

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
"Центр детского творчества"
(МАУДО «ЦДТ»)
«Челядьлөн творчество шөрин» содтод тодом лунсетан муниципальной
асшөрлуна учреждение
("ЧТШ" СТС МАУ)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 3
«30» мая 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
И.И. Матухно
«30» мая 2023г.



Дополнительная общеобразовательная программа -
дополнительная общеразвивающая программа

«Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание»

Направленность: физкультурно – спортивная

Продвинутый уровень

Возраст учащихся: 13 – 17 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель:
педагог дополнительного образования
Попова Наталия Витальевна

Сыктывкар, 2023

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ – ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные балльные танцы. Конкурсное танцевание» имеет *физкультурно-спортивную направленность*.

Настоящая дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные балльные танцы. Конкурсное танцевание» (далее программа) разработана с учетом:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года от 11 апреля 2019 года № 185;

- Стратегии социально-экономического развития МО ГО «Сыктывкар» до 2030 года от 8 июля 2011 г. № 03/2011-61;

- Распоряжения Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28;

- Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 года N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказа Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования до-полнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года №214-п;

- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы);

- Письма Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;

- Устава МАУДО «ЦДТ».

Флагманскими проектами Республики Коми являются «Спорт – норма жизни», «Укрепление общественного здоровья». Достижение высокого уровня физической культуры населения, увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни являются приоритетными направлениями социально-экономического развития РК и г. Сыктывкар. Поэтому программа «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» способствует реализации данной стратегической цели, т.к. бальные танцы развивают не только физические качества, но и являются эффективным средством укрепления здоровья, обучения здоровьесберегающим навыкам, воспитывают потребность в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, сознательном применении их во время тренировки и отдыха.

Актуальность программы. В соответствии с Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года «приоритетной задачей Российской Федерации в сфере воспитания детей является развитие высоконравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества, готовой к мирному созиданию и защите Родины». На наш взгляд, система дополнительного образования детей наиболее полным образом способна реализовать данный воспитательный приоритет за счет погружения детей в атмосферу творчества и спорта.

Широкое распространение и развитие бальной хореографии в последние годы показало повышенный интерес к этому виду творчества у детей и родителей, что делает программу по спортивным бальным танцам актуальной и востребованной. Наличие растущего социального запроса способствует увеличению количества обучающихся в танцевально-спортивном клубе «АртМас». Программа позволяет решить проблему выявления талантливых и одарённых детей, развития индивидуальных творческих способностей каждого ребёнка. Учащиеся получают профессиональную ориентацию, впоследствии они смогут проанализировать бальный танец самоопределились и поступать в хореографические учебные заведения. Поэтому программу можно считать профессионально-ориентированной.

Отличительные особенности программы.

- Особенность и новизна данной программы выражена в осуществлении комплексного подхода к образовательному процессу: ведется совместная работа с региональными представителями СТСР, ориентированная на общие требования уровня и класса танцевания.

- Уделяется особое внимание выявлению, поддержке и педагогическому сопровождению одарённых детей. Для них разрабатываются индивидуальные программы личностного роста. Во время каникул проводятся мастер-классы известных российских тренеров.

- Программа является качественно новой ступенью обучения, в которой суммируются все приобретенные детьми знания и навыки, необходимые для изучения наиболее сложных движений, усложняются все виды вращения: увеличивается количество туров, вводятся комбинированные вращения по диагонали и кругу, убыстряется темп, все больше дается занятий на импровизацию.

- Программа нацелена на углубление специальных знаний и на соответствие требованиям качеству исполнения в зависимости от класса пары. Классность каждого танцора зафиксирована в личной классификационной книжке, находящейся на учете в Союзе танцевального спорта России по РК («Правила СТСП о возрастных категориях и классах мастерства спортсменов» прилагаются в УМК). Учитываются прогнозируемые результаты и по уровням и критерии их оценки.

- Содержание программы имеет большой воспитательный потенциал: в развитии духовно-нравственных качеств личности на основе изучения культур разных стран; в воспитании этики танцевания; в воспитании уважения между полами на основе специфики бального танца - парного танцевания.

- Осуществление воспитательной работы в коллективе происходит в форме организации совместной деятельности, в атмосфере сотрудничества педагога, детей и родителей. Особенно это проявляется в едином стремлении всего коллектива к высоким показателям, в поддержке боевого духа на соревнованиях, в воспитании чувства ответственности старших за малышей, а также в традиционных праздниках клуба, выездах на турниры, экскурсии, походы, в организации летнего отдыха.

Программа «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» имеет **продвинутый уровень** сложности. Базовые знания и умения по спортивным бальным танцам учащиеся получили, освоив программу стартового уровня «Спортивные бальные танцы». Программа «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» направлена на профессиональную ориентацию учащихся.

Адресат программы. Программа «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» адресована детям старшего школьного возраста (13 – 17 лет). По программе обучаются учащиеся, имеющие хорошие физические, музыкальные, танцевальные данные, обладающие трудолюбием, творческими способностями, увлеченные искусством танца и прошедшие обучение по программе «Спортивные бальные танцы» (срок реализации – 6 лет) при отсутствии медицинских противопоказаний.

Объем программы. 288 часов в год. Всего 576.

Срок освоения программы 2 учебных года, 18 месяцев, 72 недели.

Формы организации образовательного процесса и виды занятий.

Формами организации образовательного процесса и видами занятий являются: *аудиторная форма* - групповая: учебно-тренировочные занятия, игры, конкурсы, самостоятельная работа; *внеаудиторная форма* – соревнования, учебно-тренировочные сборы на выезде, самостоятельная работа дома. В организации учебной деятельности используются различные формы проведения занятий: учебная игра, игра-путешествие, театрализованные представления, экскурсии, соревнования, турниры.

Непременным условием при проведении занятий является дифференцированный подход к учащимся.

Очно-заочная форма проведения занятий используется в период невозможности организации учебного процесса в очной форме: карантина, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, активированных дней. Очно-заочная форма обучения организуется с использованием дистанционных образовательных технологий. В этот период могут быть использованы Интернет-ресурсы по заданным темам программы. Обучение осуществляется на платформах: ГИС ЭО, социальной сети ВКонтакте, WhatsApp.

Режим занятий.

Год обучения	Возраст детей /лет/	Кол-во детей в группе	Кол-во часов в неделю	Продолжительность 1 урока, / мин./	Категории	Классы
1 г.о.	13-15	10	4 x 2 ч. =8 ч.	40	Ю-2	Н,Е,Д,С, В, А
2 г.о.	16-17	10	4 x 2 ч. =8 ч.	40	Молодежь	Н,Е,Д,С,В,А,S

Занятия по программе «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» проводятся 4 раза в неделю по 2 часа.

Исходя, из СП 2.4. 3648-20 продолжительность 1 часа занятий для учащихся старшего школьного возраста – 40 минут.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы — развитие и совершенствование творческих способностей учащихся, переход на качественно новую конкурсную ступень спортивных бальных танцев, профессиональное самоопределение учащихся.

В процессе работы по данной программе решаются следующие **задачи**:

Обучающие:

- углубить знания по истории бальных танцев, познакомиться с традициями и культурой народов России и Республики Коми;
- расширить специальные знания по спортивным бальным танцам;
- совершенствовать музыкально-ритмические навыки;
- сформировать умения и навыки танцевального мастерства на предпрофильном уровне;
- совершенствовать умения и навыки выступления перед зрителями и судьями;

- приобрести опыт судейства соревнований;
- приобрести знания о профессиях и учебных заведениях по профилю деятельности

Развивающие:

- формировать правильную красивую осанку;
- совершенствовать координацию движений, гибкость и пластику, развить чувство ритма, артистизм и эмоциональность, творческие танцевальные способности;
- развивать творческие способности по дизайну и стилистике танцевальных костюмов, танцевальных причесок;
- способствовать развитию индивидуальности каждой танцевальной пары;
- продолжать развивать спортивные качества: силу, выносливость, скорость;
- создавать условия для развития индивидуальной творческой активности учащихся в процессе исполнения спортивных бальных танцев;
- развивать чувство ответственности, коммуникативные качества личности в коллективной деятельности;
- развитие правильной половой идентификации и воспитание соответствующих черт характера (мужественность, женственность).

Воспитательные:

- воспитывать целеустремлённость, волевые качества (терпение, волю) настойчивость, трудолюбие;
- воспитать собранность и дисциплину;
- воспитать стремление к саморазвитию;
- воспитать эстетический вкус и исполнительскую культуру;
- привить навыки хорошего тона и культуры поведения;
- воспитать чувство коллективизма и взаимопомощи, чувство ответственности и патриотизма.

1 год обучения.

Цель – усовершенствование учащимися танцевального мастерства; использование учащимися базовых знаний фигур Н, Е, Д, С, А класса при постановке композиций. Повышение уровня физической и эстетической подготовки учащихся.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

Обучающие:

- углубить знания о истории возникновения европейских и латиноамериканских танцев Медленный вальс, Тангро, Венский вальс, Квикстеп, Самба, Ча-ча-ча, Румба, Пассодобль, Джайв;
- содействовать формированию у учащихся специальных технических знаний, умений и навыков, необходимых для успешной деятельности в спортивных бальных танцах в категории Юниоры -2, Н, Е, Д, С, В, А класс;
- стимулировать детей к самостоятельной деятельности совершенствовать техническую подготовку;
- систематизировать знания об общих требованиях к рейтинговому костюму

категория Юниоры -2 (Правила спортивного костюма Союза танцевального спорта России, прилагаются в УМК).

2 год обучения.

Цель – усовершенствование учащимися танцевального мастерства в категории Молодежь S класса; приобрести элементарный тренерский опыт. Повышение уровня физической и эстетической подготовки учащихся.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

Обучающие:

- содействовать формированию у учащихся специальных технических знаний, умений и навыков, необходимых для успешной деятельности в спортивных бальных танцах в категории Молодежь Н, Е, Д. С, В, А, S класс;
- содействовать формированию у учащихся специальных технических знаний, умений и навыков, необходимых для работы с младшими учащимися (приобрести опыт работы с группой учащихся, отдельно с парами, опыт общения и показа);
- стимулировать детей к самостоятельной деятельности совершенствовать техническую подготовку;
- систематизировать знания об общих требованиях к рейтинговому костюму категория Молодежь (Правила спортивного костюма Союза танцевального спорта России, прилагаются в УМК).

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебный план

1 год обучения

№	Раздел (тема)	Кол- во часов	В том числе	
			Теор	Практ.
1. Теоретическая подготовка - 10ч.				
1.1.	Введение в деятельность.	1	1	-
1.2.	Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале	1	1	-
1.3.	Основы гигиены и рационального питания	2	2	-
1.4.	Элементарные правила соревнований	4	4	-
1.5.	Средние и высшие профильные учебные заведения	2	2	-
2. Общая физическая и специально техническая подготовка – 40 ч.				
2.1.	Упражнения для развития локомоторных способностей.	8	-	8
2.2.	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития	8	-	8

	выносливости			
2.3.	Упражнения для развития силовых способностей	8	-	8
2.4.	Упражнения для развития гибкости	8	-	8
2.5.	Упражнения для развития координационных способностей	8	-	8
3. Техническая подготовка-200ч.				
3.1.	Европейские танцы - 100ч.			
3.1.1	Медленный вальс	20	4	16
3.1.2	Танго	20	4	16
3.1.3	Венский вальс	20	4	16
3.1.4	Фокстрот	20	4	16
3.1.5	Квикстеп	20	4	16
3.2.	Латиноамериканские танцы -100ч.			
3.2.1	Самба	20	4	16
3.2.2	Ча-ча-ча	20	4	16
3.2.3	Румба	20	4	16
3.2.4	Пассодобль	20	4	16
3.2.5	Джайв	20	4	16
4. Педагогический контроль-6ч				
4.1.	Входящая диагностика.	2	-	2
4.2.	Текущий контроль.	2	-	2
4.3.	Промежуточная аттестация.	2	-	2
5. Соревновательная подготовка		20	-	20
6. Досугово – развивающая деятельность		10	-	10
7. Итоговое занятие		2	2	-
Итого:		288	52	236

2год обучения

№	Раздел (тема)	Кол- во часов	В том числе	
			Теор	Практ.
1. Теоретическая подготовка - 30ч.				
1.1.	Введение в деятельность	1	1	-
1.2.	Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале	1	1	-
1.3.	Основы гигиены и рационального питания	10	10	-
1.4.	Элементарные правила соревнований	12	12	-
1.5.	Средние и высшие профильные учебные заведения	6	6	0

2. Общая физическая и специально техническая подготовка – 50 ч.				
2.1.	Упражнения для развития локомоторных способностей.	10	-	10
2.2.	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости	10	-	10
2.3.	Упражнения для развития силовых способностей	10	-	10
2.4.	Упражнения для развития гибкости	10	-	10
2.5.	Упражнения для развития координационных способностей	10	-	10
3. Техническая подготовка-150ч.				
3.1.	Европейские танцы – 75ч.			
3.1.1	Медленный вальс	15	4	11
3.1.2	Танго	15	4	11
3.1.3	Венский вальс	15	4	11
3.1.4	Фокстрот	15	4	11
3.1.5	Квикстеп	15	4	11
3.2.	Латиноамериканские танцы -75ч.			
3.2.1	Самба	15	4	11
3.2.2	Ча-ча-ча	15	4	11
3.2.3	Румба	15	4	11
3.2.4	Пассодобль	15	4	11
3.2.5	Джайв	15	4	11
4.Педагогический контроль -6ч				
4.1.	Входящая диагностика.	2	-	2
4.2.	Текущий контроль.	2	-	2
4.3.	Итоговая аттестация	2	-	2
1. Соревновательная подготовка		40	-	40
2. Досугово – развивающая деятельность		10	-	10
3. Итоговое занятие		2	2	-
Итого:		288	72	216

1.3.2. Содержание учебного плана

1 год обучения

1.Теоретическая подготовка -10ч.

Теория-1ч.Тема №1. 1. Введение в деятельность.

Вводное занятие, введение в деятельность. Содержание образовательной программы, цели и задачи на учебный год. Правила организации учебного занятия. Выбор детского актива. Знакомство с планом массовых и спортивных

мероприятий на учебный год. Распределение разовых и постоянных поручений. Краткая информация о знаменательных датах республики и страны. История развития спортивных балльных танцев в РК и России. Гимн и герб РК и Российской Федерации.

Теория-1ч. Тема №1.2. Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале.

Инструктаж по технике безопасности. Требования к форме, внешнему виду, правила поведения в танцевальном зале и в ЦДТ.

Тема №1.3. Основы гигиены и рационального питания.

Теория-1ч. Режим питания и питьевой режим; правила рационального питания; калорийность продуктов.

Теория-1ч. Гигиена тела и самоконтроль; гигиена занятий, одежда и обувь.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Тема №1.4. Элементарные правила соревнований.

Теория-2ч. Разбор и изучение правил соревнований. Основные показатели по судейству. Одежда на соревнования (рейтинговые костюмы), прически.

Теория-2ч. Разминка за 1 час до соревнования (проба паркета). Презентация пары (выход на паркет, уход с паркета, презентация во время исполнения конкурсных композиций). Типичные ошибки на соревнованиях.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Тема №1.5 Средние и высшие профильные учебные заведения

Теория-1ч. Знакомство с профессией тренера, преподавателя, педагога дополнительного образования, руководителя самодеятельного коллектива, хореограф.

Теория-1ч. Требования к уровню профессиональной подготовки. Средние и высшие профессиональные учебные заведения РК и России.

2.Общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка – 40ч.

Практика-8ч. Тема №2.1. Упражнения для развития локомоторных способностей:

- 1.Ходьба в приседе вперед и назад.
- 2.Передвижения на носках, с поворотами и подскоками.
- 3.Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам.
- 4.Прыжки и подскоки с акцентом вверх.

Практика-8ч. Тема №2.2. Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости:

- 1.Ускорения из разных исходных положений.
- 2.Гладкий бег на 20, 30 и 100 м, с.
- 3.Бег на месте в максимальном темпе.
4. «Подскоки»: выполнение на скорость за 10 с подскоков на правой и левой ноге.
5. «Подъем в сед»: выполнение на скорость за 10 с подъемов туловища в сед из положения лежа на спине.

6. «Отжимание»: выполнение на скорость за 10 с сгибаний и разгибаний рук в упоре лежа.

7. «Пике»: выполнение на скорость за 10 секунд ударов вытянутой ногой о пол.

8. Бег на 500, 1000, 2000, 3000 м.

9. Двухминутный бег: бег в течение 2 мин в темпе 180 шаг/мин.

10. Шестиминутный бег: испытуемый должен бежать или чередовать бег с ходьбой, стремясь преодолеть как можно большее расстояние за 6 минут.

Практика-8ч. Тема №2.3. Упражнения для развития силовых способностей:

1. Приседания.

2. «Выпрыгивания» из приседа вверх, прогибаясь: максимальное количество раз.

3. Многоскоки.

4. Подтягивания в висе на высокой перекладине.

5. Подтягивания в висе лежа на низкой перекладине.

6. Угол в упоре.

7. «Ножницы» - для оценки силовой выносливости мышц брюшного пресса: испытуемый прямыми ногами, слегка поднятыми над землей, выполняет движение «ножницы». Результат – время выполнения задания.

Практика-8ч. Тема №2.4. Упражнения для развития гибкости:

Упражнения для развития подвижности шейного отдела позвоночника:

1. Наклоны головы вперед-назад, вправо-влево.

2. Повороты головы вправо-влево.

3. Наклоны (вперед-назад) повернутой вправо (влево) головы.

4. Повороты наклоненной вперед головы.

Упражнения для развития подвижности суставов верхнего плечевого пояса:

1. Поднимание и опускание плеч.

2. Движение плеч вперед-назад.

3. Вращение плеч вперед-назад.

4. Отведение рук из вертикального положения назад.

5. Вращение рук в плечевых суставах вперед-назад.

Упражнения для развития гибкости позвоночного столба:

1. Наклоны вперед, назад, вправо, влево.

2. Лежа на животе с закрепленными стопами, прогнуться, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью (грудиной) и полом должно составлять 10-20 см.

3. Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперед, опустить руки вниз. Коснуться пола ладонями.

4. "Мостик". Результат-расстояние от пяток до кончиков пальцев рук. Чем меньше расстояние, тем лучше результат.

5. Прогиб назад с захватом ног в положении лежа («корзиночка»).

6. Прогиб назад с захватом ног в положении стоя на коленях.

7. Комплексы общеразвивающих упражнений, включающие максимальное сгибание туловища (в стойках и седах).

Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы:

1. Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль туловища. При нормальной подвижности голеностопного сустава, угол между поверхностью опоры и голенью 45-55 градусов.

2. Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

Упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра:

3. Широкие стойки на ногах.

4. Подъем ноги вперед и в сторону.

5. Высокие махи поочередно и попеременно правой и левой ногой вперед, назад и в сторону.

6. Лежа на спине, согнуть одну ногу, взять ее обеими руками за колено и притянуть как можно ближе к груди. Другая нога остается выпрямленной. Бедро должно соприкасаться с передней поверхностью туловища.

7. Выпады и полу шпагаты.

8. "Шпагат". Рекомендуются два варианта: продольный и поперечный с опорой на руки. Результат - расстояние до пола.

9. В положении полулежа на спине с опорой на локти одну ногу согнуть коленом вовнутрь так, чтобы голень была перпендикулярна выпрямленной другой ноге. Таз должен быть неподвижным, а колено согнутой ноги почти касаться пола.

Практика-8ч. Тема №2.5. Упражнения для развития координационных способностей:

1. Ходьба по скамейке.

2. Проба Ромберга: удержание равновесия в положении стоя на одной ноге, другая согнута вперед, стопа прижата к колену опорной ноги, руки вперед, глаза закрыты.

3. Равновесия типа «ласточка».

4. Равновесия на одной ноге с изменением заданной позы.

5. Проба Яроцкого: вращательные движения головой в быстром темпе в положении стоя с закрытыми глазами до потери равновесия.

6. Воспроизведение заданной игровой позы.

7. Челночный бег (3x10, 4x5, 2x15 м).

8. Произвольное преодоление простых препятствий.

9. Преодоление полос препятствий, включающих висы, упоры, простые прыжки и т.д.

10. Прыжки по разметкам на точность приземления.

11. Различные комбинации гимнастических упражнений на счет («восьмерки»).

12. Игры, позволяющие развивать координацию (пятнашки, салки, колдунчики с равновесием на одной ноге и другие подвижные игры).

Самостоятельная работа: по изученной теме.

3. Техническая подготовка-200ч.

Тема №3.1. Европейские танцы - 100 ч.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп.

Существует три основных действия, которые используются на протяжении всех танцев в определенной последовательности: *вращения, наклоны, увеличение*. Происходят эти действия, как правила, в верхней части корпуса, в трех плоскостях: саггитальной, фронтальной, горизонтальной.

Вращения в корпусе осуществляются в горизонтальной плоскости и подразделяются на 3 типа:

1) *Для легкости* (ППДК), используется для легкого вхождения в предстоящую фигуру.

2) *Для динамики*, используется для того, чтобы повернуть пару и сменить направление.

3) *Для ведения*, используется при переходе из одной позиции в другую.

Примечание: вращение происходит и в бедрах, используется для смены позиции в паре.

Наклоны в корпусе происходят во фронтальной плоскости и так же подразделяются на 3 типа:

1) *Косметический*, происходит в верхней части корпуса, чаще всего используется в конце подъема.

2) *Технический*, происходит от стоп до макушки одной линией,

3) *Ломанный*, когда весь корпус наклоняется относительно нижней части. Используется очень редко.

Примечание: наклон происходит и в бедрах, чаще всего используется при исполнении внешней фигуры.

Увеличение в корпусе (экстеншн) происходит в саггитальной плоскости. Начинается увеличение с головы, затем плечи и т.д. до талии.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 2 ч. Танец Медленный вальс (Waltz). Музыкальный размер – 3/4.

Практика – 1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Баланс, вращения.

Практика – 1 ч. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение. Работа стопы, колена, корпуса.

Практика – 1 ч. Разбор 5-ти фаз шага: снижение и вынос ноги, удлинение ноги, центральный баланс, вес 30-70, сбор ног.

Практика – 1 ч. Взаимодействие партнеров в паре (ведение, стойка), волна, маленький квадратик, большой квадрат.

Практика – 1 ч. Закрытые перемены – закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный).

Практика – 1 ч. Закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный); натуральный поворот; реверсивный поворот.

Практика – 1 ч. Фигуры Д класса: Двойной реверсивный спин; Реверсивный пивот; Закрытый тэлемарк (Тэлемарк).

Практика – 1 ч. Фигуры Д класса: Открытый тэлемарк; Кросс хэзитэйшн; Крыло; Наружный спин; Недовернутый наружный спин.

Практика – 2 ч. Фигуры Д класса: Закрытый импетус (Импетус поворот); Поворотный лок вправо; Закрытое крыло.

Практика – 2 ч. Реверсивный фоллэвэй и слип пивот; Ховер кортэ; Фоллэвэй виск. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика – 2 ч. Фигуры С класса: Проходящий натуральный поворот; Открытый натуральный поворот из ПП. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика-1 ч. Танец Танго(Tango). Музыкальный размер 4/8 или 2/4.

Практика-1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Баланс, вращения.

Практика-1 ч. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, динамика движения.

Практика-1 ч. Работа стопы, колена, корпуса.

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Ход; Поступательный боковой шаг; Поступательное звено; Закрытый променад.

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Открытое окончание; Открытый променад; Рок поворот (Натуральный рок поворот).

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Открытый реверсивный поворот, дама – сбоку (с закрытым или открытым окончанием).

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Открытый реверсивный поворот, дама в линии (с закрытым или открытым окончанием).

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Основной реверсивный поворот; Кортэ назад; Реверсивный поворот на поступательном боковом шаге.

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Методы выхода в ПП; Рок назад на ПН; Рок назад на ЛН; Натуральный твист поворот.

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Натуральный променадный поворот; Натуральный променадный поворот в рок поворот; Променадное звено.

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Фор стэп; Открытый променад назад.

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Наружный свивл: Наружный свивл вправо, Наружный свивл с поворотом влево, Наружный свивл после 1-2 реверсивного поворота (Реверсивный наружный свивл).

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Фоллэвэй фор стэп; Фор стэп чендч; Браш тэп; Файв стэп, включая вариант Мини файв стэп.

Практика-1 ч. Фигуры Д класса: Виск; Виск назад; Фоллэвэй променад; Чейс: Альтернативные окончания после шага 5 чейса; Реверсивный фоллэвэй и слип пивот. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика-1 ч. Фигуры С класса: Реверсивный пивот. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика-2ч. Танец Венский вальс (Viennese Waltz). Музыкальный размер – 3/4.

Практика-2ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Баланс, вращения.

Практика-2ч. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение. Работа стопы, колена, корпуса.

Практика-2ч. Взаимодействие партнеров в паре.

Практика-2ч. Фигуры Е класса: натуральный поворот; реверсивный поворот.

Практика-2ч. Перемена вперед из натурального поворота в реверсивный; перемена вперед из реверсивного поворота в натуральный.

Практика-2ч. Перемена назад из натурального поворота в реверсивный; перемена назад из реверсивного поворота в натуральный.

Практика-2ч. Наклоны ВП, ВЛ, ППДК.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика-2ч. Танец Фокстрот (Foxtrot). Музыкальный размер – 4/4.

Практические упражнения, подводящие к основному шагу.

Практика-2ч. Баланс, вращения. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение.

Практика-2ч. Работа стопы, колена, корпуса. Взаимодействие партнеров в паре.

Практика-2ч. Фигуры С класса: Реверсивная волна. Натуральный твист поворот: с натуральным плетение-окончанием, с закрытым импетусом и перо окончанием, с открытым импетус окончанием.

Практика-2ч. Фигуры С класса: Изогнутое перо; Перо назад; Натуральный зигзаг из ПП; Реверсивный фоллэвэй и слип пивот.

Практика-2ч. Фигуры С класса: Натуральный хOVER тэлемарк; Баунс фоллэвэй с плетение-окончанием; Быстрое натуральное плетение из ПП (Бегущее плетение).

Практика-2ч. Фигуры С класса: Быстрый открытый реверсивный; Реверсивный пивот; Продолженная реверсивная волна; Изогнутый тройной шаг.

Практика-2ч. Фигуры С класса: Изогнутое перо из ПП; Виск; Виск назад; Двойной реверсивный спин; Наружный спин. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика-1ч. Танец Квикстеп (Quickstep). Музыкальный размер – 4/4.

Практика-1ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу.

Практика-1ч. Баланс, вращения. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение.

Практика-1ч. Работа стопы, колена, корпуса. Взаимодействие партнеров в паре.

Практика-1ч. Фигуры Д класса: Закрытый импетус (Импетус поворот); Реверсивный пивот; Двойной реверсивный спин; Кросс шассе.

Практика-1ч. Фигуры Д класса: Бегущий реверсивный поворот; Четыре быстрых бегущих; Закрытый тэлемарк (Тэлемарк); Кросс свивл.

Практика-1ч. Фигуры Д класса: Типпл шассе влево; Смена направления; Виск; Виск назад; Фиштэйл; Шесть быстрых бегущих; Румба кросс.

Практика-1ч. Фигуры Д класса: Типси вправо; Типси влево; Ховер кортэ; Натуральный поворот, лок назад, бегущее окончание.

Практика-1ч. Фигуры Д класса: Открытый импетус поворот; Открытый тэлемарк.

Практика-1ч. Фигуры Д класса: Открытый натуральный поворот (Проходящий натуральный поворот). (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика-1ч. Фигуры С класса: Открытый натуральный поворот из ПП.

«В» классе:

Практика-1ч. «В» класс: исполнение фигур по частям, использование фигур из другого танца, изменение ритма, танцевание шагов противоположных партий.

Практика-1ч. «В» класс: использование других дополнительных фигур в характере танца;

Практика-1ч. «В» класс: исполнение фигур-линий, дэвлопэ, батманов, рондов, атитюдов и других вариантов подъема ног, бега, прыжков.

Практика-1ч. Программа СТСР по латиноамериканским танцам для танцоров класса В.

Практика-1ч. Особенность конкурсного исполнения танцевальных композиций по этой программе.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Тема №3.2. Латиноамериканские танцы – 100 ч.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв.

Существует четыре основных действия, которые используются на протяжении всех танцев в определенной последовательности: *увеличения, слайд,*

вращения, наклоны. Происходят эти действия в трех плоскостях: саггитальной, фронтальной, горизонтальной.

В корпусе, как и в бедрах используются следующие действия:

- 1) Увеличения, происходят в саггитальной проекции, т.е. движение корпуса вперед и назад.
- 2) Слайд, смещение, перемещение корпуса относительно бедер или наоборот.
- 3) Вращение корпуса относительно бедер или наоборот, происходит а В горизонтальной плоскости.
- 4) Наклоны во фронтальной проекции.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 2ч. Танец Самба (Samba). Музыкальный размер 2/4.

Практика – 2ч. Специальные упражнения: баунс на двух ногах, баунс с ноги на ногу, баунс с работой центра, вынос носка по полу – вперед, в сторону, назад.

Практика – 2ч. Основные движения с ПН, с ЛН, в сторону, поступательное, наружное; виски (самба виски) влево и вправо; виски с поворотом дамы под рукой (вольта поворот дамы на месте вправо и влево).

Практика – 2ч. Самба ход в ПП (променадный самба ход); самба ход в сторону, самба ход на месте; вольта в продвижении вправо и влево в закрытой позиции (простая вольта вправо и влево в закрытой позиции).

Практика – 2ч. Ботафого в продвижении – вперед, назад; крисс кросс бота фого (теневые бота фого); бота фого в променад и контр променад (променадная ботафого); крисс кросс (вольта в продвижении вправо и влево).

Практика – 2ч. Сольная вольта на месте; реверсивный поворот; коса; раскручивание; корта джака; мэйпоул (непрерывный вольта поворот вправо и влево).

Практика – 2ч. Фигуры Д,С классов: Карусель (Вольта по кругу вправо и влево); Натуральный ролл.

Практика – 2ч. Бег в променад и контр променад; Крузадо локи в теневой позиции; Крузадо шаги.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 2ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Музыкальный размер 4/4.

Практика – 2ч. Специальные упражнения: натяжение вертикали, горизонтали, тайм степ, скручивание корпуса.

Практика – 2ч. Основные движения (в закрытой позиции, в открытой позиции, на месте).

Практика – 2ч. Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: шассе в сторону (вправо и влево), компактное шассе, лок вперед с ПН и с ЛН, ронд шассе; твист шассе (хип твист шассе);слип шассе (слип-клоус шассе).

Практика – 2ч. Нью-Йорк (чек из открытой контр ПП и открытой ПП); поворот на месте (поворот переключение влево и вправо); поворот под рукой влево и вправо; плечо к плечу; рука к руке; три ча-ча-ча.

Практика – 2ч. Шаги в сторону (влево и вправо); туда и обратно; тайм стэп, как основное движение в сторону; веер; алемана; хоккейная клюшка;

натуральное раскрытие; закрытый хип твист; открытый хип твист.

Практика – 2ч. Кубинский брэйк – кубинский брэйк в открытой позиции, кубинский брэйк в открытой контр ПП); дробный кубинский брэйк (дробный кубинский брэйк в открытой позиции, дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП); натуральный волчок; кросс бэйсик.

Практика – 2ч. Фигуры Д,С классов: Смены ног (Методы смены ног); Усложненный хип твист; Тайминг «гуапача».

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 2ч. Танец Румба (Rumba). Музыкальный размер 4/4.

Практика – 2ч. Фигуры Д класса: Основные движения (в закрытой позиции и в открытой позиции); Альтернативные основные движения; Кукарача.

Практика – 2ч. Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП); Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо; Поворот под рукой вправо и влево.

Практика – 2ч. Плечо к плечу; Рука к руке; Усложненное раскрытие; Шаги в сторону влево и вправо; Шаги в сторону и кукарача.

Практика – 2ч. Кубинские роки в ритме «2.3.4.1»; Веер; Алемана; Хоккейная клюшка; Натуральный волчок.

Практика – 2ч. Раскрытие вправо и влево; Натуральное раскрытие вправо; Закрытый хип твист; Открытый хип твист; Реверсивный волчок; Раскрытие из реверсивного волчка; Аида (Фоллэвэй).

Практика – 2ч. Спираль; Локон; Роуп спиннинг; Фэнсинг; Скользящие дверцы; Поступательные шаги вперед или назад: в закрытой, открытой позиции; в левой, правой боковой позиции; соло. Непрерывный хип твист.

Практика – 2ч. Фигуры С класса: Усложненный хип твист.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 4ч. Танец Пасодобль (PasoDoble) Музыкальный размер – 2/4.

Практика – 2ч. Фигуры С класса: Удар пикой; Синкопированный удар пикой.

Практика – 2ч. Испанские линии; Дроби фламенко; Синкопированное разъединение.

Практика – 2ч. Вращения в продвижении из ПП.

Практика – 2ч. Вращения в продвижении из контр ПП; Фрэголина (включая Фарол).

Практика – 2ч. Твисты; Шассе плащ; Методы смены ног.

Практика – 2ч. Альтернативные методы выхода в ПП; Вариация с левой ноги.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 1ч. Танец Джайв (Jive). Музыкальный размер 4/4.

Практика – 1ч. Специальные упражнения: марш на месте с высоким коленом, прыжки.

Практика – 1ч. Фигуры Д класса: Муч; Испанские руки; Простой спин; Майами спешал; Кёли вип; Реверсивный хлыст.

Практика – 1ч. Крадущиеся шаги, флики и брэйк (Флики в брэйк).

Практика – 2ч. Фигуры С класса: Катапульта.

Практика – 2ч. «В» класс: исполнение фигур по частям, использование фигур из другого танца, изменение ритма, танцевание шагов противоположных партий.

Практика – 2ч. «В» класс: использование других дополнительных фигур в характере танца.

Практика – 2ч. «В» класс: исполнение фигур-линий, дэвлопэ, батманов, рондов, атитюдов и других вариантов подъема ног, бега, прыжков.

Практика – 2ч. Программа СТСР по латиноамериканским танцам для танцоров класса В.

Практика – 2ч. Особенность конкурсного исполнения танцевальных композиций по этой программе.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

4.Педагогический контроль-6ч.

Тема №4.1.

Практика -2 ч. Входящая диагностика.

Входящая диагностика исходного уровня подготовленности ребенка в начале цикла обучения по программе проводится в течение двух первых недель. В ходе проведения входящей диагностики педагог осуществляет прогнозирование возможностей развития и успешного обучения по программе. Форма проведения входящей диагностики: зачет.

Тема №4.2.

Практика -2 ч. Текущий контроль.

В целях объективности определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке целесообразно проводить текущий контроль успеваемости. Текущий контроль успеваемости осуществляется педагогом в середине года. Форма проведения текущей диагностики: зачет.

Тема №4.3.

Практика -2 ч. Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация - выявление уровня развития знаний, умений и навыков, учащихся по образовательной программе. Проводится в конце года. Форма проведения промежуточной аттестации: зачет.

5.Соревновательная подготовка - 20 ч.

Практика -10 ч. Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы.

Практика -10 ч. Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе.

6.Досугово- развивающая деятельность -10ч.

Практика -10 ч. Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа проводится в соответствии с планом мероприятий по программе воспитания, социализации и творческого развития МАУДО «ЦДТ», а так же в процессе учебных занятий, соревнований, клубных традиционных мероприятий. Посещение театра оперы и балета с участием артистов балета РК. Выход на

лыжах.

Посещение тренировок и соревнований с участием ведущих танцоров РК. Экскурсия по г. Сыктывкару, знакомство с достижениями и традициями РК. Достопримечательности РК. Посещение исторических мест города.

7. Итоговое занятие- 2ч.

Теория-1ч. Подведение итогов за учебный год. Анализ спортивных и творческих достижений. Презентация портфолио.

Теория-1ч. Вручение благодарностей. Планирование дальнейшей учебной деятельности.

2 год обучения

1.Теоретическая подготовка -30ч.

Теория -1 ч. Тема №1. 1. Введение в деятельность.

Вводное занятие, введение в деятельность. Содержание образовательной программы, цели и задачи на учебный год. Правила организации учебного занятия. Выбор детского актива. Знакомство с планом массовых и спортивных мероприятий на учебный год. Распределение разовых и постоянных поручений. Краткая информация о знаменательных датах республики и страны. История развития спортивных балльных танцев в РК и России. Гимн и герб РК и Российской Федерации.

Теория -1 ч. Тема№1.2.Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале. Требования к форме, внешнему виду, правила поведения в танцевальном зале и в ЦДТ. Инструктаж по технике безопасности.

Тема №1.3. Основы гигиены и рационального питания.

Теория -2 ч. Режим питания и питьевой режим.

Теория -2 ч. Правила рационального питания.

Теория -2 ч. Калорийность продуктов.

Теория -2 ч. Гигиена тела и самоконтроль.

Теория -2 ч. Гигиена занятий, одежда и обувь.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Тема №1.4.Элементарные правила соревнований.

Теория -2 ч. Разбор и изучение правил соревнований.

Теория -2 ч. Основные показатели по судейству.

Теория -2 ч. Одежда на соревнования (рейтинговые костюмы), прически.

Теория -2 ч. Разминка за 1 час до соревнования (проба паркета).

Теория -2 ч. Презентация пары (выход на паркет, уход с паркета, презентация во время исполнения конкурсных композиций).

Теория -2 ч. Типичные ошибки на соревнованиях.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Тема №1.5 Средние и высшие профильные учебные заведения.

Теория -3 ч. Знакомство с профессией тренера, преподавателя, педагога дополнительного образования, руководителя самодеятельного коллектива, хореограф.

Теория -3 ч. Требования к уровню профессиональной подготовки. Средние и высшие профессиональные учебные заведения РК и России.

2.Общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка – 50ч.

Практика-10ч. *Тема №2.1. Упражнения для развития локомоторных способностей.*

- 1.Ходьба в приседе вперед и назад.
- 2.Передвижения на носках, с поворотами и подскоками.
- 3.Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам.
- 4.Прыжки и подскоки с акцентом вверх.

Практика-10ч. *Тема №2.2. Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости:*

- 1.Ускорения из разных исходных положений.
- 2.Гладкий бег на 20, 30 и 100 м, с.
- 3.Бег на месте в максимальном темпе.
4. «Подскоки»: выполнение на скорость за 10 с подскоков на правой и левой ноге.
5. «Подъем в сед»: выполнение на скорость за 10 с подъемов туловища в сед из положения лежа на спине.
6. «Отжимание»: выполнение на скорость за 10 с сгибаний и разгибаний рук в упоре лежа.
7. «Пике»: выполнение на скорость за 10 секунд ударов вытянутой ногой о пол.
- 8.Бег на 500, 1000, 2000, 3000 м.
- 9.Двухминутный бег: бег в течение 2 мин в темпе 180 шаг/мин.
- 10.Шестиминутный бег: испытуемый должен бежать или чередовать бег с ходьбой, стремясь преодолеть как можно большее расстояние за 6 минут.

Практика-10ч. *Тема №2.3. Упражнения для развития силовых способностей:*

- 1.Приседания.
2. «Выпрыгивания» из приседа вверх, прогибаясь: максимальное количество раз.
- 3.Многоскоки.
- 4.Подтягивания в висе на высокой перекладине.
- 5.Подтягивания в висе лежа на низкой перекладине.
- 6.Угол в упоре.
7. «Ножницы» - для оценки силовой выносливости мышц брюшного пресса: испытуемый прямыми ногами, слегка поднятыми над землей, выполняет движение «ножницы». Результат – время выполнения задания.

Практика-10ч. *Тема №2.4. Упражнения для развития гибкости:*

Упражнения для развития подвижности шейного отдела позвоночника:

- 1.Наклоны головы вперед-назад, вправо-влево.
- 2.Повороты головы вправо-влево.
- 3.Наклоны (вперед-назад) повернутой вправо (влево) головы.
- 4.Повороты наклоненной вперед головы.

Упражнения для развития подвижности суставов верхнего плечевого пояса:

- 1.Поднимание и опускание плеч.
- 2.Движение плеч вперед-назад.
- 3.Вращение плеч вперед-назад.
- 4.Отведение рук из вертикального положения назад.
- 5.Вращение рук в плечевых суставах вперед-назад.

Упражнения для развития гибкости позвоночного столба:

- 1.Наклоны вперед, назад, вправо, влево.
- 2.Лежа на животе с закрепленными стопами, прогнуться, отрывая грудь от пола. Расстояние между грудной костью (грудиной) и полом должно составлять 10-20 см.
- 3.Встать прямо, ноги вместе. Наклониться как можно ниже вперед, опустить руки вниз. Коснуться пола ладонями.
- 4."Мостик". Результат-расстояние от пяток до кончиков пальцев рук. Чем меньше расстояние, тем лучше результат.
- 5.Прогиб назад с захватом ног в положении лежа («корзиночка»).
- 6.Прогиб назад с захватом ног в положении стоя на коленях.
- 7.Комплексы общеразвивающих упражнений, включающие максимальное сгибание туловища (в стойках и седах).

Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы:

- 1.Присесть, не отрывая носки и пятки от пола, руки вдоль туловища. При нормальной подвижности голеностопного сустава, угол между поверхностью опоры и голенью 45-55 градусов.
- 2.Из положения стоя на коленях сесть на пятки. В норме тыльная поверхность стопы и голеностопного сустава касаются пола. Носки не должны быть обращены внутрь.

Упражнения для развития подвижности тазобедренного сустава, эластичности мышц бедра:

- 3.Широкие стойки на ногах.
- 4.Подъем ноги вперед и в сторону.
- 5.Высокие махи поочередно и попеременно правой и левой ногой вперед, назад и в сторону.
- 6.Лежа на спине, согнуть одну ногу, взять ее обеими руками за колено и притянуть как можно ближе к груди. Другая нога остается выпрямленной. Бедро должно соприкасаться с передней поверхностью туловища.
- 7.Выпады и полу шпагаты.
- 8."Шпагат". Рекомендуются два варианта: продольный и поперечный с опорой на руки. Результат - расстояние до пола.
- 9.В положении полулежа на спине с опорой на локти одну ногу согнуть коленом вовнутрь так, чтобы голень была перпендикулярна выпрямленной другой ноге. Таз должен быть неподвижным, а колено согнутой ноги почти касаться пола.

Практика-10ч. Тема№2.5. Упражнения для развития координационных способностей:

1. Ходьба по скамейке.
2. Проба Ромберга: удержание равновесия в положении стоя на одной ноге, другая согнута вперед, стопа прижата к колену опорной ноги, руки вперед, глаза закрыты.
3. Равновесия типа «ласточка».
4. Равновесия на одной ноге с изменением заданной позы.
5. Проба Яроцкого: вращательные движения головой в быстром темпе в положении стоя с закрытыми глазами до потери равновесия.
6. Воспроизведение заданной игровой позы.
7. Челночный бег (3x10, 4x5, 2x15 м).
8. Произвольное преодоление простых препятствий.
9. Преодоление полос препятствий, включающих висы, упоры, простые прыжки и т.д.
10. Прыжки по разметкам на точность приземления.
11. Различные комбинации гимнастических упражнений на счет («восьмерки»).
12. Игры, позволяющие развивать координацию (пятнашки, салки, колдунчики с равновесием на одной ноге и другие подвижные игры).

Самостоятельная работа: по изученной теме.

3. Техническая подготовка-150ч.й

Тема №3.1. Европейские танцы - 75 ч.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот.

Теория – 4 ч. Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп.

Существует три основных действия, которые используются на протяжении всех танцев в определенной последовательности: *вращения, наклоны, увеличение*. Происходят эти действия, как правила, в верхней части корпуса, в трех плоскостях: саггитальной, фронтальной, горизонтальной.

Вращения в корпусе осуществляются в горизонтальной плоскости и подразделяются на 3 типа:

1) *Для легкости* (ППДК), используется для легкого вхождения в предстоящую фигуру.

2) *Для динамики*, используется для того, чтобы повернуть пару и сменить направление.

3) *Для ведения*, используется при переходе из одной позиции в другую.

Примечание: вращение происходит и в бедрах, используется для смены позиции в паре.

Наклоны в корпусе происходят во фронтальной плоскости и так же подразделяются на 3 типа:

- 1) *Косметический*, происходит в верхней части корпуса, чаще всего используется в конце подъема.
- 2) *Технический*, происходит от стоп до макушки одной линией,
- 3) *Ломанный*, когда весь корпус наклоняется относительно нижней части. Используется очень редко.

Примечание: наклон происходит и в бедрах, чаще всего используется при исполнении внешней фигуры.

Увеличение в корпусе (экстеншн) происходит в саггитальной плоскости. Начинается увеличение с головы, затем плечи и т.д. до талии.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу: Баланс, вращения. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение.

Практика – 1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу: Работа стопы, колена, корпуса. Разбор 5-ти фаз шага: снижение и вынос ноги, удлинение ноги, центральный баланс, вес 30-70, сбор ног.

Практика – 1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу: Взаимодействие партнеров в паре (ведение, стойка), волна, маленький квадратик, большой квадрат.

Практика – 1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу: Закрытые перемены – закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный); закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный).

Практика – 1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу: натуральный поворот; реверсивный поворот; натуральный спин поворот; виск; шассе из ПП; перемена хэзитэйшн; наружная перемена.

Практика – 1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу: реверсивное кортэ; виск назад; лок назад; поступательное шассе вправо; открытый импетус; плетение из ПП; дрэгхэзитэйшн.

Практика – 1 ч. Практические упражнения, подводящие к основному шагу: поворотный лок в лево; основное плетение (плетение в ритме вальса). (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 1 ч. Танец Медленный вальс (Waltz). Музыкальный размер – 3/4.

Практика – 1 ч. Танец Медленный вальс (Waltz). Фигуры Д класса: Двойной реверсивный спин; Реверсивный пивот; Закрытый тэлемарк (Тэлемарк); Открытый тэлемарк; Кросс хэзитэйшн; Крыло; Наружный спин.

Практика – 1 ч. Танец Медленный вальс (Waltz). Фигуры Д класса: Недовернутый наружный спин; Закрытый импетус (Импетус поворот); Поворотный лок вправо; Закрытое крыло; Реверсивный фоллэвэй и слип пивот; Ховеркортэ; Фоллэвэйвиск. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика – 1 ч. Танец Медленный вальс (Waltz). Фигуры С класса: Проходящий натуральный поворот; Открытый натуральный поворот из ПП. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Музыкальный размер 4/8 или 2/4.

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Ход; Поступательный боковой шаг; Поступательное звено; Закрытый променад; Открытое окончание.

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Открытый променад; Рок поворот (Натуральный рок поворот); Открытый реверсивный поворот, дама – сбоку (с закрытым или открытым окончанием).

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Открытый реверсивный поворот, дама в линии (с закрытым или открытым окончанием); Основной реверсивный поворот; Кортэ назад.

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Реверсивный поворот на поступательном боковом шаге; Методы выхода в ПП; Рок назад на ПН; Рок назад на ЛН; Натуральный твист поворот.

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Натуральный променадный поворот; Натуральный променадный поворот в рок поворот; Променадное звено; Фор стэп.

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Открытый променад назад; Наружный свивл: Наружный свивл вправо, Наружный свивл с поворотом влево, Наружный свивл после 1-2 реверсивного поворота (Реверсивный наружный свивл).

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Фоллэвэй фор стэп; Фор стэп чендч; Браш тэп.

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Файв стэп, включая вариант Мини файв стэп; Виск; Виск назад.

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса: Фоллэвэй променад; Чейс: Альтернативные окончания после шага 5 чейса; Реверсивный фоллэвэй и слип пивот. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика – 1 ч. Танец Танго(Tango). Фигуры С класса: Реверсивный пивот. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика – 5 ч. Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Музыкальный размер – 3/4. Фигуры Е класса: натуральный поворот; реверсивный поворот; перемена вперед из натурального поворота в реверсивный; перемена вперед из реверсивного поворота в натуральный.

Практика – 6 ч. Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Музыкальный размер – 3/4. Фигуры Е класса: перемена назад из натурального поворота в реверсивный; перемена назад из реверсивного поворота в натуральный. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика – 2 ч. Танец Фокстрот (Foxtrot). Музыкальный размер – 4/4. Фигуры С класса: Реверсивная волна. Натуральный твист поворот: с натуральным плетение-окончанием, с закрытым импетусом и перо окончанием, с открытым импетусом окончанием.

Практика – 3 ч. Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса: Изогнутое перо; Перо назад; Натуральный зигзаг из ПП; Реверсивный фоллэвэй и слип пивот; Натуральный хOVERтэлемарк.

Практика – 3 ч. Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса: Баунсфоллэвэй с плетение-окончанием; Быстрое натуральное плетение из ПП (Бегущее плетение); Быстрый открытый реверсивный.

Практика – 3 ч. Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса: Реверсивный пивот; Продолженная реверсивная волна; Изогнутый тройной шаг; Изогнутое перо из ПП; Виск; Виск назад; Двойной реверсивный спин; Наружный спин. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика – 1 ч. Танец Квикстен (Quickstep). Музыкальный размер – 4/4. Фигуры Д класса: Закрытый импетус (Импетус поворот); Реверсивный пивот; Двойной реверсивный спин.

Практика – 2 ч. Танец Квикстен (Quickstep). Фигуры Д класса: Кросс шассе; Бегущий реверсивный поворот; Четыре быстрых бегущих; Закрытый тэлемарк (Тэлемарк).

Практика – 2 ч. Танец Квикстен (Quickstep). Фигуры Д класса: Кросс свивл; Типпл шассе влево; Смена направления; Виск; Виск назад; Фиштэйл; Шесть быстрых бегущих; Румба кросс.

Практика – 2 ч. Танец Квикстен (Quickstep). Фигуры Д класса: Типси вправо; Типси влево; Ховеркортэ; Натуральный поворот, лок назад, бегущее окончание; Открытый импетус поворот.

Практика – 2 ч. Танец Квикстен (Quickstep). Фигуры Д класса: Открытый тэлемарк; Открытый натуральный поворот (Проходящий натуральный поворот). (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК).

Практика – 2 ч. Танец Квикстен (Quickstep). Фигуры С класса: Открытый натуральный поворот из ПП.

В «В» и «А» классе:

- разрешается исполнение фигур по частям, использование фигур из другого танца, изменение ритма, танцевание шагов противоположных партий;
- разрешается использование других дополнительных фигур в характере танца;
- разрешается исполнение фигур-линий, дэвлопэ, батманов, рондов, атитюдов и других вариантов подъема ног, бега, прыжков.

Программа СТСР по латиноамериканским танцам для танцоров класса В.

Особенность конкурсного исполнения танцевальных композиций по этой программе.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Тема №3.2. Латиноамериканские танцы – 75 ч.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль.

Теория – 4 ч. Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв.

Существует четыре основных действия, которые используются на протяжении всех танцев в определенной последовательности: *увеличения, слайд, вращения, наклоны*. Происходят эти действия в трех плоскостях: саггитальной, фронтальной, горизонтальной.

В корпусе, как и в бедрах используются следующие действия:

- 1) Увеличения, происходят в саггитальной проекции, т.е. движение корпуса вперед и назад.
- 2) Слайд, смещение, перемещение корпуса относительно бедер или наоборот.
- 3) Вращение корпуса относительно бедер или наоборот, происходит а В горизонтальной плоскости.
- 4) Наклоны во фронтальной проекции.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

Практика – 1 ч. *Танец Самба (Samba)*. Музыкальный размер 2/4.

Практика – 1 ч. *Танец Самба (Samba)*. *Специальные упражнения:* баунс на двух ногах, баунс с ноги на ногу, баунс с работой центра, вынос носка по полу – вперед, в сторону, назад.

Практика – 1 ч. *Танец Самба (Samba)*. *Фигуры Е класса:* Основные движения с ПН, с ЛН, в сторону, поступательное, наружное; виски (самба виски) влево и вправо.

Практика – 1 ч. *Танец Самба (Samba)*. *Фигуры Е класса:* виски с поворотом дамы под рукой (вольта поворот дамы на месте вправо и влево); самба ход в ПП (променадный самба ход).

Практика – 1 ч. *Танец Самба (Samba)*. *Фигуры Е класса:* самба ход в сторону, самба ход на месте; вольта в продвижении вправо и влево в закрытой позиции (простая вольта вправо и влево в закрытой позиции).

Практика – 1 ч. *Танец Самба (Samba)*. *Фигуры Е класса:* ботафого в продвижении – вперед, назад; крисс кросс бота фого (теневые бота фого); бота фого в променад и контр променад (променаднаяботафого).

Практика – 1 ч. *Танец Самба (Samba)*. *Фигуры Е класса:* крисс кросс (вольта в продвижении вправо и влево); сольная вольта на месте; реверсивный поворот; коса; раскручивание; корта джака; мэйпоул (непрерывный вольта поворот вправо и влево).

Практика – 4 ч. *Танец Самба (Samba)*. *Фигуры Д,С классов:* Карусель (Вольта по кругу вправо и влево); Натуральный ролл; Бег в променад и контр променад; Крузадо локи в теневой позиции; Крузадо шаги.

Практика – 1 ч. *Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha)*. Музыкальный размер 4/4.

Практика – 1 ч. *Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha)*. *Специальные упражнения:* натяжение вертикали, горизонтали, тайм степ, скручивание корпуса.

Практика – 1 ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Основные движения (в закрытой позиции, в открытой позиции, на месте), Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: шассе в сторону (вправо и влево), компактное шассе, лок вперед с ПН и с ЛН, ронд шассе.

Практика – 1 ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Фигуры E класса: твист шассе (хип твист шассе);слип шассе (слип-клоус шассе); Нью-Йорк (чек из открытой контр ПП и открытой ПП).

Практика – 1 ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Фигуры E класса: поворот на месте (поворот переключение влево и вправо); поворот под рукой влево и вправо; плечо к плечу.

Практика – 1 ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Фигуры E класса: рука к руке; три ча-ча-ча; шаги в сторону (влево и вправо); туда и обратно; тайм стэп, как основное движение в сторону.

Практика – 1 ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Фигуры E класса: веер; алемана; хоккейная клюшка; натуральное раскрытие; закрытый хип твист; открытый хип твист.

Практика – 1 ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Фигуры E класса: кубинский брэйк – кубинский брэйк в открытой позиции, кубинский брэйк в открытой контр ПП).

Практика – 1 ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Фигуры E класса: дробный кубинский брэйк (дробный кубинский брэйк в открытой позиции, дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП); натуральный волчок; кросс бэйсик.

Практика – 2 ч. Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Фигуры E класса: Фигуры Д,С классов: Смены ног (Методы смены ног); Усложненный хип твист; Тайминг «гуапача».

Практика – 1 ч. Танец Румба (Rumba). Музыкальный размер 4/4. Фигуры Д класса: Основные движения (в закрытой позиции и в открытой позиции); Альтернативные основные движения.

Практика – 1 ч. Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса: Кукарача; Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП); Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо.

Практика – 1 ч. Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса: Поворот под рукой вправо и влево; Плечо к плечу; Рука к руке; Усложненное раскрытие; Шаги в сторону влево и вправо.

Практика – 1 ч. Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса: Шаги в сторону и кукарача; Кубинские роки в ритме «2.3.4.1»; Веер; Алемана; Хоккейная клюшка; Натуральный волчок.

Практика – 1 ч. Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса: Раскрытие вправо и влево; Натуральное раскрытие вправо; Закрытый хип твист; Открытый хип твист.

Практика – 1 ч. Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса: Реверсивный волчок; Раскрытие из реверсивного волчка.

Практика – 1 ч. Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса: Аида (Фоллэвэй); Спираль; Локон; Роуп спиннинг; Фэнсинг; Скользящие дверцы; Поступательные

шаги вперед или назад: в закрытой, открытой позиции; в левой, правой боковой позиции; соло. Непрерывный хип твист.

Практика –4ч. Танец Румба (Rumba). Фигуры С класса: Усложненный хип твист.

Практика – 5 ч. Танец Пасодобль (PasoDoble). Музыкальный размер – 2/4. Фигуры С класса: Удар пикой; Синкопированный удар пикой; Испанские линии; Дроби фламенко; Синкопированное разъединение; Вращения в продвижении из ПП.

Практика –6ч. Танец Пасодобль (PasoDoble). Музыкальный размер – 2/4. Фигуры С класса: Вращения в продвижении из контр ПП; Фрэголина (включая Фарол); Твисты; Шассе плащ; Методы смены ног; Альтернативные методы выхода в ПП; Вариация с левой ноги.

Практика – 3 ч. Танец Джайв (Jive). Музыкальный размер 4/4. Специальные упражнения: марш на месте с высоким коленом. Фигуры Д класса: Муч; Испанские руки; Простой спин; Майами спешал; Кёливип; Реверсивный хлыст; Крадущиеся шаги, флики и брэйк (Флики в брэйк).

Практика – 4 ч. Танец Джайв (Jive). Фигуры С класса: Катапульта.

Практика – 4 ч. Танец Джайв (Jive). Фигуры В и А класса:

- исполнение фигур по частям, использование фигур из другого танца, изменение ритма, танцевание шагов противоположных партий;
- использование других дополнительных фигур в характере танца;
- исполнение фигур-линий, дэвлопэ, батманов, рондов, атитюдов и других вариантов подъема ног, бега, прыжков.

Программа СТСР по латиноамериканским танцам для танцоров класса В.

Особенность конкурсного исполнения танцевальных композиций по этой программе.

Самостоятельная работа: по изученной теме.

4.Педагогический контроль-6ч.

Тема №4.1.

Практика -2 ч. Входящая диагностика.

Входящая диагностика исходного уровня подготовленности ребенка в начале цикла обучения по программе проводится в течение двух первых недель. В ходе проведения входящей диагностики педагог осуществляет прогнозирование возможностей развития и успешного обучения по программе. Форма проведения входящей диагностики: зачет.

Тема №4.2.

Практика -2 ч. Текущий контроль.

В целях объективности определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке целесообразно проводить текущий контроль успеваемости. Текущий контроль успеваемости осуществляется педагогом в середине года. Форма проведения текущей диагностики: зачет.

Тема №4.3.

Практика -2 ч. Промежуточная аттестация.

Промежуточная аттестация - выявление уровня развития знаний, умений и навыков, учащихся по образовательной программе. Проводится в конце года. Форма проведения промежуточной аттестации: зачет.

5. Соревновательная подготовка - 40 ч.

Практика -20 ч. Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы.

Практика -20 ч. Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе.

6. Досугово- развивающая деятельность -10ч.

Практика -10 ч. Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа проводится в соответствии с планом мероприятий по программе воспитания, социализации и творческого развития МАУДО «ЦДТ», а так же в процессе учебных занятий, соревнований, клубных традиционных мероприятий. Посещение театра оперы и балета с участием артистов балета РК. Выход на лыжах.

Посещение тренировок и соревнований с участием ведущих танцоров РК. Экскурсия по г. Сыктывкару, знакомство с достижениями и традициями РК. Достопримечательности РК. Посещение исторических мест города.

8. Итоговое занятие- 2ч.

Теория-1 ч.

Подведение итогов за учебный год. Анализ спортивных и творческих достижений. Презентация портфолио.

Теория-1 ч. Вручение благодарностей. Планирование дальнейшей учебной деятельности.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения данного курса у учащихся будут сформирована следующая группа результатов.

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- принятие и освоение социальной роли учащегося клуба, Центра детского творчества;
- мотивация к занятиям по бальным танцам, работе на результат;
- стремление самосовершенствоваться;
- установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- бережное отношение к материальным и духовным ценностям;
- дисциплинированность, сила воли, терпения, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- этические чувства, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- чувство гордости за клуб, ЦДТ, республику, страну;

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

Учащиеся будут:

- составлять план действий в соответствии с поставленной задачей, вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия в случае необходимости;
- адекватно реагировать на трудности, понимать причины своей неудачи, уметь находить способы выхода из этой ситуации;
- проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- понимать, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению.

Познавательные:

Учащиеся будут:

- самостоятельно ставить учебные цели на занятии, на определённый учебно-тренировочный период; в период подготовки к соревнованиям, для выступления на соревнованиях;
- самостоятельно осуществлять деятельность учения;
- уметь выбирать наиболее подходящий способ решения проблемы, исходя из ситуации.

Коммуникативные:

Учащиеся будут:

- уметь интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми;
- уметь выражать и отстаивать свою точку зрения и принимать другую;
- выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи).

Предметные результаты 1 год обучения:

Ученик будет:

- владеть 10-ю конкурсными композициями: Европейские танцы – Медленный вальс (Waltz), Венский вальс (Viennese Waltz), Т(танго), F(медленный фокстрот), Квикстеп (Quickstep); латиноамериканские танцы – самба (Samba), Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha), Румба(Rumba), Пасодобль(PasoDoble), Джайв (Jive) на основе лексического материала Student Ю-2 Е,Д,С,В,А классов.
- знать усовершенствованную технику танцев;
- владеть постановочной работой по спортивным бальным танцам;
- самостоятельно отрабатывать индивидуальные композиции танцев;
- проводить мастер-классы с младшими ребятами клуба;
- владеть сценической культурой исполнения бальных танцев;
- уметь передавать характер музыки и танца, создавать целостный эмоциональный образ;
- иметь опыт участия в международных, российских и республиканских турнирах;
- применять полученные умения и навыки в показательных выступлениях и концертах на уровне республики, города, района.
- иметь первоначальный опыт судейства соревнований на уровне клуба;
- обладать первоначальными знаниями о профессиях, средних и высших учебных заведениях по профилю деятельности.

Предметные результаты 2 года обучения:

Ученик будет:

- владеть 10-ю конкурсными композициями: Европейские танцы – Медленный вальс (Waltz), Венский вальс (Viennese Waltz), Т(танго), F(медленный фокстрот), Квикстеп (Quickstep); латиноамериканские танцы – самба (Samba), Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha), Румба(Rumba), Пасодобль(PasoDoble), Джайв (Jive) на основе лексического материала Student Молодежь Е,Д,С,В,А, S классов.

- знать усовершенствованную технику танцев;
- владеть постановочной работой по спортивным бальным танцам;
- самостоятельно отрабатывать индивидуальные композиции танцев;
- проводить мастер-классы с младшими ребятами клуба;
- владеть сценической культурой исполнения бальных танцев;
- уметь передавать характер музыки и танца, создавать целостный эмоциональный образ;
- иметь опыт участия в международных, российских и республиканских турнирах;
- применять полученные умения и навыки в показательных выступлениях и концертах на уровне республики, города, района.
- иметь опыт судейства соревнований на уровне клуба;
- обладать знаниями о профессиях, средних и высших учебных заведениях по профилю деятельности.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные бальные танцы, Конкурсное танцевание» проводятся на базе МАУДО «ЦДТ». Занятия организуются в учебных кабинетах соответствующих требованиям САНПиН и техники безопасности.

Материально-техническое обеспечение.

- паркетный зал, зеркала;
- магнитофон - 1 шт.;
- тренерская комната;
- две раздевалки (для мальчиков и девочек.);
- актовый зал.

Методическое обеспечение.

Информационно-методическое обеспечение:

Литература:

- Гвидо Регацуони, Массимо Анделло Росси. Учимся танцевать бальные танцы.- М., 2001.
- Ги Дени, Люк Дассбиль. Все танцы.- Киев, Музыкальная Украина, 1987.
- Техника исполнения европейских танцев. Имперское общество учителей танцев. Лондон- СПб. 1996.
- Техника исполнения латиноамериканских танцев. Имперское общество

учителей танцев. Лондон- СПб. 1996.

Интернет-ресурсы:

ОФП https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DPBLqjGnW3DY&post=-194154605_7&cc_key=

ОФП https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DtXJltqgFC8k%26list%3DPLglSK8N5lhI4FpggutRhPAcU9epUEv7e1&post=-194154605_7&cc_key=

Техническая подготовка фигуры танцев

https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fyoutube.com%2Fuser%2FNationalDanceCouncil&cc_key=

Подборка методических материалов:

- методические разработки:

«История бальных танцев»;

«Карнавал в Рио-де-Жанейро»;

- сценарии театрализованных представлений, концертов и конкурсов:

«Посвящение в танцоры»;

«Новогодняя сказка»;

- оценочные материалы – 1 комплект;

- календарно-тематический план по годам обучения – 6 шт;

- СТСР (краткая историческая справка) – 1 шт;

- требования и классификация СТСР – 1 шт;

- правила спортивного костюма СТСР – 1 шт;

- положения об организации и проведении турниров по СБТ -3 шт.

Фонотека и видеоматериалы:

- CD -диски с музыкальными композициями – 10 шт;

- DVD -диски с записями концертных выступлений, КТД, гастролей, мастер-классов - 3 шт;

- DVD-диски с записями концертов российских и зарубежных мастеров и коллективов – 3 шт;

2.2. МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

Основными формами организации учебно-воспитательного процесса на всех этапах освоения программы являются: теоретические, практические, индивидуальные занятия, участие в соревнованиях.

Успешной реализации программы способствует разнообразие применяемых методов. Основные методы - это словесный, музыкальный, наглядный показ, практический метод, метод помощи, частично - поисковой метод и идеомоторный методы обучения.

Непременным условием на занятиях спортивными бальными танцами является дифференцированный подход к обучающимся. При такой организации учебно-воспитательного процесса педагог излагает новый материал всем обучающимся одинаково, а для практической деятельности предлагает работу разного уровня сложности (в зависимости от способностей и уровня подготовки каждой пары). Для каждой пары составляется индивидуальный творческий план, который реализуется детьми в оптимальном темпе. Индивидуальная работа с

парами проводится при подготовке к концертам, смотрам, конкурсам, турнирам и чемпионатам (во внеурочное время или в сводных группах).

Широко применяется в практике учебного процесса *технология коллективного взаимообучения (метод динамических пар)*. Данная технология позволяет более опытным ученикам выступать в роли педагога и помогать начинающим танцорам в освоении элементов бальных танцев. Работа в паре способствует формированию коммуникативных навыков и чувства ответственности. Состав пары может быть постоянным и меняющимся (метод динамических пар). В процессе общения развиваются коммуникативные навыки, речь, память (слуховая, моторная), логическое мышление, актуализируется предшествующий опыт, формируется адекватная самооценка личности. Данная педтехнология помогает снять психологический барьер, формирует мотивацию к самосовершенствованию. Учащиеся начинают активно участвовать в концертной деятельности.

В основе деятельностного метода обучения выделяются четыре типа занятий в зависимости от их целей:

- «открытия» нового знания;
- рефлексии;
- построения системы знаний;
- развивающего контроля.

На занятиях «открытия» нового знания организуется процесс самостоятельного построения детьми новых способов действия. На занятиях рефлексии, учащиеся закрепляют построенные знания, вырабатывают практические умения и навыки их применения и одновременно учатся выявлять причины своих ошибок и корректировать их. На занятиях построения системы знаний, учащиеся структурируют и систематизируют изучаемый материал. Целью занятий развивающего контроля является контроль и самоконтроль изученного.

Технология деятельностного метода (ТДМ) для занятий открытия нового знания в развитом варианте включает в себя следующие шаги.

1. Мотивация к учебной деятельности.

Данный этап процесса обучения предполагает осознанное вхождение учащегося в пространство учебной деятельности по «открытию» нового знания. С этой целью организуется его мотивирование к учебной деятельности, а именно:

- 1) Актуализируются требования к нему со стороны учебной деятельности в соответствии с принятыми нормами («надо»);
- 2) Создаются условия для возникновения внутренней потребности включения в учебную деятельность («хочу»);
- 3) Устанавливаются тематические рамки («могу»).

2. Актуализация знаний и фиксация индивидуального затруднения в пробном действии.

На данном этапе организуется подготовка мышления учащихся к новому шагу в учебной деятельности, самостоятельное выполнение ими пробного учебного действия и фиксирование индивидуального затруднения.

Соответственно, данный этап предполагает:

- 1) Актуализацию изученных способов действий, достаточных для построения нового знания, их обобщение и знаковую фиксацию;
- 2) Самостоятельное выполнение пробного учебного действия;
- 3) Фиксирование учащимися своих индивидуальных затруднений в выполнении пробного учебного действия.

Завершение этапа связано с организацией выхода учащихся в рефлексию пробного учебного действия.

3. Выявление места и причины затруднения.

На данном этапе педагог организует выявление учащимися места и причины затруднения. Для этого учащиеся должны:

- 1) Уточнить, какую конкретную задачу решали, т.е. место затруднения;
- 2) Выявить и зафиксировать в речи причину затруднения – назвать те знания, которых недостает для решения поставленной задачи и задач такого типа в целом.

4. Построение проекта выхода из затруднения (цель, план, сроки, способ, средства).

На данном этапе учащиеся в коммуникативной форме обдумывают проект будущих учебных действий: ставят цель (целью всегда является устранение возникшего затруднения), строят план достижения цели, определяют сроки, выбирают способ и средства. Этим процессом руководит педагог, используя подводящий диалог, побуждающий диалог, мозговой штурм и т.д.

5. Реализация построенного проекта.

На данном этапе с помощью специально подобранных дидактических материалов осуществляется реализация построенного проекта. Полученное действие фиксируется в языке вербально и знаково в форме эталона. Далее построенный способ действий используется для решения исходной задачи, вызвавшей затруднение, уточняется общий характер нового знания и фиксируется преодоление возникшего ранее затруднения.

6. Первичное закрепление во внешней речи.

На данном этапе учащиеся решают типовые задания на новый способ действия с проговариванием нового знания вслух.

7. Самостоятельная работа с самопроверкой.

При проведении данного этапа используется индивидуальная форма работы: учащиеся самостоятельно выполняют задание и осуществляют его самопроверку, пошагово сравнивая с эталоном. В завершение организуется рефлексия хода реализации контрольных процедур.

Эмоциональная направленность этапа состоит в организации для каждого учащегося ситуации успеха, мотивирующей его к включению в дальнейшее освоение новых знаний.

8. Включение в систему знаний.

На данном этапе уточняются существенные особенности нового знания, его роль и место в системе уже изученных знаний.

9. Рефлексия учебной деятельности (итог занятия).

На данном этапе фиксируется изученное знание и организуется рефлексия

и самооценка учениками собственной учебной деятельности. В завершение соотносятся поставленная цель и результаты, фиксируется степень их соответствия и намечаются дальнейшие цели деятельности.

Организация образовательной среды в учебном процессе по ТДМ обеспечивается следующей системой дидактических принципов, построенных, как и сама технология, теоретическим способом.

1) Принцип деятельности – заключается в том, что ученик, получая знания не в готовом виде, а добывая их сам, осознает при этом содержание и формы своей учебной деятельности, понимает и принимает систему ее норм, активно участвует в их совершенствовании, что способствует успешному формированию его общекультурных и деятельностных способностей и общеучебных умений.

2) Принцип непрерывности – означает преемственность между всеми этапами обучения на уровне технологии, содержания и методики с учетом возрастных психологических особенностей детей.

3) Принцип целостности – предполагает формирование у учащихся обобщенного системного представления о мире (природе, обществе, самом себе, социокультурном мире и мире деятельности).

4) Принцип минимакса – заключается в следующем: предложить учащемуся возможность освоения содержания образования на максимальном уровне, определяемом зоной ближайшего развития возрастной группы, и обеспечить при этом его усвоение на уровне социально безопасного минимума.

5) Принцип психологической комфортности – предполагает снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса, создание на занятиях доброжелательной атмосферы, ориентированной на реализацию идей педагогики сотрудничества, развитие диалоговых форм общения.

6) Принцип вариативности – предполагает формирование у учащихся способностей к систематическому перебору вариантов и адекватному принятию решений в ситуациях выбора.

7) Принцип творчества – означает максимальную ориентацию на творческое начало в образовательном процессе, приобретение учащимися собственного опыта творческой деятельности.

Представленная система дидактических принципов обеспечивает освоение детьми современного содержания образования в соответствии с основными дидактическими требованиями (принцип наглядности, доступности, активности, преемственности, сознательного усвоения знаний, научности и др.). При этом в ней отражены идеи ведущих российских педагогов и психологов о принципах организации развивающего обучения: В.В.Давыдова (принцип деятельности), Л.В. Занкова (принцип минимакса), Ш.А. Амонашвили (принцип психологической комфортности) и др.

Работа с родителями.

Основные формы работы с родителями:

- родительские собрания;
- собеседования, индивидуальные консультации;
- участие в проведении мероприятий;
- посещение открытых занятий;

- анкетирование.

Родители являются полноправными участниками учебно-воспитательного процесса, помощниками в организации праздников, конкурсов, экскурсий. На родительских собраниях, открытых занятиях родители знакомятся с образовательными программами, планами воспитательной работы; посещая открытые занятия, концерты - с результатами освоения программы, творческими достижениями своих детей. Выявить удовлетворённость родителей результатами и условиями обучения позволяет анкетирование родителей.

2.3. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Определение уровня освоения программы осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации МАУДО «ЦДТ».

Для определения фактического состояния образовательного уровня проводится промежуточная аттестация.

Цель промежуточной и итоговой аттестации – выявление уровня развития способностей учащихся и их соответствия с прогнозируемым результатом программы. В целях определения результатов и качества освоения программы необходима система мониторинга, то есть систематического контроля уровня знаний, умений, навыков и компетентностей учащихся.

Система контроля и оценки результатов дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить наиболее способных, создать условия для их развития, определить степень освоения программы и внести своевременно коррективы. Результаты диагностики качества освоения программы вносятся в протоколы промежуточной и итоговой аттестации.

Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости 1 год обучения

Виды аттестации, сроки проведения	Цель	Содержание	Форма	Критерии
Входящая диагностика. Сентябрь	Определить исходный уровень подготовки учащихся на начало учебного года.	Выявление остаточных знаний и умений освоения дополнительной образовательной программы «Спортивные бальные танцы» 6-го года обучения.	Зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-1 (фигуры Н,Е,Д,С,В класс танцевания).	Приложение в УМК №1.1, №1.2
Текущий	Определить	1.Проверка	1.Зачет	Приложение

контроль. Декабрь	уровень усвоения образовательной программы за 1 полугодие: Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания). конкурсные композиции. 2.Определить организационно – волевые, ориентационные, поведенческие качества уч-ся в начале года.	знаний и умений. 2.Мониторинг личности учащегося.	конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания). 2.Наблюдение, рефлексия	в УМК №.2.1, №2.2 №5
Промежуточная Аттестация. Апрель	1.Определить уровень усвоения образовательной программы за 1 г.о. Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания). конкурсные композиции. 2.Определить организационно – волевые, ориентационные, поведенческие качества уч-ся в конце года.	1.Проверка знаний и умений за 1 г.о. 2.Мониторинг личности учащегося.	1.Зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания). . 2.Наблюдение, рефлексия	Приложение в УМК №.2.1, №2.2 №13

**Описание контрольно-измерительных материалов программы:
1 год обучения**

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Виды аттестации

1	Определить исходный уровень подготовки учащихся на начало учебного года.	Зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-1 (фигуры Н,Е,Д,С,В класс танцевания).	Диагностика владения терминологией, освоением музыкально-ритмических навыков, стойки, техники исполнения фигур, владением партнерских навыков.	1. Владение терминологией. 2. Музыкально-ритмические навыки. 3. Стойка. 4. Техника исполнения фигур. 5. Партнерские навыки.	Подробно критерии представлены в Приложении №1.1, №1.2	Входящая диагностика
2.	1. Определить уровень усвоения образовательной программы за 1 полугодие: Категория Юниоры-1 (фигуры Н,Е,Д,С,В класс танцевания). конкурсные композиции. 2. Определить организационно – волевые, ориентационные, поведенческие качества уч-ся за 1 полугодие	1. Зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания). 2. Наблюдение, рефлексия	1. Диагностика владения терминологией, освоением музыкально-ритмических навыков, стойки, техники исполнения фигур, владением партнерских навыков. 2. Мониторинг личностного развития учащегося	1. Владение терминологией. 2. Музыкально-ритмические навыки. 3. Стойка. 4. Техника исполнения фигур. 5. Партнерские навыки. 2. - Организационно-волевые качества - Ориентационные качества - Поведенческие Качества	Подробно критерии представлены в Приложении №2.1, №2.2 №5	Текущий контроль. Промежуточная аттестация.
3.	1. Определить уровень усвоения образовательной программы за 4 год обучения Категория Юниоры-1 (фигуры Н,Е,Д,С,В класс танцевания). конкурсные композиции. 2. Определить организационно – волевые, ориентационные, поведенческие качества уч-ся в конце года.	1. Зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания). 2. Наблюдение, рефлексия	1. Диагностика владения терминологией, освоением музыкально-ритмических навыков, стойки, техники исполнения фигур, владением партнерских навыков. 2. Мониторинг личностного развития учащегося в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной – общеразвивающей программе	1. Владение терминологией. 2. Музыкально-ритмические навыки. 3. Стойка. 4. Техника исполнения фигур. 5. Партнерские навыки. 2. - Организационно-волевые качества - Ориентационные качества - Поведенческие Качества	Подробно критерии представлены в Приложении №2.1, №2.2 №5	Промежуточная аттестация.

Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости
 2 год обучения

Виды аттестации, сроки проведения	Цель	Содержание	Форма	Критерии
Входящая диагностика. Сентябрь	Определить исходный уровень подготовки учащихся на начало учебного года.	Выявление остаточных знаний и умений освоения дополнительной образовательной программы «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» 1-го года обучения.	Зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания).	Приложение в УМК №3.1, №3.2
Текущий контроль. Декабрь	Определить уровень усвоения образовательной программы за 1 полугодие: Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д,С, В, А, S класс танцевания). конкурсные композиции. 2.Определить организационно – волевые, ориентационные, поведенческие качества уч-ся в начале года.	1.Проверка знаний и умений. 2.Мониторинг личности учащегося.	1Зачет конкурсных танцев Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д,С, В, А, S класс танцевания). 2.Наблюдение, рефлексия	Приложение в УМК №.4.1, №4.2 №5
Промежуточная Аттестация. Апрель	1.Определить уровень усвоения образовательной программы за 1 г.о. Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д,С, В, А, S класс танцевания). конкурсные композиции. 2.Определить организационно – волевые,	1.Проверка знаний и умений за 2 г.о. 2.Мониторинг личности	1. Зачет конкурсных танцев Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д,С, В, А, S класс танцевания).. 2.Наблюдение, рефлексия	Приложение в УМК №.4.1, №4.2 №5

	ориентационные, поведенческие качества уч-ся в конце года.	учащегося.		
--	--	------------	--	--

**Описание контрольно-измерительных материалов программы:
2 год обучения**

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Виды аттестации
1	Определить исходный уровень подготовки учащихся на начало учебного года.	Зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания).	Диагностика владения терминологией, освоением музыкально-ритмических навыков, стойки, техники исполнения фигур, владением партнерских навыков.	1. Владение терминологией. 2. Музыкально-ритмические навыки. 3. Стойка. 4. Техника исполнения фигур. 5. Партнерские навыки.	Подробно критерии представлены в Приложении №3.1, №3.2	Входящая диагностика
2.	1. Определить уровень усвоения образовательной программы за 1 полугодие: Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д, С, В, А, S класс танцевания). конкурсные композиции. 2. Определить организационно – волевые, ориентационные, поведенческие качества уч-ся за 1 полугодие	1. Зачет конкурсных танцев Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д, С, В, А, S класс танцевания). 2. Наблюдение, рефлексия	1. Диагностика владения терминологией, освоением музыкально-ритмических навыков, стойки, техники исполнения фигур, владением партнерских навыков. 2. Мониторинг личностного развития учащегося	1. 1. Владение терминологией. 2. Музыкально-ритмические навыки. 3. Стойка. 4. Техника исполнения фигур. 5. Партнерские навыки. 2. - Организационно-волевые качества - Ориентационные качества - Поведенческие Качества	Подробно критерии представлены в Приложении №4.1, №4.2 №5	Текущий контроль. Промежуточная аттестация.
3.	1. Определить уровень усвоения образовательной программы за 4 год обучения Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д, С, В, А, S класс танцевания). конкурсные	1. Зачет конкурсных танцев Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д, С, В, А, S класс танцевания).	1. Диагностика владения терминологией, освоением музыкально-ритмических навыков, стойки, техники исполнения фигур, владением партнерских навыков.	1. 1. Владение терминологией. 2. Музыкально-ритмические навыки. 3. Стойка. 4. Техника исполнения фигур. 5. Партнерские навыки.	Подробно критерии представлены в Приложении №4.1, №4.2	Промежуточная аттестация.

	композиции. 2.Определить организационно – волевые, ориентационные, поведенческие качества уч-ся в конце года.	2.Наблюдение, рефлексия	2.Мониторинг личностного развития учащегося в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной – общеразвивающей программе	2. - Организационно-волевые качества - Ориентационные качества - Поведенческие Качества	№5	
--	--	-------------------------	---	--	----	--

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно – правовые документы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Стратегия социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года от 11 апреля 2019 года № 185;
3. Стратегия социально-экономического развития МО ГО «Сыктывкар» до 2030 года от 8 июля 2011 г. № 03/2011-61;
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. N 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
6. Санитарные правила СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28;
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 года N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
9. Приказ Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года №214-п;
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы);
11. Письмо Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
12. Устав МАУДО «ЦДТ».

Литература для педагога

1. Вевюрская А.О. Сюжетные танцы.-М.: Советская Россия, 1989.
2. Вендрова Т.Е. Пусть музыка звучит! -М.: 1990.
3. Ги Дени, Люк Дассбиль. Все танцы. Издание второе.- Киев: Музычна

- Ураина, 1987.
4. Гвидо Регацуони, Массимо Анднело Росси, Алесеандро Маднони. Учимся танцевать бальные танцы.-М.: Астрель, 2001.
 5. Громов Ю. Танцуйте, дети. - Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 1967.
 6. Журавлев - Печерский В. Земля моя – Коми. –М.: Советская Россия, 1974.
 7. Захаров Р. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. - М.: Искусство, 1989.
 8. Ильин Е.Н. Путь к ученику. Мастерство учителя. Идеи. Советы. Предложения. – М.: Просвещение, 1988.
 9. Имперское общество учителей танцев. Техника исполнения европейских танцев. Лондон - Санкт-Петербург: Респекс, 1996.
 10. Имперское общество учителей танцев. Техника исполнения латиноамериканских танцев - Лондон - Санкт - Петербург: Респекс, 1996 .
 11. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР.- М.: Просвещение, 1989.
 12. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Музыка.-М., Просвещение, 1986.
 13. Ткаченко А. Детский танец. - М.: Издательство ВЦСПС профиздат, 1962.
 14. Гай Говард. Техника европейских танцев издательство Артис Москва 2003. (№23 библ.)
 15. Уолтер Лэрд. Техника латиноамериканских танцев. Часть 1. Артис Москва 2003.(№24 библ)
 16. Уолтер Лэрд. Техника латиноамериканских танцев. Часть 2. Артис Москва 2003.(№25 библ.)

Литература для учащихся

1. Белова Е. Ракурсы танца. Телевизионный балет. - М: Искусство, 1991.
2. Бушелева Б. В. Поговорим о воспитанности. - М., Просвещение, 1988.
3. Гецен М. В. Как живешь, Сыктывкар? – Сыктывкар: Коми книжное издательство, 1990.
4. Гнатюк Н. П. Нет предела совершенству. - М. : Просвещение, 1989.
5. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. - М.: Детская литература, 1989
6. Уральская В. И. Природа танца. - М. : Советская Россия, 1981.
7. Фирсова Л. М. Игры и развлечения. – М.: Молодая гвардия, 1992.
8. Гай Говард. Техника европейских танцев издательство Артис Москва 2003. (№23 библ.)
9. Уолтер Лэрд. Техника латиноамериканских танцев. Часть 1. Артис Москва 2003.(№24 библ)

10. Уолтер Лэрд. Техника латиноамериканских танцев. Часть 2. Артис
Москва 2003. (№25 библ.)

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

Календарно-тематическое планирование

1 год обучения

№	Дата занятия	Раздел	Темы занятий	Всего часов	Теория	Практика
1		Теоретическая подготовка	Введение в деятельность. Вводное занятие. (Т)	1	1	-
2		Теоретическая подготовка	Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале. (Т)	1	1	-
3		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Режим питания и питьевой режим; правила рационального питания; калорийность продуктов(Т).	1	1	-
4		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. . Гигиена тела и самоконтроль; гигиена занятий, одежда и обувь(Т)	1	1	-
5		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Разбор и изучение правил соревнований. Основные показатели по судейству. Одежда на соревнования (рейтинговые костюмы), прически. (Т)	1	1	-
6		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Разбор и изучение правил соревнований. Основные показатели по судейству. Одежда на соревнования (рейтинговые костюмы), прически. (Т)	1	1	-
7		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Разминка за 1 час до соревнования (проба паркета). Презентация пары (выход на паркет, уход с паркета, презентация во время исполнения конкурсных композиций). Типичные ошибки на соревнованиях. Самостоятельная работа: по изученной теме. (Т)	1	1	-
8		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Разминка за 1	1	1	-

		подготовка	час до соревнования (проба паркета). Презентация пары (выход на паркет, уход с паркета, презентация во время исполнения конкурсных композиций). Типичные ошибки на соревнованиях. Самостоятельная работа: по изученной теме. (Т)			-
9		Теоретическая подготовка	Знакомство с профессией тренера, преподавателя, педагога дополнительного образования, руководителя самодеятельного коллектива, хореограф. (Т)	1	1	-
10		Теоретическая подготовка	Требования к уровню профессиональной подготовки. Средние и высшие профессиональные учебные заведения РК и России. (Т)	1	1	-
11		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
12		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
13		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
14		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
15		Общая физическая и специально техническая	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1

		подготовка				
16		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
17		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
18		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
19		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
20		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
21		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
22		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
23		Общая физическая и специально техническая	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1

		подготовка				
24		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
25		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
26		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
27		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
28		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
29		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
30		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
31		Общая физическая и специально техническая	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1

		подготовка				
32		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
33		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
34		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
35		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
36		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
37		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
38		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
39		Общая физическая и специально техническая	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1

		подготовка				
40		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
41		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
42		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
43		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
44		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
45		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
46		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
47		Общая физическая и специально техническая	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1

		подготовка				
48		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
49		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
50		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
51		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс. (Т)	1	1	-
52		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс. (Т)	1	1	-
53		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс. (Т)	1	1	-
54		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс. (Т)	1	1	-
55		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго. (Т)	1	1	-
56		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго. (Т)	1	1	-
57		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго. (Т)	1	1	-
58		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго. (Т)	1	1	-
59		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части	1	1	-

		подготовка	корпуса в танце Венский вальс. (Т)			
60		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс. (Т)	1	1	-
61		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс. (Т)	1	1	-
62		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс. (Т)	1	1	-
63		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот. (Т)	1	1	-
64		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот. (Т)	1	1	-
65		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот. (Т)	1	1	-
66		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот. (Т)	1	1	-
67		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп. (Т)	1	1	-
68		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп. (Т)	1	1	-
69		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп. (Т)	1	1	-
70		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп. (Т)	1	1	-
71		Техническая подготовка	Танец Медленный вальс (Waltz). Музыкальный размер – 3/4. (П)	1	-	1
72		Техническая подготовка	Танец Медленный вальс (Waltz). Музыкальный размер – 3/4. (П)	1	-	1

73		Техническая подготовка	Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Баланс, вращения. (П)	1	-	1
74		Техническая подготовка	Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение. Работа стопы, колена, корпуса. (П)	1	-	1
75		Техническая подготовка	Разбор 5-ти фаз шага: снижение и вынос ноги, удлинение ноги, центральный баланс, вес 30-70, сбор ног. (П)	1	-	1
76		Техническая подготовка	Медленный вальс. Взаимодействие партнеров в паре (ведение, стойка), волна, маленький квадратик, большой квадрат. (П)	1	-	1
77		Техническая подготовка	Медленный вальс. Закрытые перемены – закрытая перемена с ПН (из натурального поворота в реверсивный). (П)	1	-	1
78		Техническая подготовка	Медленный вальс. Закрытая перемена с ЛН (из реверсивного поворота в натуральный); натуральный поворот; реверсивный поворот. (П)	1	-	1
79		Техническая подготовка	Медленный вальс. Фигуры Д класса: Двойной реверсивный спин; Реверсивный пивот; Закрытый тэлемарк (Тэлемарк). (П)	1	-	1
80		Техническая подготовка	Медленный вальс. Фигуры Д класса: Открытый тэлемарк; Кросс хэзитэйшн; Крыло; Наружный спин; Недовернутый наружный спин. (П)	1	-	1
81		Техническая подготовка	Медленный вальс. Фигуры Д класса: Закрытый импетус (Импетус поворот); Поворотный лок вправо; Закрытое крыло. (П)	1	-	1
82		Техническая подготовка	Медленный вальс. Фигуры Д класса: Закрытый импетус (Импетус поворот); Поворотный лок вправо; Закрытое крыло. (П)	1	-	1
83		Техническая	Медленный вальс. Реверсивный фоллэвэй и	1	-	1

		подготовка	слип пивот; Ховер кортэ; Фоллэвэй виск. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)			
84		Техническая подготовка	Медленный вальс. Реверсивный фоллэвэй и слип пивот; Ховер кортэ; Фоллэвэй виск. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)	1	-	1
85		Техническая подготовка	Медленный вальс. Фигуры С класса: Проходящий натуральный поворот; Открытый натуральный поворот из ПП. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)	1	-	1
86		Техническая подготовка	Медленный вальс. Фигуры С класса: Проходящий натуральный поворот; Открытый натуральный поворот из ПП. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)	1	-	1
87		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Музыкальный размер 4/8 или 2/4. (П)	1	-	1
88		Техническая подготовка	Танго. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Баланс, вращения. (П)	1	-	1
89		Техническая подготовка	Танго. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, динамика движения. (П)	1	-	1
90		Техническая подготовка	Танго. Работа стопы, колена, корпуса. (П)	1	-	1
91		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Ход; Поступательный боковой шаг; Поступательное звено; Закрытый променад. (П)	1	-	1
92		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Открытое окончание; Открытый променад; Рок поворот (Натуральный рок поворот). (П)	1	-	1
93		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Открытый реверсивный поворот, дама – сбоку (с закрытым или открытым окончанием). (П)	1	-	1
94		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Открытый реверсивный поворот, дама в линии (с	1	-	1

			закрытым или открытым окончанием). (П)			
95		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Основной реверсивный поворот; Кортэ назад; Реверсивный поворот на поступательном боковом шаге. (П)	1	-	1
96		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Методы выхода в ПП; Рок назад на ПН; Рок назад на ЛН; Натуральный твист поворот. (П)	1	-	1
97		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Натуральный променадный поворот; Натуральный променадный поворот в рок поворот; Променадное звено. (П)	1	-	1
98		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Фор стэп; Открытый променад назад. (П)	1	-	1
99		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Наружный свивл: Наружный свивл вправо, Наружный свивл с поворотом влево, Наружный свивл после 1-2 реверсивного поворота (Реверсивный наружный свивл). (П)	1	-	1
100		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Фоллэвэй фор стэп; Фор стэп чендч; Браш тэп; Файв стэп, включая вариант Мини файв стэп. (П)	1	-	1
101		Техническая подготовка	Танго. Фигуры Д класса: Виск; Виск назад; Фоллэвэй променад; Чейс: Альтернативные окончания после шага 5 чейса; Реверсивный фоллэвэй и слип пивот. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)	1	-	1
102		Техническая подготовка	Танго. Фигуры С класса: Реверсивный пивот. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)	1	-	1
103		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (Viennese Waltz). Музыкальный размер – 3/4. (П)	1	-	1

104		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (Viennese Waltz). Музыкальный размер – 3/4. (П)	1	-	1
105		Техническая подготовка	Венский вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Баланс, вращения. (П)	1	-	1
106		Техническая подготовка	Венский вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Баланс, вращения. (П)	1	-	1
107		Техническая подготовка	Венский вальс. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение. Работа стопы, колена, корпуса. (П)	1	-	1
108		Техническая подготовка	Венский вальс. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение. Работа стопы, колена, корпуса. (П)	1	-	1
109		Техническая подготовка	Венский вальс. Взаимодействие партнеров в паре. (П)	1	-	1
110		Техническая подготовка	Венский вальс. Взаимодействие партнеров в паре. (П)	1	-	1
111		Техническая подготовка	Венский вальс. Фигуры Е класса: натуральный поворот; реверсивный поворот. (П)	1	-	1
112		Техническая подготовка	Венский вальс. Фигуры Е класса: натуральный поворот; реверсивный поворот. (П)	1	-	1
113		Техническая подготовка	Венский вальс. Перемена вперед из натурального поворота в реверсивный; перемена вперед из реверсивного поворота в натуральный. (П)	1	-	1
114		Техническая подготовка	Венский вальс. Перемена вперед из натурального поворота в реверсивный; перемена вперед из реверсивного поворота в натуральный. (П)	1	-	1
115		Техническая подготовка	Венский вальс. Перемена назад из натурального поворота в реверсивный; перемена назад из	1	-	1

			реверсивного поворота в натуральный. (П)			
116		Техническая подготовка	Венский вальс. Перемена назад из натурального поворота в реверсивный; перемена назад из реверсивного поворота в натуральный. (П)	1	-	1
117		Техническая подготовка	Венский вальс. Наклоны ВП, ВЛ, ППДК. (П)	1	-	1
118		Техническая подготовка	Венский вальс. Наклоны ВП, ВЛ, ППДК. (П)	1	-	1
119		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Музыкальный размер – 4/4. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. (П)	1	-	1
120		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Музыкальный размер – 4/4. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. (П)	1	-	1
121		Техническая подготовка	Фокстрот. Баланс, вращения. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение. (П)	1	-	1
122		Техническая подготовка	Фокстрот. Баланс, вращения. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение. (П)	1	-	1
123		Техническая подготовка	Фокстрот. Работа стопы, колена, корпуса. Взаимодействие партнеров в паре. (П)	1	-	1
124		Техническая подготовка	Фокстрот. Работа стопы, колена, корпуса. Взаимодействие партнеров в паре. (П)	1	-	1
125		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Реверсивная волна. Натуральный твист поворот: с натуральным плетение- окончанием, с закрытым импетусом и перо окончанием, с открытым импетусом окончанием. (П)	1	-	1
126		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Реверсивная волна. Натуральный твист поворот: с натуральным плетение-	1	-	1

			окончанием, с закрытым импетусом и перо окончанием, с открытым импетус окончанием. (П)			
127		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Изогнутое перо; Перо назад; Натуральный зигзаг из ПП; Реверсивный фоллэвэй и слип пивот. (П)	1	-	1
128		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Изогнутое перо; Перо назад; Натуральный зигзаг из ПП; Реверсивный фоллэвэй и слип пивот. (П)	1	-	1
129		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Натуральный ховер тэлемак; Баунс фоллэвэй с плетение-окончанием; Быстрое натуральное плетение из ПП (Бегущее плетение). (П)	1	-	1
130		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Натуральный ховер тэлемак; Баунс фоллэвэй с плетение-окончанием; Быстрое натуральное плетение из ПП (Бегущее плетение). (П)	1	-	1
131		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Быстрый открытый реверсивный; Реверсивный пивот; Продолженная реверсивная волна; Изогнутый тройной шаг. (П)	1	-	1
132		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Быстрый открытый реверсивный; Реверсивный пивот; Продолженная реверсивная волна; Изогнутый тройной шаг. (П)	1	-	1
133		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Изогнутое перо из ПП; Виск; Виск назад; Двойной реверсивный спин; Наружный спин. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)	1	-	1
134		Техническая подготовка	Фокстрот. Фигуры С класса: Изогнутое перо из ПП; Виск; Виск назад; Двойной реверсивный спин; Наружный спин. (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)	1	-	1

135		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Музыкальный размер – 4/4. (П)	1	-	1
136		Техническая подготовка	Квикстеп. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. (П)	1	-	1
137		Техническая подготовка	Квикстеп. Баланс, вращения. Особенности движения - стойка, подъем, снижение, скольжение. (П)	1	-	1
138		Техническая подготовка	Квикстеп. Работа стопы, колена, корпуса. Взаимодействие партнеров в паре. (П)	1	-	1
139		Техническая подготовка	Квикстеп. Фигуры Д класса: Закрытый импетус (Импетус поворот); Реверсивный пивот; Двойной реверсивный спин; Кросс шассе. (П)	1	-	1
140		Техническая подготовка	Квикстеп. Фигуры Д класса: Бегущий реверсивный поворот; Четыре быстрых бегущих; Закрытый тэлемарк (Тэлемарк); Кросс свивл. (П)	1	-	1
141		Техническая подготовка	Квикстеп. Фигуры Д класса: Типпл шассе влево; Смена направления; Виск; Виск назад; Фиштэйл; Шесть быстрых бегущих; Румба кросс. (П)	1	-	1
142		Техническая подготовка	Квикстеп. Фигуры Д класса: Типси вправо; Типси влево; Ховер кортэ; Натуральный поворот, лок назад, бегущее окончание. (П)	1	-	1
143		Техническая подготовка	Квикстеп. Фигуры Д класса: Открытый импетус поворот; Открытый тэлемарк. (П)	1	-	1
144		Техническая подготовка	Квикстеп. Фигуры Д класса: Открытый натуральный поворот (Проходящий натуральный поворот). (Наклоны ВП, ВЛ, ППДК). (П)	1	-	1
145		Техническая подготовка	Квикстеп. Фигуры С класса: Открытый натуральный поворот из ПП. «В» классе. (П)	1	-	1
146		Техническая	Квикстеп. «В» класс: исполнение фигур по частям,	1	-	1

		подготовка	использование фигур из другого танца, изменение ритма, танцевание шагов противоположных партий. (П)			
147		Техническая подготовка	Квикстеп. «В» класс: использование других дополнительных фигур в характере танца. (П)	1	-	1
148		Техническая подготовка	Квикстеп. «В» класс: исполнение фигур-линий, дэвлопэ, батманов, рондов, атитюдов и других вариантов подъема ног, бега, прыжков. (П)	1	-	1
149		Техническая подготовка	Квикстеп. Программа СТСП по латиноамериканским танцам для танцоров класса В. (П)	1	-	1
150		Техническая подготовка	Квикстеп. Особенность конкурсного исполнения танцевальных композиций по этой программе. (П)	1	-	1
151		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба. (Т)	1	1	-
152		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба. (Т)	1	1	-
153		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба. (Т)	1	1	-
154		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба. (Т)	1	1	-
155		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча. (Т)	1	1	-
156		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча. (Т)	1	1	-
157		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча. (Т)	1	1	-
158		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча. (Т)	1	1	-
159		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба. (Т)	1	1	-
160		Техническая	Ведение в паре. Увеличения,	1	1	-

		подготовка	слайд, вращения, наклоны в танце Румба. (Т)			
161		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба. (Т)	1	1	-
162		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба. (Т)	1	1	-
163		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль. (Т)	1	1	-
164		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль. (Т)	1	1	-
165		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль. (Т)	1	1	-
166		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль. (Т)	1	1	-
167		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв. (Т)	1	1	-
168		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв. (Т)	1	1	-
169		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв. (Т)	1	1	-
170		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв. (Т)	1	1	-
171		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Музыкальный размер 2/4. (П)	1	-	1
172		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Музыкальный размер 2/4. (П)	1	-	1
173		Техническая подготовка	Специальные упражнения: баунс на двух ногах, баунс с ноги на ногу, баунс с работой центра, вынос носка по полу – вперед, в сторону, назад. (П)	1	-	1
174		Техническая подготовка	Специальные упражнения: баунс на двух ногах, баунс с ноги на ногу, баунс с работой центра, вынос носка по полу – вперед, в сторону, назад. (П)	1	-	1
175		Техническая	Самба. Основные движения	1	-	1

		подготовка	с ПН, с ЛН, в сторону, поступательное, наружное; виски (самба виски) влево и вправо; виски с поворотом дамы под рукой (вольта поворот дамы на месте вправо и влево). (П)			
176		Техническая подготовка	Самба. Основные движения с ПН, с ЛН, в сторону, поступательное, наружное; виски (самба виски) влево и вправо; виски с поворотом дамы под рукой (вольта поворот дамы на месте вправо и влево). (П)	1	-	1
177		Техническая подготовка	Самба. Самба ход в ПП (променадный самба ход); самба ход в сторону, самба ход на месте; вольта в продвижении вправо и влево в закрытой позиции (простая вольта вправо и влево в закрытой позиции). (П)	1	-	1
178		Техническая подготовка	Самба. Самба ход в ПП (променадный самба ход); самба ход в сторону, самба ход на месте; вольта в продвижении вправо и влево в закрытой позиции (простая вольта вправо и влево в закрытой позиции). (П)	1	-	1
179		Техническая подготовка	Самба. Ботафого в продвижении – вперед, назад; крисс кросс бота фого (теневые бота фого); бота фого в променад и контр променад (променадная ботафого); крисс кросс (вольта в продвижении вправо и влево). (П)	1	-	1
180		Техническая подготовка	Самба. Ботафого в продвижении – вперед, назад; крисс кросс бота фого (теневые бота фого); бота фого в променад и контр променад (променадная ботафого); крисс кросс (вольта в продвижении вправо и влево). (П)	1	-	1
181		Техническая подготовка	Самба. Сольная вольта на месте; реверсивный поворот; коса; раскручивание; корта	1	-	1

			джака; мэйпоул (непрерывный вольта поворот вправо и влево). (П)			
182		Техническая подготовка	Самба. Сольная вольта на месте; реверсивный поворот; коса; раскручивание; корта джака; мэйпоул (непрерывный вольта поворот вправо и влево). (П)	1	-	1
183		Техническая подготовка	Самба. Фигуры Д,С классов: Карусель (Вольта по кругу вправо и влево); Натуральный ролл. (П)	1	-	1
184		Техническая подготовка	Самба. Фигуры Д,С классов: Карусель (Вольта по кругу вправо и влево); Натуральный ролл. (П)	1	-	1
185		Техническая подготовка	Самба. Бег в променад и контр променад; Крузато локи в теневой позиции; Крузато шаги. (П)	1	-	1
186		Техническая подготовка	Самба. Бег в променад и контр променад; Крузато локи в теневой позиции; Крузато шаги. (П)	1	-	1
187		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Музыкальный размер 4/4. (П)	1	-	1
188		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Музыкальный размер 4/4. (П)	1	-	1
189		Техническая подготовка	Специальные упражнения: натяжение вертикали, горизонтالي, тайм степ, скручивание корпуса. (П)	1	-	1
190		Техническая подготовка	Специальные упражнения: натяжение вертикали, горизонтали, тайм степ, скручивание корпуса. (П)	1	-	1
191		Техническая подготовка	Ча ча ча. Основные движения (в закрытой позиции, в открытой позиции, на месте). (П)	1	-	1
192		Техническая подготовка	Основные движения (в закрытой позиции, в открытой позиции, на месте). (П)	1	-	1
193		Техническая подготовка	Ча ча ча. Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: шассе в сторону (вправо и влево), компактное шассе, лок вперед с ПН и с ЛН,	1	-	1

			ронд шассе; твист шассе (хип твист шассе);слип шассе (слип-клоус шассе). (П)			
194		Техническая подготовка	Ча ча ча. Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: шассе в сторону (вправо и влево), компактное шассе, лок вперед с ПН и с ЛН, ронд шассе; твист шассе (хип твист шассе);слип шассе (слип-клоус шассе). (П)	1	-	1
195		Техническая подготовка	Ча ча ча. Нью-Йорк (чек из открытой контр ПП и открытой ПП); поворот на месте (поворот переключение влево и вправо); поворот под рукой влево и вправо; плечо к плечу; рука к руке; три ча-ча-ча. (П)	1	-	1
196		Техническая подготовка	Ча ча ча. Нью-Йорк (чек из открытой контр ПП и открытой ПП); поворот на месте (поворот переключение влево и вправо); поворот под рукой влево и вправо; плечо к плечу; рука к руке; три ча-ча-ча. (П)	1	-	1
197		Техническая подготовка	Ча ча ча. Шаги в сторону (влево и вправо); туда и обратно; тайм стэп, как основное движение в сторону; веер; алемана; хоккейная клюшка; натуральное раскрытие; закрытый хип твист; открытый хип твист. (П)	1	-	1
198		Техническая подготовка	Ча ча ча. Шаги в сторону (влево и вправо); туда и обратно; тайм стэп, как основное движение в сторону; веер; алемана; хоккейная клюшка; натуральное раскрытие; закрытый хип твист; открытый хип твист. (П)	1	-	1
199		Техническая подготовка	Ча ча ча. Кубинский брэйк – кубинский брэйк в открытой позиции, кубинский брэйк в	1	-	1

			открытой контр ПП); дробный кубинский брэйк (дробный кубинский брэйк в открытой позиции, дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП); натуральный волчок; кросс бэйсик. (П)			
200		Техническая подготовка	Ча ча ча. Кубинский брэйк – кубинский брэйк в открытой позиции, кубинский брэйк в открытой контр ПП); дробный кубинский брэйк (дробный кубинский брэйк в открытой позиции, дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП); натуральный волчок; кросс бэйсик. (П)	1	-	1
201		Техническая подготовка	Ча ча ча. Фигуры Д,С классов: Смены ног (Методы смены ног); Усложненный хип твист; Тайминг «гуапача». (П)	1	-	1
202		Техническая подготовка	Ча ча ча. Фигуры Д,С классов: Смены ног (Методы смены ног); Усложненный хип твист; Тайминг «гуапача». (П)	1	-	1
203		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Музыкальный размер 4/4. (П)	1	-	1
204		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Музыкальный размер 4/4. (П)	1	-	1
205		Техническая подготовка	Румба. Фигуры Д класса: Основные движения (в закрытой позиции и в открытой позиции); Альтернативные основные движения; Кукарача. (П)	1	-	1
206		Техническая подготовка	Румба. Фигуры Д класса: Основные движения (в закрытой позиции и в открытой позиции); Альтернативные основные движения; Кукарача. (П)	1	-	1
207		Техническая подготовка	Румба. Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП); Поворот на месте (Поворот- переключение) влево и вправо; Поворот под рукой вправо и влево. (П)	1	-	1

208		Техническая подготовка	Румба. Нью-Йорк (Чек из открытой контр ПП и открытой ПП); Поворот на месте (Поворот-переключение) влево и вправо; Поворот под рукой вправо и влево. (П)	1	-	1
209		Техническая подготовка	Румба. Плечо к плечу; Рука к руке; Усложненное раскрытие; Шаги в сторону влево и вправо; Шаги в сторону и кукарача. (П)	1	-	1
210		Техническая подготовка	Румба. Плечо к плечу; Рука к руке; Усложненное раскрытие; Шаги в сторону влево и вправо; Шаги в сторону и кукарача. (П)	1	-	1
211		Техническая подготовка	Румба. Кубинские роки в ритме «2.3.4.1»; Веер; Алемана; Хоккейная клюшка; Натуральный волчок. (П)	1	-	1
212		Техническая подготовка	Румба. Кубинские роки в ритме «2.3.4.1»; Веер; Алемана; Хоккейная клюшка; Натуральный волчок. (П)	1	-	1
213		Техническая подготовка	Румба. Раскрытие вправо и влево; Натуральное раскрытие вправо; Закрытый хип твист; Открытый хип твист; Реверсивный волчок; Раскрытие из реверсивного волчка; Аида (Фоллэвэй). (П)	1	-	1
214		Техническая подготовка	Румба. Раскрытие вправо и влево; Натуральное раскрытие вправо; Закрытый хип твист; Открытый хип твист; Реверсивный волчок; Раскрытие из реверсивного волчка; Аида (Фоллэвэй). (П)	1	-	1
215		Техническая подготовка	Румба. Спираль; Локон; Роуп спиннинг; Фэнсинг; Скользящие дверцы; Поступательные шаги вперед или назад: в закрытой, открытой позиции; в левой, правой боковой позиции; соло. Непрерывный хип твист. (П)	1	-	1

216		Техническая подготовка	Румба. Спираль; Локон; Роуп спиннинг; Фэнсинг; Скользящие дверцы; Поступательные шаги вперед или назад: в закрытой, открытой позиции; в левой, правой боковой позиции; соло. Непрерывный хип твист. (П)	1	-	1
217		Техническая подготовка	Румба. Фигуры С класса: Усложненный хип твист. (П)	1	-	1
218		Техническая подготовка	Румба. Фигуры С класса: Усложненный хип твист. (П)	1	-	1
219		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble. Музыкальный размер – 2/4. (П)	1	-	1
220		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble. Музыкальный размер – 2/4. (П)	1	-	1
221		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble. Музыкальный размер – 2/4. (П)	1	-	1
222		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble. Музыкальный размер – 2/4. (П)	1	-	1
223		Техническая подготовка	Пасодобль. Фигуры С класса: Удар пикой; Синкопированный удар пикой. (П)	1	-	1
224		Техническая подготовка	Пасодобль. Фигуры С класса: Удар пикой; Синкопированный удар пикой. (П)	1	-	1
225		Техническая подготовка	Пасодобль. Испанские линии; Дроби фламенко; Синкопированное разьединение. (П)	1	-	1
226		Техническая подготовка	Пасодобль. Испанские линии; Дроби фламенко; Синкопированное разьединение. (П)	1	-	1
227		Техническая подготовка	Пасодобль. Вращения в продвижении из ПП. (П)	1	-	1
228		Техническая подготовка	Пасодобль. Вращения в продвижении из ПП. (П)	1	-	1
229		Техническая подготовка	Пасодобль. Вращения в продвижении из контр ПП; Фрэголина (включая Фарол).	1	-	1

			(П)			
230		Техническая подготовка	Пасодобль. Вращения в продвижении из контр ПП; Фрэголина (включая Фарол). (П)	1	-	1
231		Техническая подготовка	Пасодобль. Твисты; Шассе плащ; Методы смены ног. (П)	1	-	1
232		Техническая подготовка	Пасодобль. Твисты; Шассе плащ; Методы смены ног. (П)	1	-	1
233		Техническая подготовка	Пасодобль. Альтернативные методы выхода в ПП; Вариация с левой ноги. (П)	1	-	1
234		Техническая подготовка	Пасодобль. Альтернативные методы выхода в ПП; Вариация с левой ноги. (П)	1	-	1
235		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Музыкальный размер 4/4. (П)	1	-	1
236		Техническая подготовка	Джайв. Специальные упражнения: марш на месте с высоким коленом, прыжки(П).	1	-	1
237		Техническая подготовка	Джайв. Фигуры Д класса: Муч; Испанские руки; Простой спин; Майами спешал; Кёли вип; Реверсивный хлыст. (П)	1	-	1
238		Техническая подготовка	Джайв. Крадущиеся шаги, флики и брэйк (Флики в брэйк). (П)	1	-	1
239		Техническая подготовка	Джайв. Фигуры С класса: Катапульта. (П)	1	-	1
240		Техническая подготовка	Джайв. Фигуры С класса: Катапульта. (П)	1	-	1
241		Техническая подготовка	Джайв. «В» класс: исполнение фигур по частям, использование фигур из другого танца, изменение ритма, танцевание шагов противоположных партий. (П)	1	-	1
242		Техническая подготовка	Джайв. «В» класс: исполнение фигур по частям, использование фигур из другого танца, изменение ритма, танцевание шагов противоположных партий. (П)	1	-	1

243		Техническая подготовка	Джайв. «В» класс: использование других дополнительных фигур в характере танца. (П)	1	-	1
244		Техническая подготовка	Джайв. «В» класс: использование других дополнительных фигур в характере танца. (П)	1	-	1
245		Техническая подготовка	Джайв. «В» класс: исполнение фигур-линий, дэвлопэ, батманов, рондов, атитюдов и других вариантов подъема ног, бега, прыжков. (П)	1	-	1
246		Техническая подготовка	Джайв. «В» класс: исполнение фигур-линий, дэвлопэ, батманов, рондов, атитюдов и других вариантов подъема ног, бега, прыжков. (П)	1	-	1
247		Техническая подготовка	Джайв. Программа СТСП по латиноамериканским танцам для танцоров класса В. (П)	1	-	1
248		Техническая подготовка	Джайв. Программа СТСП по латиноамериканским танцам для танцоров класса В. (П)	1	-	1
249		Техническая подготовка	Джайв. Особенность конкурсного исполнения танцевальных композиций по этой программе. (П)	1	-	1
250		Техническая подготовка	Джайв. Особенность конкурсного исполнения танцевальных композиций по этой программе. (П)	1	-	1
251		Педагогический контроль	Входящая диагностика. (П)	1	-	1
252		Педагогический контроль	Входящая диагностика. (П)	1	-	1
253		Педагогический контроль	Текущий контроль. (П)	1	-	1
254		Педагогический контроль	Текущий контроль. (П)	1	-	1
255		Педагогический контроль	Промежуточная аттестация. (П)	1	-	1
256		Педагогический контроль	Промежуточная аттестация. (П)	1	-	1
257		Соревновательная	Постановка, отработка	1	-	1

		подготовка	соревновательных композиций классификационной программы. (П)			
258		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
259		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
260		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
261		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
262		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
263		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
264		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
265		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
266		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
267		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне.	1	-	1

			Судейская практика в клубе. (П)			
268		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
269		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
270		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
271		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
272		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
273		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
274		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
275		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
276		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
277		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа (П)	1	-	1
278		Досугово – развивающая	Выступление на мероприятиях.	1	-	1

		деятельность	Воспитательная работа (П)			
279		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. (П)Воспитательная работа	1	-	1
280		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа (П)	1	-	1
281		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа (П)	1	-	1
282		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа (П)	1	-	1
283		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа (П)	1	-	1
284		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа (П)	1	-	1
285		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа (П)	1	-	1
286		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа (П)	1	-	1
287		Итоговое занятие	Подведение итогов за учебный год. Анализ спортивных и творческих достижений. Презентация портфолио. (Т)	1	1	-
288		Итоговое занятие	Вручение благодарностей. Планирование дальнейшей учебной деятельности. (Т)	1	1	-
ИТОГО:				288	52	236

2 год обучения

№	Дата занятия	Раздел	Темы занятий	Всего часов	Теория	Практика
1		Теоретическая подготовка	Вводное занятие, введение в деятельность. (Т)	1	1	-

2		Теоретическая подготовка	Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале. Требования к форме, внешнему виду, правила поведения в танцевальном зале и в ЦДТ. Инструктаж по технике безопасности. (Т)	1	1	-
3		Педагогический контроль	Входящая диагностика. (П)	1	-	1
4		Педагогический контроль	Входящая диагностика. (П)	1	-	1
5		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
6		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
7		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Режим питания и питьевой режим. (Т)	1	1	-
8		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Режим питания и питьевой режим. (Т)	1	1	-
9		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
10		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
11		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс. (Т)	1	1	-
12		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс. (Т)	1	1	-
13		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго. (Т)	1	1	-
14		Техническая	Вращения, наклоны,	1	1	

		подготовка	увеличения в верхней части корпуса в танце Танго. (Т)			-
15		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
16		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
17		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
18		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
19		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс. (Т)	1	1	-
20		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс. (Т)	1	1	-
21		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот. (Т)	1	1	-
22		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот. (Т)	1	1	-
23		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
24		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
25		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1

26		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
27		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп. (Т)	1	1	-
28		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп. (Т)	1	1	-
29		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
30		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
31		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
32		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
33		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Правила рационального питания. (Т)	1	1	-
34		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Правила рационального питания. (Т)	1	1	-
35		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
36		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
37		Досугово – развивающая	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1

		деятельность				
38		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1
39		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
40		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
41		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
42		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
43		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
44		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
45		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
46		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
47		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба. (Т)	1	1	-
48		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба. (Т)	1	1	-
49		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча. (Т)	1	1	-
50		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча. (Т)	1	1	-
51		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба. (Т)	1	1	-
52		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба. (Т)	1	1	-
53		Общая физическая и	Упражнения для развития локомоторных способностей.	1	-	1

		специально техническая подготовка	(П)			
54		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития локомоторных способностей. (П)	1	-	1
55		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
56		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
57		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль. (Т)	1	1	-
58		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль. (Т)	1	1	-
59		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв. (Т)	1	1	-
60		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв. (Т)	1	1	-
61		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
62		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
63		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
64		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
65		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
66		Общая физическая и	Упражнения для развития скоростных способностей и	1	-	

		специально техническая подготовка	упражнения для развития выносливости. (П)			1
67		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
68		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
69		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
70		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
71		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Калорийность продуктов. (Т)	1	1	-
72		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Калорийность продуктов. (Т)	1	1	-
73		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
74		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
75		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
76		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
77		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
78		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1

79		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
80		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
81		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс. (Т)	1	1	-
82		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Медленный вальс. (Т)	1	1	-
83		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
84		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
85		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
86		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
87		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
88		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
89		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
90		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
91		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной	1	-	1

			программы. (П)			
92		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
93		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
94		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
95		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
96		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
97		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
98		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
99		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба. (Т)	1	1	-
100		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Самба. (Т)	1	1	-
101		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
102		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
103		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
104		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
105		Теоретическая	Основы гигиены и рационального питания.	1	1	-

		подготовка	Гигиена тела и самоконтроль. (Т)			
106		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Гигиена тела и самоконтроль. (Т)	1	1	-
107		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
108		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
109		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
110		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
111		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
112		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития скоростных способностей и упражнения для развития выносливости. (П)	1	-	1
113		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
114		Соревновательная подготовка	Постановка, отработка соревновательных композиций классификационной программы. (П)	1	-	1
115		Педагогический контроль	Текущий контроль. (П)	1	-	1
116		Педагогический контроль	Текущий контроль. (П)	1	-	1
117		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
118		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1

119		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
120		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
121		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
122		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
123		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго. (Т)	1	1	-
124		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Танго. (Т)	1	1	-
125		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
126		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
127		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
128		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
129		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
130		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
131		Техническая	Танец Венский вальс	1	-	

		подготовка	(VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)			1
132		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
133		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
134		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
135		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
136		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
137		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
138		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
139		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1
140		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1
141		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
142		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
143		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Гигиена занятий, одежда и	1	1	-

			обувь. (Т)			
144		Теоретическая подготовка	Основы гигиены и рационального питания. Гигиена занятий, одежда и обувь. (Т)	1	1	-
145		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча. (Т)	1	1	-
146		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Ча ча ча. (Т)	1	1	-
147		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
148		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
149		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
150		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
151		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
152		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
153		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
154		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
155		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
156		Соревновательная	Участие в соревнованиях на	1	-	1

		подготовка	муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)			
157		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
158		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
159		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
160		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
161		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
162		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
163		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
164		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
165		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс. (Т)	1	1	-
166		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Венский вальс. (Т)	1	1	-
167		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
168		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе.	1	-	1

			(П)			
169		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Разбор и изучение правил соревнований. (Т)	1	1	-
170		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Разбор и изучение правил соревнований. (Т)	1	1	-
171		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
172		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития силовых способностей. (П)	1	-	1
173		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
174		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
175		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
176		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
177		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
178		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
179		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
180		Техническая	Танец Венский вальс	1	-	

		подготовка	(VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)			1
181		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
182		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
183		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
184		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
185		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
186		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
187		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
188		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
189		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
190		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
191		Соревновательная	Участие в соревнованиях на муниципальном и	1	-	1

		подготовка	республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)			
192		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
193		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1
194		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1
195		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба. (Т)	1	1	-
196		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Румба. (Т)	1	1	-
197		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
198		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
199		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Основные показатели по судейству. (Т)	1	1	-
200		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Основные показатели по судейству. (Т)	1	1	-
201		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
202		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
203		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1
204		Досугово – развивающая	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1

		деятельность				
205		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
206		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
207		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
208		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
209		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Одежда на соревнования (рейтинговые костюмы), прически(Т)	1	1	-
210		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Одежда на соревнования (рейтинговые костюмы), прически(Т)	1	1	-
211		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
212		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
213		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
214		Соревновательная подготовка	Участие в соревнованиях на муниципальном и республиканском уровне. Судейская практика в клубе. (П)	1	-	1
215		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
216		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
217		Техническая	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д	1	-	1

		подготовка	класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)			
218		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
219		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
220		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
221		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот. (Т)	1	1	-
222		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Фокстрот. (Т)	1	1	-
223		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
224		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
225		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
226		Техническая подготовка	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
227		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1
228		Общая физическая и специально техническая	Упражнения для развития гибкости. (П)	1	-	1

		подготовка				
229		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
230		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
231		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
232		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
233		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Разминка за 1 час до соревнования (проба паркета). (Т)	1	1	-
234		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Разминка за 1 час до соревнования (проба паркета). (Т)	1	1	-
235		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
236		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
237		Техническая подготовка	Танец Фокстрот (Foxtrot). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
238		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
239		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
240		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
241		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Презентация пары (выход на паркет, уход с паркета, презентация во время исполнения конкурсных	1	1	-

			композиций). (Т)			
242		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Презентация пары (выход на паркет, уход с паркета, презентация во время исполнения конкурсных композиций). (Т)	1	1	-
243		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
244		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
245		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1
246		Досугово – развивающая деятельность	Выступление на мероприятиях. Воспитательная работа. (П)	1	-	1
247		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль. (Т)	1	1	-
248		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Пасодобль. (Т)	1	1	-
249		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв. (Т)	1	1	-
250		Техническая подготовка	Ведение в паре. Увеличения, слайд, вращения, наклоны в танце Джайв. (Т)	1	1	-
251		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
252		Техническая подготовка	Танец Самба (Samba). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
253		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Типичные ошибки на соревнованиях. (Т)	1	1	-
254		Теоретическая подготовка	Элементарные правила соревнований. Типичные	1	1	-

		подготовка	ошибки на соревнованиях. (Т)			
255		Педагогический контроль	Промежуточная аттестация. (П)	1	-	1
256		Педагогический контроль	Промежуточная аттестация. (П)	1	-	1
257		Теоретическая подготовка	Требования к уровню профессиональной подготовки. Средние и высшие профессиональные учебные заведения РК и России. (Т)	1	1	-
258		Теоретическая подготовка	Требования к уровню профессиональной подготовки. Средние и высшие профессиональные учебные заведения РК и России. (Т)	1	1	-
259		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
260		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1
261		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
262		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
263		Теоретическая подготовка	Знакомство с профессией тренера, преподавателя, педагога дополнительного образования, руководителя самодеятельного коллектива, хореограф. (Т)	1	1	-
264		Теоретическая подготовка	Знакомство с профессией тренера, преподавателя, педагога дополнительного образования, руководителя самодеятельного коллектива, хореограф. (Т)	1	1	-
265		Техническая подготовка	Танец Ча-ча-ча (Cha-Cha-Cha). Специальные упражнения. Фигуры Д,С классов. (П)	1	-	1

266		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
267		Теоретическая подготовка	Знакомство с профессией тренера, преподавателя, педагога дополнительного образования, руководителя самодеятельного коллектива, хореограф. (Т)	1	1	-
268		Теоретическая подготовка	Требования к уровню профессиональной подготовки. Средние и высшие профессиональные учебные заведения РК и России. (Т)	1	1	-
269		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
270		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
271		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
272		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
273		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
274		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
275		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп. (Т)	1	1	-
276		Техническая подготовка	Вращения, наклоны, увеличения в верхней части корпуса в танце Квикстеп. (Т)	1	1	-
277		Техническая подготовка	Медленный вальс. Практические упражнения, подводящие к основному шагу. Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
278		Техническая	Танец Танго(Tango). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1

		подготовка				
279		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
280		Общая физическая и специально техническая подготовка	Упражнения для развития координационных способностей. (П)	1	-	1
281		Техническая подготовка	Танец Венский вальс (VienneseWaltz). Фигуры Е класса. (П)	1	-	1
282		Техническая подготовка	Танец Квикстеп (Quickstep). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. «В» и «А» класс. (П)	1	-	1
283		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
284		Техническая подготовка	Танец Румба (Rumba). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. (П)	1	-	1
285		Техническая подготовка	Танец Пасодобль (PasoDoble). Фигуры С класса. (П)	1	-	1
286		Техническая подготовка	Танец Джайв (Jive). Фигуры Д класса. Фигуры С класса. Фигуры В и А класса. (П)	1	-	1
287		Итоговое занятие	Подведение итогов за учебный год. Анализ спортивных и творческих достижений. Презентация портфолио. (Т)	1	1	-
288		Итоговое занятие	Вручение благодарностей. Планирование дальнейшей учебной деятельности. (Т)	1	1	-
ИТОГО:				288	72	216

Контрольно-измерительные материалы

Приложение 1.1

Протокол входящей аттестации учащихся по дополнительной общеобразовательной
программе - дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные балльные танцы.
Конкурсное танцевание» 1-ый год обучения

Дата проведения: _____ (входящая диагностика)

Год обучения: № группы _____

Форма контроля: зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-1 (фигуры Н,Е,Д,С,В класс танцевания).

№ п/п	Ф.И. Учащегося	Практический материал (кол-во баллов)					Итог (сумма баллов)	Результаты входящей диагностики (Высокий, средний, низкий)
		Владение терминологией	Музыкально ритмические	Стойка	техника исполнения. фигур	Партнерские навыки		
1								

ИТОГО:

Общий уровень по результатам входящей диагностики:

«В» - чел.,% «С» - чел., % «Н» - чел., %

Решение педагогического совета от _____, протокол № _____.

Педагог дополнительного образования _____ Расшифровка подписи (ФИО) _____
Заведующий отделом _____ Расшифровка подписи (ФИО) _____

Приложение 1.2

Методика определения результатов входящей аттестации. Конкурсное танцевание» 1-ый год
обучения.

Форма контроля: зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-1 (фигуры Н,Е,Д,С,В класс танцевания).

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагнос- тики
Владение терминологией	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям. Осмысленность использования специальной терминологии	<i>Высокий уровень:</i> ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой. Термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием. Знает названия фигур и технику исполнения. Способен составить вариацию из фигур соответствующих его танцевальному классу.	3	Практическое занятие, составление вариаций
		<i>Средний уровень:</i> объем усвоенных знаний составляет более ½. Знает названия фигур, не вполне уверенно разбирается в терминах, слабо знает технику исполнения фигур. Способен составить небольшие связки из фигур соответствующих его классу танцевания.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой. Ребенок, как правило, избегает		

		употреблять специальные термины, плохо знает технику исполнения фигур. Способен исполнять фигуры только с помощью педагога.	1	
Музыкально-ритмические навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> движение согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Имеет способность на дробление счета на ½.	3	Практическое занятие. Исполнение танцев.
		<i>Средний уровень:</i> движение согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Способен исполнять фигуры с использованием целых счетов.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> допускает ошибки при выполнении элементов, не раскрывает характер музыки. Не развита способность воспроизводить движения согласно ритмическому рисунку музыкального произведения.	1	
Стойка	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> точно выстроенная вертикаль в корпусе. Правильное положение в паре друг относительно друга. Развита способность изменять позицию рук и подачи импульса партнеру когда это необходимо.	3	Практическое занятие. Исполнение танцев.
		<i>Средний уровень:</i> точно выстроенная вертикаль в корпусе. Правильное положение в паре друг относительно друга только с использованием работы в корпусе.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> Сохранение точной позиции корпуса и рук возможно только при исполнении танца вне пары, без использования работы в корпусе.	1	
Техника исполнения фигур	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> Умение использовать сложно координационные двигательные действия при исполнении танца под музыку.	3	Практическое занятие, турнир. Исполнение танцев
		<i>Средний уровень:</i> Способность исполнения базовой техники под музыку. Способность использовать сложно координационные двигательные действия при исполнении танца без музыки.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> Способность исполнения базовой техники под музыку.	1	
Партнерские навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> Точность, синхронность действий партнеров в сложно координационных фигурах, использование давления и натяжения в необходимых действиях. Легкость в исполнении вариаций в паре. Способность изменять позиции центров партнеров относительно друг друга.	3	Практическое занятие, турнир. Исполнение танцев
		<i>Средний уровень:</i> Легкость, точность, синхронность действий партнеров в базовых и в некоторых усложненных фигурах.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> Легкость, точность, синхронность действий партнеров в базовых фигурах.	1	

Низкий: 0-5 баллов; Средний: 6-10 баллов; Высокий: 11-15 баллов

Приложение 2.1

Протокол промежуточной аттестации учащихся по дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные балльные танцы. Конкурсное танцевание» 1-ый год обучения.

Дата проведения: _____ (входящая диагностика), _____ (промежуточная аттестация)

Год обучения: № группы _____

Форма контроля: зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания).

№ п/п	Ф.И. учащегося	Практический материал (кол-во баллов)	Итог (сумма баллов)	Общий уровень освоения	Результаты входящей диагностики	Динамика (увеличена, снижена, сохранна)
-------	----------------	---------------------------------------	---------------------	------------------------	---------------------------------	---

		Владение терминологией	Музыкально-ритмические	Стойка	техника исполнения. фигур	Партнерские навыки		программы (Высокий, средний, низкий)	(Высокий, средний, низкий)	
1										

ИТОГО:

Общий уровень по результатам входящей диагностики:

«В» - чел., % «С» - чел., % «Н» - чел., %

общий уровень освоения программы в группе по итогам аттестации:

«В» - чел., % «С» - чел., % «Н» - чел., %

По результатам промежуточной аттестации:

___ учащихся (___ %) переведены на ___ год обучения.

Решение педагогического совета от ____, протокол № ____.

Педагог дополнительного образования _____ Расшифровка подписи (ФИО) _____
Заведующий отделом _____ Расшифровка подписи (ФИО) _____

Приложение 2.2

Методика определения результатов освоения дополнительной образовательной программы
«Спортивные балльные танцы. Конкурсное танцевание» 1-ый год обучения.

Форма контроля: зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания).

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
Владение терминологией	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям. Осмысленность использования специальной терминологии	<i>Высокий уровень:</i> ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой. Термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием. Знает названия фигур и технику исполнения. Способен составить вариацию из фигур соответствующих его танцевальному классу.	3	Практическое занятие, составление вариаций
		<i>Средний уровень:</i> объем усвоенных знаний составляет более ½. Знает названия фигур, не вполне уверенно разбирается в терминах, слабо знает технику исполнения фигур. Способен составить небольшие связки из фигур соответствующих его классу танцевания.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой. Ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины, плохо знает технику исполнения фигур. Способен исполнять фигуры только с помощью педагога.	1	
Музыкально-ритмические навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> движение согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Имеет способность на дробление счета на ½.	3	Практическое занятие. Исполнение танцев.
		<i>Средний уровень:</i> движение согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Способен исполнять фигуры с использованием целых счетов.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> допускает ошибки при выполнении элементов, не раскрывает характер музыки. Не развита способность воспроизводить движения согласно ритмическому рисунку музыкального произведения.	1	
Стойка	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> точно выстроенная вертикаль в корпусе. Правильное положение в паре друг относительно друга. Развита способность изменять позицию рук и подачи импульса партнеру когда это необходимо.	3	Практическое занятие. Исполнение танцев.

		<i>Средний уровень:</i> точно выстроенная вертикаль в корпусе. Правильное положение в паре друг относительно друга только с использованием работы в корпусе. <i>Низкий уровень:</i> Сохранение точной позиции корпуса и рук возможно только при исполнении танца вне пары, без использования работы в корпусе.	2 1	
Техника исполнения фигур	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> Умение использовать сложно координационные двигательные действия при исполнении танца под музыку. <i>Средний уровень:</i> Способность исполнения базовой техники под музыку. Способность использовать сложно координационные двигательные действия при исполнении танца без музыки. <i>Низкий уровень:</i> Способность исполнения базовой техники под музыку.	3 2 1	Практическое занятие, турнир. Исполнение танцев
Партнерские навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> Точность, синхронность действий партнеров в сложно координационных фигурах, использование давления и натяжения в необходимых действиях. Легкость в исполнении вариаций в паре. Способность изменять позиции центров партнеров относительно друг друга. <i>Средний уровень:</i> Легкость, точность, синхронность действий партнеров в базовых и в некоторых усложненных фигурах. <i>Низкий уровень:</i> Легкость, точность, синхронность действий партнеров в базовых фигурах.	3 2 1	Практическое занятие, турнир. Исполнение танцев

Низкий: 0-5 баллов; Средний: 6-10 баллов; Высокий: 11-15 баллов

Приложение 3.1

Протокол входящей аттестации учащихся по дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» 2-ой год обучения.

Дата проведения: _____ (входящая диагностика)

Год обучения: № группы _____

Форма контроля: зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания).

№ п/п	Ф.И. Учащегося	Практический материал (кол-во баллов)					Итог (сумма баллов)	Результаты входящей диагностики (Высокий, средний, низкий)
		Владение терминологией	Музыкально-ритмические	Стойка	техника исполнения. фигур	Партнерские навыки		
1								

ИТОГО:

Общий уровень по результатам входящей диагностики:

«В» - чел., % «С» - чел., % «Н» - чел., %

Решение педагогического совета от _____, протокол № _____.

Педагог дополнительного образования _____ Расшифровка подписи (ФИО) _____
Заведующий отделом _____ Расшифровка подписи (ФИО) _____

Методика определения результатов входящей аттестации 2-ой год обучения.

Форма контроля: зачет конкурсных танцев Категория Юниоры-2 (фигуры Н,Е,Д,С,В,А класс танцевания).

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
Владение терминологией	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям. Осмысленность использования специальной терминологии	<i>Высокий уровень:</i> ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой. Термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием. Знает названия фигур и технику исполнения. Способен составить вариацию из фигур соответствующих его танцевальному классу.	3	Практическое занятие, составление вариаций
		<i>Средний уровень:</i> объем усвоенных знаний составляет более 1/2. Знает названия фигур, не вполне уверенно разбирается в терминах, слабо знает технику исполнения фигур. Способен составить небольшие связки из фигур соответствующих его классу танцевания.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> ребенок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой. Ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины, плохо знает технику исполнения фигур. Способен исполнять фигуры только с помощью педагога.	1	
Музыкально-ритмические навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> движение согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Имеет способность на дробление счета на 1/2.	3	Практическое занятие. Исполнение танцев.
		<i>Средний уровень:</i> движение согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Способен исполнять фигуры с использованием целых счетов.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> допускает ошибки при выполнении элементов, не раскрывает характер музыки. Не развита способность воспроизводить движения согласно ритмическому рисунку музыкального произведения.	1	
Стойка	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> точно выстроенная вертикаль в корпусе. Правильное положение в паре друг относительно друга. Развита способность изменять позицию рук и подачи импульса партнеру когда это необходимо.	3	Практическое занятие. Исполнение танцев.
		<i>Средний уровень:</i> точно выстроенная вертикаль в корпусе. Правильное положение в паре друг относительно друга только с использованием работы в корпусе.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> Сохранение точной позиции корпуса и рук возможно только при исполнении танца вне пары, без использования работы в корпусе.	1	
Техника исполнения фигур	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> Умение использовать сложно координационные двигательные действия при исполнении танца под музыку.	3	Практическое занятие, турнир. Исполнение танцев
		<i>Средний уровень:</i> Способность исполнения базовой техники под музыку. Способность использовать сложно координационные двигательные действия при исполнении танца без музыки.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> Способность исполнения базовой техники под музыку.	1	
Партнерские навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> Точность, синхронность действий партнеров в сложно координационных фигурах, использование давления и натяжения в необходимых действиях. Легкость в исполнении вариаций в паре. Способность изменять позиции центров партнеров относительно друг друга.	3	Практическое занятие, турнир. Исполнение танцев
		<i>Средний уровень:</i> Легкость, точность, синхронность действий партнеров в базовых и в некоторых усложненных фигурах.	2	
		<i>Низкий уровень:</i> Легкость, точность, синхронность действий партнеров в базовых фигурах.	1	

Низкий: 0-5 баллов; Средний: 6-10 баллов; Высокий: 11-15 баллов

Протокол промежуточной аттестации учащихся по дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» 2-ой год обучения.

Дата проведения: _____ (входящая диагностика), _____ (промежуточная аттестация)

Год обучения: № группы _____

Форма контроля: зачет конкурсных танцев Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д, С, В, А, S класс танцевания).

№ п/п	Ф.И. Учащегося	Практический материал (кол-во баллов)					Итог (сумма баллов)	Общий уровень освоения программы (Высокий, средний, низкий)	Результаты входящей диагностики (Высокий, средний, низкий)	Динамика (увеличена, снижена, сохранна)
		Владение терминологией	Музыкально-ритмические	Стойка	техника исполнения. фигуры	Партнерские навыки				
1										

ИТОГО:

Общий уровень по результатам входящей диагностики:

«В» - чел., % «С» - чел., % «Н» - чел., %

общий уровень освоения программы в группе по итогам аттестации:

«В» - чел., % «С» - чел., % «Н» - чел., %

По результатам промежуточной аттестации:

___ учащихся (___ %) завершили обучение.

Решение педагогического совета от _____, протокол № ____.

Педагог дополнительного образования _____ Расшифровка подписи (ФИО) _____

Заведующий отделом _____ Расшифровка подписи (ФИО) _____

Приложение 4.2

Методика определения результатов освоения дополнительной образовательной программы «Спортивные бальные танцы. Конкурсное танцевание» 2-ой год обучения.

Форма контроля: зачет конкурсных танцев Категория Молодежь (фигуры Н, Е, Д, С, В, А, S класс танцевания).

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
Владение терминологией	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям. Осмысленность использования специальной	<i>Высокий уровень:</i> ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой. Термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием. Знает названия фигур и технику исполнения. Способен составить вариацию из фигур соответствующих его танцевальному классу. <i>Средний уровень:</i> объем усвоенных знаний составляет более ½. Знает названия фигур, не вполне уверенно разбирается в терминах,	3	Практическое занятие, составление вариаций

	терминологии	слабо знает технику исполнения фигур. Способен составить небольшие связки из фигур соответствующих его классу танцевания. <i>Низкий уровень:</i> ребенок овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой. Ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины, плохо знает технику исполнения фигур. Способен исполнять фигуры только с помощью педагога.	2 1	
Музыкально-ритмические навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> движение согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Имеет способность на дробление счета на 1/2. <i>Средний уровень:</i> движение согласно содержанию, характеру, скорости, ритмическому строению музыки. Способен исполнять фигуры с использованием целых счетов. <i>Низкий уровень:</i> допускает ошибки при выполнении элементов, не раскрывает характер музыки. Не развита способность воспроизводить движения согласно ритмическому рисунку музыкального произведения.	3 2 1	Практическое занятие. Исполнение танцев.
Стойка	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> точно выстроенная вертикаль в корпусе. Правильное положение в паре друг относительно друга. Развита способность изменять позицию рук и подачи импульса партнеру когда это необходимо. <i>Средний уровень:</i> точно выстроенная вертикаль в корпусе. Правильное положение в паре друг относительно друга только с использованием работы в корпусе. <i>Низкий уровень:</i> Сохранение точной позиции корпуса и рук возможно только при исполнении танца вне пары, без использования работы в корпусе.	3 2 1	Практическое занятие. Исполнение танцев.
Техника исполнения фигур	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> Умение использовать сложно координационные двигательные действия при исполнении танца под музыку. <i>Средний уровень:</i> Способность исполнения базовой техники под музыку. Способность использовать сложно координационные двигательные действия при исполнении танца без музыки. <i>Низкий уровень:</i> Способность исполнения базовой техники под музыку.	3 2 1	Практическое занятие, турнир. Исполнение танцев
Партнерские навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<i>Высокий уровень:</i> Точность, синхронность действий партнеров в сложно координационных фигурах, использование давления и натяжения в необходимых действиях. Легкость в исполнении вариаций в паре. Способность изменять позиции центров партнеров относительно друг друга. <i>Средний уровень:</i> Легкость, точность, синхронность действий партнеров в базовых и в некоторых усложненных фигурах. <i>Низкий уровень:</i> Легкость, точность, синхронность действий партнеров в базовых фигурах.	3 2 1	Практическое занятие, турнир. Исполнение танцев

Низкий: 0-5 баллов; Средний: 6-10 баллов; Высокий: 11-15 баллов

Мониторинг личностного развития учащегося в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной – общеразвивающей программе

[illegible]

План работы с родителями

Месяц	Организация совместной деятельности с родителями			Месяц	Взаимодействие с родителями		
	Форма	Содержание деятельности	Результат		Форма	Содержание деятельности	Результат
Сентябрь Май	Открытие и закрытие спортивного сезона	Участие родителей и учащихся в праздничной программе, посвященной	Создание атмосферы сотрудничества, творчества, формирование положительной мотивации ребёнка к занятиям и общению, формирование коммуникативных навыков и культуры общения, умения сотрудничать со сверстниками и взрослыми.	Сентябрь	Организационное родительское собрание	Ознакомление с дополнительной общеобразовательной-общеразвивающей программой. Цели и задачи на учебный год. Правила посещения занятий. Составление плана совместной деятельности	Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс, создание атмосферы сотрудничества, нацеленность на формирование положительной мотивации ребёнка к занятиям
Октябрь	Посвящение в танцоры						
Декабрь	Новогодний утренник в клубе						

Апрель	«Мы за ЗОЖ»	Участие родителей и учащихся в праздничной программе, посвященной Всемирному Дню здоровья (7 апреля)	Активизация работы по активному семейному досугу. Создание атмосферы сотрудничества, творчества, формирование положительной мотивации ребёнка к занятиям и общению, формирование коммуникативных навыков и культуры общения, умения сотрудничать со сверстниками и взрослыми	Декабрь	Родительское собрание	Промежуточные результаты освоения программы.	Создание атмосферы сотрудничества, нацеленность на формирование положительной мотивации ребёнка к занятиям, самосовершенствованию и самореализации

Декабрь Май	Поездка на турбазу	Спортивные и туристически е эстафеты, преодоление полосы препятствий	Создание атмосферы сотрудничест ва, творчества, формировани е положительно й мотивации ребёнка к занятиям и общению, формировани е коммуникати вных навыков и культуры общения, умения сотрудничать со сверстниками и взрослыми, приобретение опыта экологическо й культуры и бережного отношения к природе.	Май	Итоговое родительс кое собрание	Результаты освоения программного материала за учебный год. Рост личных достижений учащегося. Планирование летнего оздоровительного отдыха	Создание атмосферы сотрудничества, нацеленность на формирование положительной мотивации ребёнка к занятиям, самосовершенствованию и самореализации
----------------	--------------------------	---	---	-----	--	--	---

Апрель	День открытых дверей	Организация и проведение публичного открытого отчета объединения (организации) и работы педагога	Создание атмосферы сотворчества и содружества участников образовательного процесса. Поддержка традиций детского объединения. Привлечение родителей к воспитательному процессу.	В течение года	Анализ мониторинга участия в официальных соревнованиях	Формирование портфолио учащегося. Составление таблиц участия в учрежденческих, муниципальных, республиканских, российских соревнованиях (количество стартов за учебный год, количество призовых мест, выполнение спортивных разрядов)	Наблюдение за ростом личных результатов ребёнка, формирование положительной мотивации ребёнка к занятиям, самосовершенствованию и самореализации
				1-2 раза в месяц	Индивидуальные консультации	Ведение журнала консультаций по различным вопросам: - развитие индивидуальных физических качеств учащегося; - формирование волевых качеств; - психологическая подготовка к соревнованиям; - формирование	Создание атмосферы сотрудничества, доверия, нацеленность на формирование положительной мотивации ребёнка к занятиям, самосовершенствованию и самореализации

						коммуникативных навыков; - культура поведения на занятиях и соревнованиях; - взаимоотношения в детском коллективе; - составление портфолио; - необходимость соблюдения режима дня, режима тренировок и отдыха; - здоровое питание, закаливание; - спортивная реабилитация, релаксация; - профилактика асоциального поведения; - профилактика курения, алкоголизма и наркомании; - совместный спортивный отдых с детьми.	
--	--	--	--	--	--	--	--

План воспитательной работы на 2023 – 2024 учебный год

Направления	Название мероприятия	Сроки
Лидер	- Беседа и просмотр презентации: «Знакомство с профессией хореограф. Особенности трудовой деятельности».	В течение года
Здоровое поколение	- Поездка на турбазу «Парма» (выезд осуществляется совместно с родителями) - Выход на каток «Северная Олимпия» (выход осуществляется совместно с родителями) - Выход на лыжную базу (выход осуществляется совместно с родителями) - Конкурс творческих работ «Мы любим спорт и ГТО!»	Ноябрь, март Декабрь
Азбука безопасности	Профилактические мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития учащихся: - «Дети-дорога-безопасность» - «В стране дорожных знаков» - «У ПДД каникул нет» - «Безопасность на дороге» - «Безопасность людей на водных объектах в осенне-зимний период» - «Безопасность на дороге» - «Безопасность людей на водных объектах в весенний период» - «Будь осторожен на воде!» - «Пожары и поджоги. Не играй с огнем» - по предупреждению пожароопасной ситуации в период новогодних каникул - «Будь осторожен!» познавательный урок по предупреждению пожароопасной ситуации в весенний период.	В течение года
Доброе сердце	Мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития учащихся: - Социально-благотворительная акция «Портфель другу» - Социально-благотворительная акция «НАДЕЖДА» - Акция «Память» - Социальная акция «Подари детям книгу» - Акция "Георгиевская ленточка" - Социальная акция «Подари детям лето» по сбору игрушек и книг для детей, находящихся в ТЖС - Инклюзивный фестиваль «С верой, надеждой, любовью!», посвященный Международному	В течение года

	Дню инвалидов	
Семейный очаг	- Поездка на турбазу «Парма» (выезд осуществляется совместно с родителями) - Выход на каток «Северная Олимпия» (выход осуществляется совместно с родителями) - Выход на лыжную базу (выход осуществляется совместно с родителями) - Новогодний утренник в группах совместно с родителями	Ноябрь-декабрь, март-апрель
Гражданин России	Мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития учащихся: - Посещение музея Боевой Славы МАУДО «ЦДТ» - Участие в мероприятиях, посвящённых 9 мая	Апрель, май
Зеленая планета	Мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития учащихся: - Акция «Птичья столовая» - Акция «Сдай крышки – помоги планете и детям»	В течение года
Будущее в настоящем	Профилактические мероприятия по программе воспитания, социализации и творческого развития учащихся: - Профилактические беседы с учащимися «Правовой урок» - Профилактические беседы с учащимися «Негативное отношение к правонарушениям, преступлениям, асоциальному поведению, употреблению ПАВ»	В течение года