом лучшего отечественного опыта и мировых достижений в области спортивного бального танца;
- формирование адекватной самооценки;
- физическое развитие каждого ребёнка.

#### 3. Воспитательные:

- развивать у учащихся гражданственность и любовь к Родине;
- сформировать осознанную потребность к здоровому образу жизни;
- эстетическое и физическое воспитание детей и подростков.

## 1.7. Объём и срок освоения программы:

Срок реализации общеобразовательной программы – 6 лет

Возраст детей, участвующих в реализации программы – 7 – 17 лет

## 1.8. Форма обучения: очная

Занятия проводятся в групповой и индивидуальной форме.

В группах обучается от 6 до 15 человек.

### **1.9.Режим занятий:**

Занятия проводятся по расписанию, утверждённому директором МБОУ ДО «ЦДТ». Продолжительность занятий с детьми 7 - 17 лет – 45 мин; перерыв для отдыха детей между каждым занятием 10 - 15 мин .

1-й год обучения -2 раза по 2 часа, 144 часа;

2-й год обучения -3 раза по 2 часа, 216 часов;

3-й год обучения -3 раза по 2 часа, 216 часов;

4-й год обучения -3 раза по 2 часа, 216 часов;

5-й год обучения -3 раза по 2 часа, 216 часов;

6-й год обучения -3 раза по 2 часа, 216 часов;

- Индивидуальные занятия 1 час в неделю (36 часов в год).
- Индивидуальные занятия 2 часа в неделю (72 часов в год).

### **1.10.Планируемые (ожидаемые )результаты**

- Проявление устойчивого интереса к спортивному бальному танцу;
- овладение навыками, необходимыми в исполнении конкурсных спортивных бальных танцев;
- формирование самостоятельного творческого мышления;
- воспитание положительных нравственных качеств учащихся.

## 2. Учебный план

Год обучения (количество часов)

№	Модули	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	Форма промежуточной аттестации
1	Модуль I	144						Концерт
2	Модуль II		216					Конкурс
3	Модуль III			216				Конкурс
4	Модуль IV				216			Конкурс
5	Модуль V					216		Конкурс
6	Модуль VI						216	Конкурс
	Итого:	144	216	216	216	216	216	1 224

## Рабочая программа модуля 1 года обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	1. Разминка	20	4	16	Вводный контроль, наблюдение, опрос
2	Общая танцевальная подготовка	8	2	6	Наблюдение, опрос
3	Ритмические упражнения и игровые моменты	18	4	14	Наблюдение, опрос
4	Разучивание и отработка танца «Слон»	10	2	8	Промежуточный контроль
5	Разучивание и отработка танца «Полька»	8	2	6	Наблюдение, контроль
6	Разучивание вариации вальса «Дружба»	8	2	6	Наблюдение, контроль
7	Танец «Сударушка»	8	2	6	Наблюдение, контроль
8	Танец «Риллио»	8	2	6	Наблюдение
9	Фигурный вальс	10	2	8	Наблюдение, контроль
10	Знакомство с танцем «Медленный вальс», ритм, квадрат, закрытые перемены (по одному)	14	4	10	Наблюдение, контроль
11	Знакомство с танцем «Самба», ритм, работа стопы, колен, фигуры: основной шаг, виск (по одному)	14	4	10	Наблюдение, контроль
12	Знакомство с танцем «Ча – ча – ча». Отработка ритма и движения, основного шага по одному и в паре.	14	4	10	Наблюдение, контроль
13	Промежуточная аттестация	4	2	2	Концерты
	Итого:	144	36	108	

## Содержание учебного плана (1 год обучения)

### 1. Разминка.

- Теоретический раздел: Знакомство с детьми первого года обучения, беседа об особенностях занятий бальными танцами. План работы на учебный год, техника безопасности, правила поведения в Центре.
- Практический раздел: Шаг с носочка, позиции рук, ног, тройной русский шаг, переменный шаг, шаг с подскока, тройной шаг с подскока, шаг польки, шаг галопа.

### 2. Общая танцевальная подготовка.

- Теоретический раздел: Основы танцевания бальных танцев.
- Практический раздел: Сценическое движение – развитие танцевальных и пластических навыков учащихся, развитие мышления, воображения, ловкости, координации движений.

### 3. Ритмические упражнения и игровые моменты.

- Ритмические упражнения и игровые моменты на развитие выносливости, гибкости тела, привычку к осознанному управлению им.
- Разучивание комплекса упражнений, направленных на укрепление мышц рук, ног, предплечья. Простейшие этюды и упражнения.

### 4. Разучивание танцев.

- Теоретический раздел: Знакомство с танцами народов России.
- Практический раздел: Разучивание танцев «Слон», «Полька», «Дружба», «Сударушка», «Риллио», «Фигурный вальс».

### 5. Разучивание танцев.

- Теоретический раздел: Знакомство с Европейскими и Латиноамериканскими танцами.
- Практический раздел: Разучивание танцев «Медленный вальс»- правый поворот(1/4, 1/2, полный)  
«Самба»- (ритм, работа стопы, колен, основной шаг, виск.  
«Ча-ча-ча»- (ритм, основной шаг)

### 6. Промежуточная аттестация:

- Теория – викторины, тесты.
- Практика- протанцовка выученных движений и фигур концерты.



## Рабочая программа модуля 2 года обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Медленный вальс». Ритм медленного вальса, 1/4 поворота, 1/2 поворота, закрытые перемены, правый поворот, левый поворот, наружные перемены.	64	14	50	Наблюдение, контроль
2	«Самба». Натуральный базик, основной шаг с П.Н., основной шаг с Л.Н., альтернативное движение, поступательное движение.	56	16	40	Наблюдение, контроль
3	«Ча – ча – ча». Ритм ча – ча- ча, базик мовемент, алемана, клюшка, три ча-ча-ча, раскрытие ВП.	58	16	42	Наблюдение, контроль
4	«Венский вальс» Шаги венского вальса	34	16	18	Наблюдение, контроль
5	Промежуточная аттестация	4	2	2	Конкурс. концерты
	Итого:	216	64	152	

## Содержание учебного плана (2 год обучения)

### 1. Медленный вальс.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания медленного вальса. План работы на учебный год, техника безопасности, правила поведения в Центре.
- Практический раздел: Ритм вальса,  $\frac{1}{4}$  поворота,  $\frac{1}{2}$  поворота, закрытые перемены, правый поворот, левый поворот, наружная перемена.

### 2. Самба.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Самба.
- Практический раздел: Ритм, натуральный базик, основной шаг с ПН и ЛН, альтернативное движение, поступательное движение.

### 3. Ча-ча-ча.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Ча-ча-ча.
- Практический раздел: Ритм, базик мовемент, алемана, клюшка, три ча-ча-ча, раскрытие ВП.

### 4. Венский вальс.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Венский вальс.
- Практический раздел: Правый поворот по одному, в паре.

### 5. Промежуточная аттестация:

- Теория – викторины, тесты.
- Практика- протанцовка выученных движений и фигур концерты, конкурсы.

## Рабочая программа модуля 3 года обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Медленный вальс». Изогнутое перо, шассе с поворотом, изогнутый тройной шаг.	46	12	34	Наблюдение, контроль
2	«Квикстеп». Четвертной поворот вправо, каблучный пивот, поступательное шассе, правый поворот.	42	12	30	Наблюдение, контроль
3	«Самба». Основное движение (правое и левое). Поступательное основное движение, самба ход на месте, самба ход в ПП.	40	10	30	Наблюдение, контроль
4	«Ча – ча – ча». Тайм степ, основное движение, плечо к плечу, чеп (из открытой ПП, из открытой ОПП).	40	12	28	Наблюдение, контроль
5	«Джайв». Хлыст с откидыванием, ход (медленный и быстрый), простой спин, хлыст с двойным кроссом, раскручивание от руки.	26	6	20	Наблюдение, контроль
6	«Венский вальс» Шаги венского вальса	18	6	12	Наблюдение, контроль
7	Промежуточная аттестация	4	2	2	Конкурсы
	Итого:	216	60	156	

## Содержание учебного плана ( 3 год обучения )

### 1. Медленный вальс.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания медленного вальса в паре. План работы на учебный год, техника безопасности, правила поведения в Центре.
- Практический раздел: Изогнутое перо, шассе с поворотом, изогнутый тройной шаг

### 2. Квикстеп.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Квикстеп.
- Практический раздел: Четвертной поворот вправо, каблучный пивот, поступательное шассе, правый поворот.

### 3. Самба.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Самба.
- Практический раздел: Основное движение. Поступательное основное движение, самба ход на месте, самба ход в ПП.

### 4. Ча-ча-ча.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Ча-ча-ча.
- Практический раздел: Тайм степ, основное движение. плечо к плечу, чек.

### 5. Джайв.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Джайв.
- Практический раздел: Хлыст с откидыванием, простой спин, хлыст с двойным кроссом, раскручивание от руки.

### 6. Венский вальс.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Венский вальс.
- Практический раздел: Правый и левый повороты, переход с правого на левый повороты и наоборот.

### 7. Промежуточная аттестация:

- Теория – викторины, тесты.
- Практика- протанцовка выученных движений и фигур концерты, конкурсы.

## Рабочая программа модуля 4 года обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Медленный вальс». Изогнутый тройной шаг, правый поворот, открытый правый поворот из ПП, правый твист поворот, левый поворот, левая волна.	26	8	18	Наблюдение, контроль
2	«Танго». Открытый телемарк, двойной променада, шассе, быстрый лок назад, быстрое шассе вправо, фоллевой променада.	20	8	12	Наблюдение, контроль
3	«Медленный фокстрот». Виск влево, закрытое крыло, правая шпилька, наружный спин, Лок с поворотом в боковой лок. Левый фоллзвей и слип пивот.	26	6	20	Наблюдение контроль
4	«Квикстеп». Правый спин поворот, правый поворот с хезетейшн, левый шассе поворот, лок степ вперёд, лок назад.	26	6	20	Наблюдение контроль
5	«Самба». Боковой самба ход, левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, вольтовый поворот на месте.	30	10	20	Наблюдение, контроль
6	«Ча – ча – ча». Рука к руке, повороты на месте влево и вправо, веер, клюшка, алемана, три ча - ча – ча (вперёд, назад, в ПП и ОПП).	22	15	7	Наблюдение, контроль
7	«Румба». Рука к руке, алемана (из позиции веера, из открытой позиции), веер, клюшка, правый волчок, раскрытие вправо.	20	6	14	Наблюдение, контроль
8	«Пассадобль». Променада, закрытие из променада, из променада в обратный променада, шестнадцать, большой круг, уклонение, левый фоллзвей, открытый телемарк.	24	6	18	Наблюдение, контроль
9	«Джайв». Флики в брейк, перекрученная перемена мест слева направо, цыплячий ход, левый хлыст, испанские руки.	18	6	12	Наблюдение контроль
10	Промежуточная аттестация	4	2	2	Конкурсы
	Итого:	216	73	143	

## Содержание учебного плана (4 год обучения)

### 1. Медленный вальс.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания медленного вальса в паре. План работы на учебный год, техника безопасности, правила поведения в Центре.
- Практический раздел: Изогнутый тройной шаг, правый поворот, открытый правый поворот из ПП, правый твист поворот, левый поворот, левая волна.

### 2. Танго.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Танго.
- Практический раздел: Открытый телемарк, тройной променад, шассе, быстрый лок назад, быстрое шассе вправо, фоллэвей променад.

### 3. Медленный фокстрот.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Фокстрот.
- Практический раздел: Виск влево, закрытое крыло, правая шпилька, наружный спин, лок с поворотом в боковой лок, левый фоллэвей и слип пивот.

### 4. Квикстеп.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Квикстеп в паре.
- Практический раздел: Правый спин поворот, правый поворот в хезитейшен, левый шассе поворот. лок степ вперёд, лок назад.

### 5. Самба.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Самба.
- Практический раздел: Боковой самба ход, левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, вольтовый поворот на месте.

### 6. Ча-ча-ча.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Ча-ча-ча.
- Практический раздел: Рука к руке (в ПП и ОПП), поворот на месте влево и вправо, веер, клюшка, алемана.

### 7. Румба.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Румба.
- Практический раздел: Рука к руке, алемана, клюшка, веер, правый волчок.

### 8. Пасодобль.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Пасодобль.
- Практический раздел: Променад, закрытие променада, из променада в обратный променад, шестнадцать, большой круг, уклонение.

### 9. Джайв.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными движениями танца Джайв.
- Практический раздел: Флики в брейк, перекрученная перемена, цыплячий ход, левый хлыст, испанские руки.

### 10. Промежуточная аттестация:

- Теория – викторины, тесты.
- Практика- протанцовка выученных движений и фигур концерты, конкурсы.

## Рабочая программа модуля 5 года обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Медленный вальс». Синкопированное шассе, наружная перемена, шассе из ПП, лок степ назад, лок назад, левое кортэ.	26	8	18	Наблюдение, контроль
2	«Танго». Правые спины, левый фоллэвей и слип пивот, наружный свивл с поворотом влево, чейз.	20	8	12	Наблюдение,
3	«Медленный фокстрот». Перемена направления, импетус поворот, открытый импетус поворот, телемарк, открытый телемарк, правый телемарк, топ спин, левый спин, ховер кросс.	26	6	20	Наблюдение, контроль
4	«Квикстеп». Поступательное шассе вправо, типпл шассе вправо, правый пивот поворот, кросс шассе, зигзаг.	26	6	20	Промежуточный контроль
5	«Самба». Сольная вольта на месте влево и вправо, ботафого в теневой позиции, ботафого в ПП и ОПП, крисс кросс.	30	10	20	Наблюдение, контроль
6	«Ча – ча – ча». Раскрытие вправо, закрытый хип твист, открытый хип твист, правый волчок, турецкое полотенце, левый волчок.	22	15	7	Наблюдение, контроль
7	«Румба». Закрытый хип твист, открытый хип твист, кукарача, спираль, боковой шаг, фехтование, Аида, кубинские роки, локон.	20	6	14	Наблюдение, контроль
8	«Пассадобль». Смены ног(с задержкой на один удар, синкопированная на месте, с синкопированным шассе), вариация левой ноги, удар шпагой, променадное звено, твист поворот.	24	6	18	Наблюдение, контроль
9	«Джайв». Перекрученный фоллэвей, ветряная мельница, закрученный хлыст, толчок левым бедром.	18	6	12	Наблюдение
10	Промежуточная аттестация	4	2	2	Конкурс
Итого:		216	73	143	

## Содержание учебного плана ( 5 год обучения )

### 1. Медленный вальс.

- Теоретический раздел: Закрепление танцевания медленного вальса в паре. План работы на учебный год, техника безопасности, правила поведения в Центре.
- Практический раздел: Синхронизированное шассе, наружная перемена, шассе из ПП, лок степ назад, левое кортэ, лок назад.

### 2. Танго.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания Танго.
- Практический раздел: Правые спины, левый фоллэвей и слип пивот, чейз, наружный свивл с поворотом влево.

### 3. Медленный фокстрот.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Фокстрот.
- Практический раздел: Перемена направления, импетус поворот, открытый импетус поворот, телемарк, открытый телемарк, правый телемарк, топ спин, левый спин, хвер кросс.

### 4. Квикстеп.

- Теоретический раздел: Знакомство с особенностями танцевания танца Квикстеп в паре.
- Практический раздел: Поступательное шассе вправо, типпл шассе вправо, правый пивот поворот, кросс шассе, зигзаг.

### 5. Самба.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Самба.
- Практический раздел: Ботафого в теневой позиции, ботафого в ПП и ОПП.

### 6. Ча-ча-ча.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Ча-ча-ча.
- Практический раздел: Раскрытие вправо, закрытый хип твист, открытый хип твист, правый волчок, турецкое полотенце.

### 7. Румба.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Румба.
- Практический раздел: Закрытый хип твист, кукарача, боковой шаг, фехтование, айда, кубинские роки.

### 8. Пасодобль.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Пасодобль.
- Практический раздел: Смены ног, вариация левой ноги, удар шпагой, променадное звено, твист поворот.

### 9. Джайв.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными движениями танца Джайв.
- Практический раздел: Перекрученный фоллэвей, ветряная мельница, закрученный хлыст.

### 10. Промежуточная аттестация:

- Теория – викторины, тесты.
- Практика- протанцовка выученных движений и фигур концерты, конкурсы.



## Рабочая программа модуля 6 года обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Медленный вальс». Дрэг хезитейшен, телемарк, открытый телемарк, кросс хезитейшен, крыло, импетус поворот.	24	8	16	Наблюдение, контроль
2	«Танго». Наружный свивл, мини файвстеп, файвстеп, браш теп, фор степ перемена. Правый променадный поворот, виск.	20	8	12	Наблюдение, контроль
3	«Медленный фокстрот». Наружный свивл, хOVER телемарк, фоллэвей виск, виск влево, лвый фоллэвей, правый зигзаг из ПП, перо назад, продолженная левая волна.	26	6	20	Наблюдение, контроль
4	«Квикстеп». Бегущее окончание, левый пивот, бегущий зигзаг, кросс свивл, бегущий правый поворот, телемарк, импетус поворот.	26	6	20	Промежуточный контроль
5	«Самба». Крузадо ход и локи в теневой позиции, контр ботафого, правый ролл, карусель, вольты с одноимённых ног, баунс, смена ног.	30	10	20	Наблюдение, контроль
6	«Ча – ча – ча». Алемана, спираль, лассо, локон, кубинские брейки в открытой позиции, кубинские брейки в открытой ОПП.	22	7	15	Наблюдение, контроль
7	«Румба». Раскрытие влево и вправо, Кики ход вперёд и назад, лассо, три алеманы, синкопированный кубинский рок, скользящие дверцы.	20	6	14	Наблюдение, контроль
8	«Пассадобль». Фреголина, ля пассае, бандерильи твисты, плащ шассе, испанская линия, дробы фламенко.	26	6	20	Наблюдение, контроль
9	«Джайв». Перекрученный фоллэвей, ветряная мельница, закрученный хлыст, толчок левым бедром.	18	6	12	Промежуточный контроль
10	Промежуточная аттестация	4	2	2	Конкурс
	Итого:	216	65	151	

## Содержание учебного плана (6 год обучения)

### 1. Медленный вальс.

- Теоретический раздел: Закрепление танцевания медленного вальса в паре. План работы на учебный год, техника безопасности, правила поведения в Центре.
- Практический раздел: Дрэг хезитейшен, телемарк, открытый телемарк, кросс хезитейшен, крыло, импетус поворот.

### 2. Танго.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами Танго.
- Практический раздел: Наружный свивл, мини файвстеп, файвстеп, браш теп, Фор степ перемена, правый променадный поворот, виск.

### 3. Медленный фокстрот.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Фокстрот.
- Практический раздел: Наружный свивл, ховер телемарк, фоллэвей виск. Виск влево, продолженная левая волна, левый фоллэвей, правый зигзаг из ПП, перо назад.

### 4. Квикстеп.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Квикстеп в паре.
- Практический раздел: Бегущее окончание, левый пивот, бегущий зигзаг, кросс свивл, бегущий правый поворот, телемарк.

### 5. Самба.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Самба.
- Практический раздел: Крузадо ход и локи в теневой позиции, баунс, контр ботафого, правый ролл, карусель, вольты с одноимённых ног, смена ног.

### 6. Ча-ча-ча.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Ча-ча-ча.
- Практический раздел: Алемана, спираль, лассо, локон, кубинские брейки в открытой позиции.

### 7. Румба.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Румба.
- Практический раздел: Раскрытие влево и вправо, лассо, кики ход вперёд и назад, три алеманы, синкопированный кубинский рок.

### 8. Пасодобль.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными фигурами танца Пасодобль.
- Практический раздел: Фреголина, ля пасса, бандерильи твисты, испанская линия, плащ шассе, дробь фламенко.

### 9. Джайв.

- Теоретический раздел: Знакомство с усложнёнными движениями танца Джайв.
- Практический раздел: Перекрученный фоллэвей, ветряная мельница, закрученный хлыст.

### 10. Промежуточная аттестация:

- Теория – викторины, тесты.
- Практика- протанцовка выученных движений и фигур концерты, конкурсы

### 3. Формы аттестации

Для отслеживания результативности освоения дополнительной общеобразовательной программы Бальные танцы используются следующие виды аттестации:

- *текущий контроль*: тестовые работы в конце каждой темы (устный опрос, письменное тестирование, практическая работа- показ изученных фигур и движений, протанцовывание связок);
- *промежуточная аттестация*: тестирование, протанцовка выученных движений и фигур, видеозапись, анкеты, отзывы зрителей.

*Результаты* промежуточной аттестации фиксируются в «Протоколе» промежуточной аттестации.

### 4. Оценочные материалы

Для определения уровня освоения содержания программы созданы оценочные (диагностические) материалы, разработана оценочная система.

Диагностика

Начальная диагностика – опрос, просмотр.

Промежуточная диагностика (I полугодие) - зачётное занятие, тестирование, опрос, протанцовывание выученных движений и фигур.

Промежуточная диагностика (II полугодие) - зачётное занятие, тестирование, опрос, протанцовывание выученных движений и фигур.

Методы диагностики

Наблюдение, опрос, протанцовывание выученных движений и фигур.

## Оценочная система

№	Раздел программы	Форма контроля	Предлагаемые ответы	Критерий оценки	Система оценки
	Изучение движений танца	Устный опрос (10 вопросов)	Выполнение задания	1 балла - 1-2 правильных ответа 2 балла - 3-4 правильных ответа  3 балла - 5-6 правильных ответа 4 балла - 7-8 правильных ответа  5 баллов - 9-10 правильных ответов	0-2 балла низкий уровень освоения программы 3-4 балла средний уровень освоения программы 5 баллов высокий уровень освоения программы
	Концерты	Практическая работа	Анализ (наблюдение)	образовательные развивающие воспитательные	низкий средний высокий
	Конкурсы бального танца	Судейство	Анализ выступления (наблюдение)	Внешний вид Умение вести с партнёром Грамотное исполнение фигур танцев	низкий средний высокий

### 5. Методические материалы

Методические материалы - обеспечение программы методическими видами продукции.

Диагностические материалы для проверки усвоения программы.

Образно-иллюстративный материал:

-наглядные пособия;

-дидактический и иллюстративный материал по разделам программы.

Методическая литература по программе

Примерный репертуар

## Формы проведения занятий

- Тематические (традиционные) занятия
- Комбинированные занятия
- Репетиции
- Праздники
- Занятие - концерт
- Занятие - обобщение
- Занятие – мастер- класс
- Открытое занятие

## Структурные компоненты тематического (традиционного ) занятия:

- беседа по изученной теме;
- творческое задание;
- упражнения;
- разучивание, повторение, исполнение;
- подведение итогов, обобщение.

Очерёдность видов деятельности может меняться в зависимости от тематики и поставленных задач на учебном занятии.

## Педагогические технологии:

- коллективного творческого дела;
- развивающие;
- лично-ориентированные;
- игровая.

## Методы обучения:

- словесный (рассказ, беседа, объяснение);
- наглядный (наблюдение, демонстрация);
- практический (упражнения, протанцовка фигур и движений).

Результатом образовательной программы является:

- развитие и реализация творческого потенциала учащихся;
- овладение теорией и техникой танцевания;
- овладение навыками актёрского мастерства;
- формирование у детей адекватной самооценки;
- создание творческого коллектива, объединённого единой целью;
- формирование психофизической структуры художественного образа, его воплощение в танце.

## **Форма подведения итогов программы**

### Психолого - педагогическое сопровождение программы

Разработан тренинг личностного роста, который способствует формированию и развитию личностных качеств: наблюдательности, внимательности, способности к аналитической деятельности, общительности, ответственности, общей чувствительности к окружающему миру, людям, самому себе, креативности, уверенности в себе, а также лидерских качеств.

По средствам такого психолого-педагогического сопровождения программы диагностируется начальный уровень мотивации, способностей и интересов, обучающихся и уровень развития способностей мотивационной сферы, личностных особенностей по окончании образовательной программы.

Результаты диагностических исследований констатируют непосредственное формирование и развитие особенностей личности, навыков необходимых для конкурсного танцевания.

## **6. Условия реализации программы**

### *(Материально - техническое обеспечение)*

Занятия проводятся в танцевальном зале Центра. Зал оборудован зеркалами, имеется телевизор, по которому показываются движения и фигуры танцевальными парами, звукоаппаратура для озвучивания. Имеется демонстрационный и дидактический материал (видеокассеты, аудиокассеты, диски).

## Литература

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года. Распоряжение правительства Российской Федерации № 996-р от 29 мая 2015 года
3. Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 года № 1726-р
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы). Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242
6. Блок Р.С. Методические указания в помощь педагогу бального танца. М; 1972 г
7. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы. М; Просвещение. 2006г.
8. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев. М; 2003 г.
9. Пин Ю. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. М; 2005 г.
10. Плетнёв Л. , Павлова Т. Линия танца. Учебный видео цикл. Стандартные танцы. М; АО «Анвиг», 2015 г.
11. Плетнёв Л; Павлова Т. Линия танца. Учебный видео цикл. Латноамериканские танцы. М; АО «Анвиг», 2016 г.
12. Положения и циркуляры РАСТ, М; 2016 г.

## Диагностика к разделу «Медленный вальс»

**Беседа:** Соединение фигур в танце «Медленный вальс»

**Задания:** Протанцевать 2-3 фигуры танца «Медленный вальс»

критерии задачи	Названия фигур	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
образовательные	Изогнутое перо, шассе с поворотом, изогнутый тройной шаг.	Имеет слабое представление о порядке шагов фигуры.	Частично знает порядок шагов фигуры.	Знает порядок шагов фигур.
развивающие	Чувство ритма, запоминание порядка шагов, представление образа в танце.	Плохо сформированы навыки порядка шагов фигуры.	Правильно выполняет порядок шагов фигуры, но допускает неточности.	Применяет артистичность и образность данного танца.
воспитательные	Работа в паре	Плохо сформированы навыки коллективной работы.	Частично сформированы навыки коллективной работы.	Умеет работать в коллективе.



## Диагностика к разделу «Самба»

**Беседа:** Соединение фигур в танце «Самба»

**Задания:** Протанцевать 2-3 фигуры танца «Самба»

критерии задачи	Названия фигур	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
образовательные	Основное движение, поступательное основное движение, самба ход на месте, самба ход в ПП.	Имеет слабое представление о порядке шагов фигуры.	Частично знает порядок шагов фигуры.	Знает порядок шагов фигур.
развивающие	Чувство ритма, запоминание порядка шагов, представление образа в танце.	Плохо сформированы навыки порядка шагов фигуры.	Правильно выполняет порядок шагов фигуры, но допускает неточности.	Применяет артистичность и образность данного танца.
воспитательные	Работа в паре	Плохо сформированы навыки коллективной работы.	Частично сформированы навыки коллективной работы.	Умеет работать в коллективе.

## Диагностика к разделу «Ча-ча-ча»

**Беседа:** Соединение фигур в танце «Ча-ча-ча»

**Задания:** Протанцевать 2-3 фигуры танца «Ча-ча-ча»

критерии задачи	Названия фигур	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
образовательные	Тайм степ, основное движение, плечо к плечу, чек (из открытой ПП, из открытой ОПП).	Имеет слабое представление о порядке шагов фигуры.	Частично знает порядок шагов фигуры.	Знает порядок шагов фигур.
развивающие	Чувство ритма, запоминание порядка шагов, представление образа в танце.	Плохо сформированы навыки порядка шагов фигуры.	Правильно выполняет порядок шагов фигуры, но допускает неточности.	Применяет артистичность и образность данного танца.
воспитательные	Работа в паре	Плохо сформированы навыки коллективной работы.	Частично сформированы навыки коллективной работы.	Умеет работать в коллективе.

## Диагностика к разделу «Венский вальс»

**Беседа:** Соединение фигур в танце «Венский вальс»

**Задания:** Протанцевать 2-3 фигуры танца «Венский вальс»

критерии задачи	Названия фигур	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
образовательные	Шаги венского вальса, правый поворот.	Имеет слабое представление о порядке шагов фигуры.	Частично знает порядок шагов фигуры.	Знает порядок шагов фигур.
развивающие	Чувство ритма, запоминание порядка шагов, представление образа в танце.	Плохо сформированы навыки порядка шагов фигуры.	Правильно выполняет порядок шагов фигуры, но допускает неточности.	Применяет артистичность и образность данного танца.
воспитательные	Работа в паре	Плохо сформированы навыки коллективной работы.	Частично сформированы навыки коллективной работы.	Умеет работать в коллективе.

## Диагностика к разделу «Джайв»

**Беседа:** Соединение фигур в танце «Джайв»

**Задания:** Протанцевать 2-3 фигуры танца «Джайв»

критерии задачи	Названия фигур	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
образовательные	Хлыст с откидыванием, ход (медленный и быстрый), простой спин, хлыст с двойным кроссом, раскручивание от руки.	Имеет слабое представление о порядке шагов фигуры.	Частично знает порядок шагов фигуры.	Знает порядок шагов фигур.
развивающие	Чувство ритма, запоминание порядка шагов, представление образа в танце.	Плохо сформированы навыки порядка шагов фигуры.	Правильно выполняет порядок шагов фигуры, но допускает неточности.	Применяет артистичность и образность данного танца.
воспитательные	Работа в паре	Плохо сформированы навыки коллективной работы.	Частично сформированы навыки коллективной работы.	Умеет работать в коллективе.

## Диагностика к разделу «Квикстеп»

**Беседа:** Соединение фигур в танце «Квикстеп»

**Задания:** Протанцевать 2-3 фигуры танца «Квикстеп»

критерии задачи	Названия фигур	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
образовательные	Четвертной поворот, каблучный пивот, поступательное шассе, правый поворот.	Имеет слабое представление о порядке шагов фигуры.	Частично знает порядок шагов фигуры.	Знает порядок шагов фигур.
развивающие	Чувство ритма, запоминание порядка шагов, представление образа в танце.	Плохо сформированы навыки порядка шагов фигуры.	Правильно выполняет порядок шагов фигуры, но допускает неточности.	Применяет артистичность и образность данного танца.
воспитательные	Работа в паре	Плохо сформированы навыки коллективной работы.	Частично сформированы навыки коллективной работы.	Умеет работать в коллективе.

## Оценочный лист коллектива «Бальные танцы»

Анализ результативности выступления учащихся \_\_\_\_\_ года обучения

На конкурсе бального танца \_\_\_\_\_

Педагог: \_\_\_\_\_

	Фамилия, имя учащегося	Знание фигур танца	Техника исполнения	Музыкальность	Примечания
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

Система оценки:

*низкий уровень усвоения программы*

*средний уровень усвоения программы*

*высокий уровень усвоения программы*

Дата \_\_\_\_\_

Педагог \_\_\_\_\_

**Протокол результатов промежуточной аттестации  
(годового) мониторинга  
учащихся коллектива «Бальные танцы»  
МБОУ ДО «Центр детского творчества» от \_\_\_\_\_**

Отдел	художественный
Творческое объединение	«Бальные танцы»
Образовательная программа	Модифицированная образовательная программа коллектива «Бальные танцы» рассчитанная на 6 лет обучения
Всего групп	Шесть
Количество учащихся, принявших участие в аттестации	_____ чел.
Дата проведения	_____
Форма проведения	Письменный опрос, практическая работа, наблюдение, конкурс бального танца.
Форма оценки результатов	Уровни – высокий, средний, низкий
ФИО педагога	

--	--

## РЕЗУЛЬТАТ АТТЕСТАЦИИ (годовой)

\_\_\_\_\_ год обучения

№	Фамилия, имя учащихся	Результат аттестации (промежуточный)	Результат аттестации (конец года)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
	<i>Итого по группе:</i>	<i>Высокий уровень – В - чел. - %</i>	<i>Высокий уровень – В - чел. - %</i>
		<i>Средний уровень – В - чел. - %</i>	<i>Средний уровень – В - чел. - %</i>
		<i>Низкий уровень -Н- 0 чел. – 0%</i>	<i>Низкий уровень -Н- 0 чел. – 0%</i>



Управление образования и молодёжной политики  
администрации Городецкого муниципального района  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр детского творчества» г. Заволжье

УТВЕРЖДАЮ:

Принята педагогическим советом  
Протокол № 1 от 30.09. 2018 г.

Директор \_\_\_\_\_ П.Д. Пахтусов

**Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Бальные танцы»**

Возраст учащихся: с 7 лет  
Срок реализации программы: 6 лет

Авторы-составители:  
Пахтусов Павел Данилович,  
Котрикова Наталья Павловна  
педагоги дополнительного образования

г. Заволжье, 2018.

