

Муниципальный орган управления образованием – Управление образованием
Тавдинского муниципального округа

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
Центр творческого развития и гуманитарного образования
«Гармония»

Допущена к реализации решением
Педагогического совета МАОУ ДО
ЦТР и ГО «Гармония»
Протокол № 3
от «31» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора МАОУ ДО
ЦТР и ГО «Гармония»
от 31.08.2026 г. № 402

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«СТУДИЯ БАЛЬНОГО ТАНЦА»
(ЕВРО)**

Возраст учащихся: 5-16 лет
Срок реализации: 8 лет

Автор – составитель
общеразвивающей программы:
Швеглер Наталья Юрьевна,
педагог дополнительного образования

г. Тавда, 2026г.

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

2.1. Пояснительная записка

В нравственном и эстетическом воспитании детей, среди других искусств очень важное место занимает танец. Бальный танец – это эффективное средство организации досуга, формы отдыха, средство массового общения людей.

Танец – это творчески организованное движение человеческого тела. Он постоянно со временем развивается и меняется. Ребенок, подросток должен уметь правильно и красиво двигаться, пластично танцевать. Умение правильно и красиво танцевать должно быть неотъемлемой частью каждого ребенка. Танец – искусство, любимое детьми. Очень важно как можно раньше привить детям любовь к танцу.

Все выше указанное свидетельствует о неугасимом интересе, в данном случае, к бальному танцу. Очень поддерживают этот интерес новые инициативы, исходящие от ведущих пар и тренеров.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия бального танца» разработана в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

1. Национальный проект «Молодёжь и дети» (Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, 2026 г.)
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).
11. Письмо Минпросвещения России от 30.12. 2022 № АБ-3924/06 (О направлении методических рекомендаций (вместе с методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».
12. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. №162- Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
13. Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 29.04.2025 г. № 582-д «Об утверждении методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях».
14. Устав МАОУ ДО ЦТР и ГО «Гармония» г. Тавды.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия бального танца» соответствует **физкультурно-спортивной направленности** и предназначена для самореализации и спортивно-оздоровительной деятельности, необходимой как для профессионального становления, так и для практического применения в жизни, имеет направленный воспитательный, спортивно-оздоровительный и обучающий характер работы с подростками в соответствии с запросами современного общества.

Актуальность. Актуальность программы «Студия бального танца» определяется запросом со стороны детей и их родителей, для реализации которой материально-технические условия имеются только на базе МАОУ ДО ЦТР и ГО «Гармония».

Программа: удовлетворяет запросы детей и их родителей на занятия любимым видом спорта; укрепляет физическое и психическое здоровье детей и подростков и обучает навыкам, необходимым в повседневной жизни; способствует развитию спортивно-бальных танцев на территории Тавдинского городского округа.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена необходимостью вовлечения учащихся в социально-активные формы деятельности, всестороннего развития личности ребенка и его физического совершенствования, а так же возможностью начального профессионального самоопределения.

Отличительные особенности программы.

Программа «Студия бального танца» является **модифицированной**. В основу программы положены: спортивная образовательная программа «Школа бального танца» Елены и Алексея Долбилиных г. Новоуральск, 2004 г., нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по танцевальному спорту отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки высококвалифицированных спортсменов и личный опыт автора.

Особенностью данной программы является то, что учащиеся изучают бальные танцы европейской программы.

Особенностью учебно-тематического плана многолетнего обучения является единая отработка учебных тем на основе общих базисных элементов пройденных учениками на более ранних этапах обучения. Это связано с общепринятой системой подготовки танцоров.

Уровень программы:

Программа имеет 3 уровня: ***стартовый, базовый и продвинутый.***

-*стартовый уровень* направлен на мотивацию интереса к данной спортивной деятельности, овладение первоначальными умениями в области спортивно-бального танца;

-*базовый уровень* направлен на освоение и демонстрацию базовых умений, знаний и навыков по спортивно-бальным танцам, а также выявление и поддержка детей, проявивших способности в данном направлении.

- *продвинутый уровень* углубленное изучение содержания общеразвивающей программы, способность исполнять фигуры и танцы высокой степени сложности классов E D C B A.

Адресатами подростки (мальчики, девочки) от 5 до 16 лет, имеющие медицинский допуск к занятиям.

Краткие возрастные особенности:

дети дошкольного и младшего школьного возраста быстро утомляются, недостаточно внимательны и организованны, поэтому на занятиях целесообразно сочетать игровые и обучающие формы деятельности, включать музыкальные и дидактические игры, элементы соревнования. И поскольку в дошкольном возрасте ведущей деятельностью является игра, то при таком сочетании занятия становятся более привлекательными, дети меньше утомляются, а значит, получают большее удовольствие от занятий.

В дальнейшем у детей проявляется более осознанный интерес к спортивным и бальным танцам, воспитанники становятся более крепкими в физическом отношении, у них уже развиты ориентировка в пространстве, координация движений. В работе с данной группой обучающихся необходимо уделять больше внимания на выработку правильной осанки, а также на культуру общения партнеров, усвоение элементарных норм товарищества, дружбы, партнерства.

В подростковом возрасте, когда формируется система личностных ценностей, мировоззрение, определяются вкусы, складываются идеалы, необходимо более активно, но тактично, влиять на развитие художественного

вкуса обучающихся, учитывая и то, что в этот период центр физической и духовной жизни ребенка перемещается в среду сверстников.

Наполняемость 2 - 4 человека. Занятия проводятся в малых группах и индивидуально.

Набор детей осуществляется на основании медицинского заключения о состоянии физического здоровья. Состав группы постоянный.

Для допуска к занятиям учащиеся должны иметь соответствующую танцевальную форму и обувь:

Для девочек: купальники или футболки, юбка выше колена или рейтинговое платье, балетные тапочки или чешки (на начальном этапе), впоследствии специальные танцевальные туфли, белые носки, волосы должны быть убраны в пучок.

Для мальчиков: брюки, шорты до колен, светлые футболки или рубашки, балетные тапочки или чешки (на начальном этапе), впоследствии специальная танцевальная обувь.

Объем и срок освоения программы.

- 1 год обучения (стартовый уровень) – 36 часов;
- 2 год обучения (стартовый уровень) – 36 часов;
- 3 год обучения (базовый уровень) – 36 часов;
- 4 год обучения (базовый уровень) – 36 часов;
- 5 год обучения (базовый уровень) – 36 часов;
- 6 год обучения (базовый уровень) – 36 часов;
- 7 год обучения (продвинутый уровень) – 36 часов;
- 8 год обучения (продвинутый уровень) – 36 часов.

Срок обучения – 8 лет.

Объем программы: 288 часов.

Режим занятий:

- продолжительность одного академического часа – 45 мин.
- перерыв между учебными занятиями – 10 минут.
- общее количество часов в неделю – 1час. Занятия проводятся 1раз в неделю по 1 академическому часу.

Форма обучения: очная.

Формы организации образовательного процесса:

- групповая – работа (группах) в парах, для выполнения определенных задач, чтобы был виден вклад каждого учащегося;
- индивидуальная – для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Формы реализации образовательной программы:

Традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного или нескольких лет обучения в одной образовательной организации.

Перечень форм проведения занятий: Основными формами обучения являются: беседа, занятие - игра, практическое занятие, соревнование, открытое занятие, концерт.

В программу также включены мероприятия, направленные на пропаганду здорового образа жизни, профилактику асоциального поведения и вредных привычек (беседы о вреде курения, алкоголя и наркотиков).

В целях разнообразия форм работы с детьми и подростками, сплочения коллектива предусмотрено проведение встреч, дискотек, участие в мероприятиях досугового характера ЦТР и ГО «Гармония» («Осенний бал», фестиваль учащихся ЦТР и ГО «Гармония» «Лучшие из лучших» и т. д.).

Взаимодействие с родителями является важным аспектом в реализации программы. Работа с родителями начинается с выяснения тех задач, которые они хотели бы достичь направляя ребенка в объединение и продолжается на каждом этапе его продвижения (собрания, индивидуальные консультации, совместные мероприятия).

Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы класс-концерт, фестиваль.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - способствовать становлению социальной компетентности ребенка через развитие его физических и психических способностей, а также через развитие его творческого воображения на занятиях спортивно-бальными танцами.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить с историей возникновения и развития танца;
- познакомить с основами музыкальной грамоты;
- развить способность выражать определённое эмоциональное состояние посредством танцевальных движений;
- обучение виртуозности исполнения;
- обучение эмоциональной раскрепощённости в танцевальной практике;
- содействовать правильному физическому развитию организма ребёнка, способствовать выработке правильной осанки, красивой походки, укреплению всех групп мышц;
- формировать устойчивый интерес к занятиям;
- научить технике исполнения танцев международной программы, в соответствии с возрастной категорией;

Развивающие:

- развивать внимание, умение концентрироваться, способность к волевым действиям;
- развивать коммуникативные способности ребенка;

- развитие умения использовать приобретенные знания и навыки, самостоятельно их концентрировать и выражать в творческой деятельности;
- развитие мотивации на дальнейший выбор пути своего профессионального развития.

Воспитательные:

- воспитать такие качества личности как трудолюбие, уважение к партнеру и окружающим людям, способность работать и творить в команде;
- формирование здорового образа жизни;
- воспитание чувства взаимопомощи, формирование сплоченного коллектива;
- воспитание трудолюбия и устремленности в достижении творческих результатов, проявления собственной гражданской позиции, направленной на защиту уважительного отношения к собственному выбору дальнейшего профессионального развития;
- закрепить полученные знания, умения и навыки в концертной и конкурсной деятельности.

1.3. Содержание программы

Учебный (тематический) план 1 года обучения (стартовый уровень)

Задачи:

- обучение движению в ритме и темпе, заданном музыкой;
- закрепление и углубленное развитие танцевальных навыков, знаний и умений класса Е;
- повышение общей физической подготовленности;
- знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;
- участие в соревнованиях ЦТР и ГО «Гармония»;
- сохранение контингента учащихся.

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа
2.	Общефизическая подготовка	4	-	4	Практическое задание
3.	Танцевальная азбука	24	4	20	Открытое занятие
4.	Основы музыкальных ритмов	6	1	5	Терминологический опрос
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Анализ достижений, портфолио

	Итого:	36	6	30	
--	---------------	----	---	----	--

Содержание учебного (тематического) плана 1 года обучения

Тема 1. Введение

Теория. Правила поведения в тренировочном зале. Вводный инструктаж по пожарной безопасности, правилам дорожного движения правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Игры на сплочение и знакомство. Экскурсия по ЦТР и ГО «Гармония». Демонстрация достижений спортсменов спортивного бального танца

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория. Техника безопасности во время выполнения упражнений. Значение общей физической подготовки. Разминка. Заминка. Растяжка.

Практика: Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава: подъемы и опускания на стопе, повороты; плие по 6-й позиции. Упражнения, направленные на развитие мышц шеи и спины: повороты и наклоны головы; повороты и наклоны корпуса.

Тема 3. Танцевальная азбука

Теория. Правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Техника безопасности. Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Простой танцевальный шаг, переменный шаг, подскоки, галоп боковой. Правила поведения пар на танцевальной площадке и движения во время танца. Движение по кругу. Обозначение линии танца. Постановка корпуса лицом в центр, спиной в центр. Отработка смены направлений во время движения по линии танца. Движение по линии танца на носках; на каблуках, поднимая колени. Ход лицом и спиной по линии танца. Представление о рисунке танца. Сведения об особенностях танцев разных народов мира. Отработка перестроения. Игровая часть танца. Повтор движений. Смена музыкального сопровождения. Разучивание танцев «Птички», «Галоп», «Летка-Енька». Понятие о международной программе. История и место возникновения каждого танца, характер исполнения. Медленный вальс (МО -английский вальс. Самба (8) - бразильские ритмы. Ча-ча-ча (СИ) - кубинские маракасы.

Постановка корпуса в паре. Перенос веса тела с одной ноги на другую. Подготовка к основным шагам - качели, правый квадрат, 8 - пружинка, баунс, основной шаг вперёд, СЪ - боковое шассе вправо и влево.

Формы контроля: анализ результатов, открытый урок.

Тема 4. Основы музыкальных ритмов

Теория: Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика: Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и притопыванием. Медленный вальс - счет 1, 2, 3. Квикстеп -

1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Практическая часть. Музыкально-ритмические упражнения.

Тема 5. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие с демонстрацией турнирной программы для педагогов и родителей

Учебный (тематический) план 2 года обучения (стартовый уровень)

Задачи:

- создание образовательных маршрутов для пары, с учётом разного уровня подготовки партнёров;;
- закрепление и углубленное развитие танцевальных навыков, знаний и умений класса Е;
- воспитание навыков музыкальности, пластичности, выразительности, артистичности, импровизации, публичных выступлений;
- знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;
- участие в соревнованиях ЦТР и ГО «Гармония»;
- сохранение контингента учащихся.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа
2.	Общефизическая подготовка	4	-	4	Наблюдение, практическое задание
3.	Танцевальная азбука	24	4	20	Открытое занятие
4.	Основы музыкальных ритмов	6	1	5	Терминологический опрос
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Анализ достижений, портфолио
Итого:		36		30	

Содержание учебного (тематического) плана 2 года обучения

Тема 1. Введение

Теория. Правила поведения в тренировочном зале. Вводный инструктаж по пожарной безопасности, правилам дорожного движения правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Игры на сплочение и знакомство. Экскурсия по ЦТР и ГО «Гармония». Демонстрация достижений спортсменов спортивного бального танца

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория. Техника безопасности во время выполнения упражнений.
Значение общей

физической подготовки. Разминка. Заминка. Растяжка.

Практика: Упражнения, направленные на работу мышц шеи и плечевого пояса: повороты головы, вращение плечевого сустава. Упражнения, направленные на работу мышц корпус, наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц и спины. Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава: батманы, вращения. Упражнения, направленные на работу голеностопного сустава: плие, деми плие, батман тандю, батман фраппе, вращение стоп, растяжка, подъёмы на подушечки стопы и полупальцы. Упражнения, направленные на работу мышц рук по позициям. Прыжки с разворотом корпуса на 90°.

Тема 3. Танцевальная азбука

Теория. Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту. Разбор всех направлений движения (линия танца, против ЛТ, диагонали к стене и центру).

Практика: V/- фигуры, разрешённые для Н и Е классов

Р - фигуры по программе Н и Е классов

V - разбор правого поворота.

8 - различие ритмов самбы, фигуры класса Н и Е

СЬ - фигуры классов Н и Е .

ту - фигуры класса Е.

Понятие актёрского мастерства. Создание своего образа в каждом танце. Развитие творческой фантазии. Воспитание художественного вкуса в макияже и костюме. Техника концертного грима. Подбор костюмов для программ. Работа над образом и стилем в танце. Поддержание интереса обучающихся к жанру бального танца. Увеличение объёма самостоятельной работы. Постановка индивидуальных вариаций каждой паре. Отработка техники исполнения. Творческий поиск стиля исполнения каждой пары. Психологические тренинги.

Тема 4. Основы музыкальных ритмов

Теория. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Венский вальс - Счет 1,2,3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. (Музыкальный размер 3/4). ФИГУРНЫЙ вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Сударушка - Счет 1,2,3, 4. (Музыкальный размер 4/4).

Тема 5. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие с демонстрацией турнирной программы для педагогов и родителей

Учебный (тематический) план 3 года обучения (базовый уровень)

Задачи:

- владеть элементами базовых фигур индивидуально и в паре;
- закрепление и углубленное развитие танцевальных навыков, знаний и умений;
- уметь ориентироваться в танцевальных стилях и ритмах;
- повышение общей физической подготовленности;
- знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;
- участие в соревнованиях ЦТР и ГО «Гармония»;
- сохранение контингента учащихся.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа
2.	Общefизическая подготовка	6	-	6	Наблюдение, практическое задание
3.	Танцевальная азбука	21	4	17	Открытое занятие
4.	Основы музыкальных ритмов	7	1	6	Терминологический опрос
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Анализ достижений, портфолио
Итого:		36		30	

Содержание учебного (тематического) плана 3 года обучения

Тема 1. Введение

Теория. Правила поведения в тренировочном зале. Вводный инструктаж по пожарной безопасности, правилам дорожного движения правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Игры на сплочение и знакомство. Экскурсия по ЦТР и ГО «Гармония». Демонстрация достижений спортсменов спортивного бального танца

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория. Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава: подъемы и опускания на стопе, повороты; плие по 6-й позиции. Упражнения, направленные на развитие мышц шеи и спины: повороты и наклоны головы; повороты и наклоны корпуса

Практика: Упражнения, направленные на работу мышц шеи и плечевого пояса: повороты головы, вращение плечевого сустава. Упражнения,

направленные на работу мышц корпуса, наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц и спины. Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава: батманы, вращения. Упражнения, направленные на работу голеностопного сустава: плие, деми плие, батман тандю, батман фраппе, вращение стоп, растяжка, подъёмы на подушечки стопы и полупальцы. Упражнения, направленные на работу мышц рук по позициям. Прыжки с разворотом корпуса на 90°. Постановка пары по заданному направлению. Движение пары различными танцевальными шагами. Движение партнеров относительно друг друга (мальчики - по линии танца; девочки - спиной по линии танца).

Тема 3. Танцевальная азбука

Теория. Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту. Разбор всех направлений движения (линия танца, против ЛТ, диагонали к стене и центру).

Практика: V/ - фигуры, разрешённые для Н и Е классов

Р - фигуры по программе Н и Е классов

V - разбор правого поворота.

8 - различие ритмов самбы, фигуры класса Н и Е

СБ - фигуры классов Н и Е

ТУ - фигуры класса Е

Понятие актёрского мастерства. Создание своего образа в каждом танце. Развитие творческой фантазии. Воспитание художественного вкуса в макияже и костюме. Техника концертного грима. Подбор костюмов для программ. Работа над образом и стилем в танце. Поддержание интереса обучающихся к жанру бального танца. Увеличение объёма самостоятельной работы. Постановка индивидуальных вариаций каждой паре. Отработка техники исполнения. Творческий поиск стиля исполнения каждой пары. Психологические тренинги.

Тема 4. Основы музыкальных ритмов

Теория. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Венский вальс – Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - Счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4). Практическая часть. Отработка движений под музыку.

5. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие с демонстрацией турнирной программы для педагогов и родителей

Учебный (тематический) план 4 года обучения (базовый уровень)

Задачи:

- владеть элементами базовых фигур индивидуально и в паре;
- закрепление и развитие танцевальных навыков, знаний и умений;
- иметь отточенность исполнительского и актёрского мастерства;
- уметь ориентироваться в танцевальных стилях и ритмах;
- повышение общей физической подготовленности;
- знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;
- участие в соревнованиях ЦТР и ГО «Гармония»;
- сохранение контингента учащихся.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа
2.	Общefизическая подготовка	6	-	6	Наблюдение, практическое задание
3.	Танцевальная азбука	22	4	18	Открытое занятие
4.	Основы музыкальных ритмов	6	1	5	Терминологический опрос
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Анализ достижений, портфолио
Итого:		36		30	

Содержание учебного (тематического) плана 4 года обучения

Тема 1. Введение

Теория. Правила поведения в тренировочном зале. Вводный инструктаж по пожарной безопасности, правилам дорожного движения правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Игры на сплочение и знакомство. Экскурсия по ЦТР и ГО «Гармония». Демонстрация достижений спортсменов спортивного бального танца

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория. Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава: подъемы и опускания на стопе, повороты; плие по 6-й позиции. Упражнения, направленные на развитие мышц шеи и спины: повороты и наклоны головы; повороты и наклоны корпуса

Практика: Упражнения, направленные на работу мышц шеи и плечевого пояса: повороты головы, вращение плечевого сустава. Упражнения,

направленные на работу мышц корпуса, наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц и спины. Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава: батманы, вращения. Упражнения, направленные на работу голеностопного сустава: плие, деми плие, батман тандю, батман фраппе, вращение стоп, растяжка, подъёмы на подушечки стопы и полупальцы. Упражнения, направленные на работу мышц рук по позициям. Прыжки с разворотом корпуса на 90°. Постановка пары по заданному направлению. Движение пары различными танцевальными шагами. Движение партнеров относительно друг друга (мальчики - по линии танца; девочки - спиной по линии танца).

Тема 3. Танцевальная азбука

Теория. Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту. Разбор всех направлений движения (линия танца, против ЛТ, диагонали к стене и центру).

Практика: V/ - фигуры, разрешённые для Н и Е классов

Р - фигуры по программе Н и Е классов

V - разбор правого поворота.

8 - различие ритмов самбы, фигуры класса Н и Е

СЬ - фигуры классов Н и Е

ТУ - фигуры класса Е

Понятие актёрского мастерства. Создание своего образа в каждом танце. Развитие творческой фантазии. Воспитание художественного вкуса в макияже и костюме. Техника концертного грима. Подбор костюмов для программ. Работа над образом и стилем в танце. Поддержание интереса обучающихся к жанру бального танца. Увеличение объёма самостоятельной работы. Постановка индивидуальных вариаций каждой паре. Отработка техники исполнения. Творческий поиск стиля исполнения каждой пары. Психологические тренинги.

Тема 4. Основы музыкальных ритмов

Теория. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Венский вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - Счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4). Практическая часть. Отработка движений под музыку.

Тема 5. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие с демонстрацией турнирной программы для педагогов и родителей

Учебный (тематический) план 5 года обучения
(базовый уровень)

Задачи:

- владеть элементами базовых фигур индивидуально и в паре;
- иметь отточенность исполнительского мастерства;
- закрепление и развитие танцевальных навыков, знаний и умений;
- самостоятельно выполнять выученные танцевальные элементы и турнирные вариации;
- повышение общей физической подготовленности;
- знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;
- участие в соревнованиях ЦТР и ГО «Гармония»;
- сохранение контингента учащихся.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа
2.	Общefизическая подготовка	8	-	8	Практическое занятие
3.	Танцевальная азбука	24	4	20	Открытое занятие
4.	Основы музыкальных ритмов	2	1	1	Терминологический опрос
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Анализ достижений, портфолио
Итого:		36		30	

Содержание учебного (тематического) плана 5 года обучения

Тема 1. Введение

Теория. Правила поведения в тренировочном зале. Вводный инструктаж по пожарной безопасности, правилам дорожного движения правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Игры на сплочение и знакомство. Экскурсия по ЦТР и ГО «Гармония». Демонстрация достижений спортсменов спортивного бального танца

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория. Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава: подъемы и опускания на стопе, повороты; плие по 6-й позиции. Упражнения,

направленные на развитие мышц шеи и спины: повороты и наклоны головы; повороты и наклоны корпуса

Практика: Упражнения, направленные на работу мышц шеи и плечевого пояса: повороты головы, вращение плечевого сустава. Упражнения, направленные на работу мышц корпуса: наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц и спины. Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава: батманы, вращения. Упражнения, направленные на работу голеностопного сустава: плие, деми плие, батман тандю, батман фраппе, вращение стоп, растяжка, подъёмы на подушечки стопы и полупальцы. Упражнения, направленные на работу мышц рук по позициям. Прыжки с разворотом корпуса на 90°. Постановка пары по заданному направлению. Движение пары различными танцевальными шагами. Движение партнеров относительно друг друга (мальчики - по линии танца; девочки - спиной по линии танца).

Тема 3. Танцевальная азбука

Теория. Европейская программа – отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту. Разбор всех направлений движения (линия танца, против ЛТ, диагонали к стене и центру).

Практика: V/ - фигуры, разрешённые для Н и Е классов

Р - фигуры по программе Н и Е классов

V - разбор правого поворота.

8 - различие ритмов самбы, фигуры класса Н и Е

СЬ - фигуры классов Н и Е

ту - фигуры класса Е

Понятие актёрского мастерства. Создание своего образа в каждом танце. Развитие творческой фантазии. Воспитание художественного вкуса в макияже и коме. Техника концертного грима. Подбор костюмов для программ. Работа над образом и стилем в танце. Поддержание интереса обучающихся к жанру бального танца. Увеличение объёма самостоятельной работы. Постановка индивидуальных вариаций каждой паре. Отработка техники исполнения. Творческий поиск стиля исполнения каждой

Тема 4. Основы музыкальных ритмов

Теория. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Венский вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - Счет 1, 2, 3,

4. (Музыкальный размер 4/4). Практическая часть. Отработка движений под музыку.

Тема 5. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие с демонстрацией турнирной программы для педагогов и родителей

Учебный (тематический) план 6 года обучения (базовый уровень)

Задачи:

- владеть элементами базовых фигур индивидуально и в паре;
- закрепление и развитие танцевальных навыков, знаний и умений;
- самостоятельно исполнять выученные танцевальные элементы и турнирные вариации;
- повышение общей физической подготовленности;
- знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;
- участие в соревнованиях ЦТР и ГО «Гармония»;
- сохранение контингента учащихся.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа,
2.	Общefизическая подготовка	8	-	8	Практическое занятие
3.	Танцевальная азбука	24	4	20	Открытое занятие
4.	Основы музыкальных ритмов	2	1	1	Терминологический опрос
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Анализ достижений, портфолио
Итого:		36		30	

Содержание учебного (тематического) плана 6 года обучения

Тема 1. Введение

Теория. Правила поведения в тренировочном зале. Вводный инструктаж по пожарной безопасности, правилам дорожного движения правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Игры на сплочение и знакомство. Экскурсия по ЦТР и ГО «Гармония». Демонстрация достижений спортсменов спортивного бального танца

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория. Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава: подъемы и опускания на стопе, повороты; плие по 6-й позиции. Упражнения,

направленные на развитие мышц шеи и спины: повороты и наклоны головы; повороты и наклоны корпуса

Практика: Упражнения, направленные на работу мышц шеи и плечевого пояса: повороты головы, вращение плечевого сустава. Упражнения, направленные на работу мышц корпуса: наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц и спины. Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава: батманы, вращения. Упражнения, направленные на работу голеностопного сустава: плие, деми плие, батман тандю, батман фраппе, вращение стоп, растяжка, подъёмы на подушечки стопы и полупальцы. Упражнения, направленные на работу мышц рук по позициям. Прыжки с разворотом корпуса на 90°. Постановка пары по заданному направлению. Движение пары различными танцевальными шагами. Движение партнеров относительно друг друга (мальчики - по линии танца; девочки - спиной по линии танца).

Тема 3. Танцевальная азбука

Теория. Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту. Разбор всех направлений движения (линия танца, против ЛТ, диагонали к стене и центру).

Практика: V/ - фигуры, разрешённые для Н и Е классов

Р - фигуры по программе Н и Е классов

V - разбор правого поворота.

8 - различие ритмов самбы, фигуры класса Н и Е

СЬ - фигуры классов Н и Е

ту - фигуры класса Е

Понятие актёрского мастерства. Создание своего образа в каждом танце. Развитие творческой фантазии. Воспитание художественного вкуса в макияже и костюме. Техника концертного грима. Подбор костюмов для программ. Работа над образом и стилем в танце. Поддержание интереса обучающихся к жанру бального танца. Увеличение объёма самостоятельной работы. Постановка индивидуальных вариаций каждой паре. Отработка техники исполнения. Творческий поиск стиля исполнения каждой пары. Психологические тренинги.

Тема 4. Основы музыкальных ритмов

Теория. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Венский вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - Счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4). Практическая часть. Отработка движений под

музыку.

Тема 5. Итоговое занятие

Практика:

Открытое занятие с демонстрацией турнирной программы для педагогов и родителей

Учебный (тематический) план 7 года обучения (базовый уровень)

Задачи:

- владеть элементами базовых фигур индивидуально и в паре;
- закрепление и развитие танцевальных навыков, знаний и умений;
- ориентироваться в танцевальных стилях и ритмах;
- самостоятельно исполнять выученные танцевальные элементы и турнирные вариации;
- повышение общей физической подготовленности;
- знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;
- участие в соревнованиях ЦТР и ГО «Гармония»;
- сохранение контингента учащихся.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа
2.	Общefизическая подготовка	8	-	8	Практическое задание
3.	Танцевальная азбука	24	4	20	Открытое занятие
4.	Основы музыкальных ритмов	2	1	1	Терминологический опрос
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Анализ достижений, портфолио
	Итого:	36		30	

Содержание учебного (тематического) плана 7 года обучения

Тема 1. Введение

Теория. Правила поведения в тренировочном зале. Вводный инструктаж по пожарной безопасности, правилам дорожного движения правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Игры на сплочение и знакомство. Экскурсия по ЦТР и ГО «Гармония». Демонстрация достижений спортсменов спортивного бального танца

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория. Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава: подъемы и опускания на стопе, повороты; плие по 6-й позиции. Упражнения, направленные на развитие мышц шеи и спины: повороты и наклоны головы; повороты и наклоны корпуса

Практика: Упражнения, направленные на работу мышц шеи и плечевого пояса: повороты головы, вращение плечевого сустава. Упражнения, направленные на работу мышц корпуса: наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц и спины. Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава: батманы, вращения. Упражнения, направленные на работу голеностопного сустава: плие, деми плие, батман тандю, батман фраппе, вращение стоп, растяжка, подъёмы на подушечки стопы и полупальцы. Упражнения, направленные на работу мышц рук по позициям. Прыжки с разворотом корпуса на 90°. Постановка пары по заданному направлению. Движение пары различными танцевальными шагами. Движение партнеров относительно друг друга (мальчики - по линии танца; девочки - спиной по линии танца).

Тема 3. Танцевальная азбука

Теория. Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту. Разбор всех направлений движения (линия танца, против ЛТ, диагонали к стене и центру).

И/- фигуры, разрешённые для Н и Е классов

Р - фигуры по программе Н и Е классов

V - разбор правого поворота.

8 - различие ритмов самбы, фигуры класса Н и Е

СБ - фигуры классов Н и Е

ту - фигуры класса Е

Понятие актёрского мастерства. Создание своего образа в каждом танце. Развитие творческой фантазии. Воспитание художественного вкуса в макияже и костюме. Техника концертного грима. Подбор костюмов для программ. Работа над образом и стилем в танце. Поддержание интереса обучающихся к жанру бального танца. Увеличение объёма самостоятельной работы. Постановка индивидуальных вариаций каждой паре. Отработка техники исполнения. Творческий поиск стиля исполнения каждой пары. Психологические тренинги.

Тема 4. Основы музыкальных ритмов

Теория. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Венский вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3)

Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - Счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4). Практическая часть. Отработка движений под музыку.

Тема 5. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие с демонстрацией турнирной программы для педагогов и родителей

Учебный (тематический) план 8 года обучения (базовый уровень)

Задачи:

- владеть элементами базовых фигур индивидуально и в паре;
- иметь отточенность исполнительского и актерского мастерства,
- ориентироваться в танцевальных стилях и ритмах;
- самостоятельно исполнять выученные танцевальные элементы и турнирные вариации;
- знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;
- участие в соревнованиях разного уровня;
- владеть законами танцевальной драматургии и элементами постановки танцевальных номеров;
- владеть судейскими навыками оценки соревнования массового спорта в рамках учреждения;
- обучать технике упражнений, замечать и исправлять ошибки при выполнении упражнений другими обучающимися, помогать обучающимся младших возрастных групп в разучивании отдельных упражнений;
- сохранение контингента обучающихся.

№	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа
2.	Общефизическая подготовка	8	-	8	Практическое занятие
3.	Танцевальная азбука	24	4	20	Открытое занятие
4.	Основы музыкальных ритмов	2	1	1	Терминологический опрос
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Портфолио
	Итого:	36		30	

Содержание учебного (тематического) плана 8 года обучения

Тема 1. Введение

Теория. Правила поведения в тренировочном зале. Вводный инструктаж по пожарной безопасности, правилам дорожного движения правила поведения в ЦТР и ГО «Гармония». Правила проведения соревнований. Правила спортивного костюма.

Практика: Игры на сплочение и знакомство. Экскурсия по ЦТР и ГО «Гармония». Демонстрация достижений спортсменов спортивного бального танца

Тема 2. Общая физическая подготовка

Теория. Упражнения, направленные на развитие голеностопного сустава: подъемы и опускания на стопе, повороты; плие по 6-й позиции. Упражнения, направленные на развитие мышц шеи и спины: повороты и наклоны головы; повороты и наклоны корпуса

Практика: Упражнения, направленные на работу мышц шеи и плечевого пояса: повороты головы, вращение плечевого сустава. Упражнения, направленные на работу мышц корпуса: наклоны корпуса, вращение, растяжка боковых мышц и спины. Упражнения, направленные на работу тазобедренного сустава: батманы, вращения. Упражнения, направленные на работу голеностопного сустава: плие, деми плие, батман тандю, батман фраппе, вращение стоп, растяжка, подъёмы на подушечки стопы и полупальцы. Упражнения, направленные на работу мышц рук по позициям. Прыжки с разворотом корпуса на 90°. Постановка пары по заданному направлению. Движение пары различными танцевальными шагами. Движение партнеров относительно друг друга (мальчики - по линии танца; девочки - спиной по линии танца).

Тема 3. Танцевальная азбука

Теория. Европейская программа - отработка баланса во время движения пары, понятие ведения и взаимодействия. Понятие ПДК (противодвижение корпуса) и ППДК (положение противодвижения корпуса). Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения - количество тактов в минуту. Разбор всех направлений движения (линия танца, против ЛТ, диагонали к стене и центру).

Практика: V/ - фигуры, разрешённые для Н и Е классов

Р - фигуры по программе Н и Е классов

V - разбор правого поворота.

8 - различие ритмов самбы, фигуры класса Н и Е

СЬ - фигуры классов Н и Е

Ту - фигуры класса Е

Понятие актёрского мастерства. Создание своего образа в каждом танце. Развитие творческой фантазии. Воспитание художественного вкуса в макияже и костюме. Техника концертного грима. Подбор костюмов для программ. Работа над образом и стилем в танце. Поддержание интереса обучающихся к жанру бального танца. Увеличение объёма самостоятельной работы. Постановка индивидуальных вариаций каждой паре. Отработка техники исполнения. Творческий поиск стиля исполнения каждой пары.

Психологические тренинги.

Тема 4. Основы музыкальных ритмов

Теория. Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Практика: Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Счет 1 и 2, 3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Венский вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - Счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4). Практическая часть. Отработка движений под музыку.

Тема 5. Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие с демонстрацией турнирной программы для педагогов и родителей.

1.4. Планируемые результаты:

Год обучения (уровень)	Предметные результаты	
	должен знать	должен уметь
1 -2 год обучения	• терминологию танцевальных фигур; • элементы и движения базовых фигур; • танцевальные композиции с использованием всех изученных движений; • комбинации с использованием ранее изученного материала, с использованием перемещения по пространству класса; • элементы композиции и постановки танцевальных номеров. - знать правила участия в соревнованиях и выполнять их;	• технически правильно выполнять движения или элементы в ритме и темпе, заданной музыкой; • исполнять танцевальные комбинации повышенной сложности, способствующих развитию профессионально необходимых качеств в данном виде спорта; • владеть основными приемами техники и тактики танцевального спорта; • выявлять и исправлять ошибки в технике выполнения элементов спортивного танца; • участвовать в соревнованиях разного уровня;
3 год обучения	• терминологию танцевальных фигур и элементов класса Е; • структуру проведения тренировочного процесса; • вариации с использованием ранее изученного материала; • законы танцевальной драматургии и элементы постановки танцевальных номеров • знать правила участия в соревнованиях и выполнять их	• владеть элементами базовых фигур класса Е и Д индивидуально и в паре • уметь ориентироваться в танцевальных стилях и ритмах, • выполнять выученные танцевальные элементы и композиции класса Е и Д на соревнованиях разного уровня. • выявлять и исправлять ошибки в технике выполнения элементов,

		фигур спортивного танца;
4-5 год обучения	• уметь ориентироваться в танцевальных стилях и ритмах; • законы танцевальной драматургии и элементы постановки танцевальных номеров	• технически правильно выполнять движения, танцевальные композиции или элементы сложности в ритме и темпе, заданной музыкой; • уметь правильно выполнять конкурсные вариации, фигуры и элементы; • иметь отточенность исполнительского и актерского мастерства; • свободно импровизировать;
	• знать правила участия в соревнованиях и выполнять их. • владеть судейскими навыками оценки соревнования массового спорта в рамках учреждения.	• обучать технике упражнений, замечать и исправлять ошибки при выполнении упражнений другими обучающимися, помогать обучающимся младших возрастных групп в разучивании отдельных упражнений • выполнять все элементы за весь период обучения
Личностные результаты: • стремление к здоровому образу жизни, морально-волевые личностные качества; • уважительное отношение к сверстникам и взрослым, чувство этики, вежливости и такта; • познавательная и жизненная активность, самостоятельность; • навыки общения, коммуникабельность, контактность и доброжелательность при решении творческих задач, чувство взаимопомощи; • трудолюбие, стремление к достижению творческих результатов, гражданская позиция, направленная на защиту уважительного отношения к собственному выбору дальнейшего профессионального развития; • позитивно оценивать свои танцевальные способности и навыки, быть ориентированными на успех; • художественный вкус, художественно-творческое мышление, интерес к искусству, культурным традициям и мероприятиям.		
Метапредметные результаты: • умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками; работать индивидуально и в группе; • умение оценить правильность выполнения поставленной задачи, видеть собственные возможности ее решения; • стремление находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; • владение основами самоконтроля, самооценки; • умение работать с разными источниками информации, • стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию; • умение организовывать свой рабочий день;		

- знание маршрута своего профессионального развития.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Календарный учебный график

Организация учебного процесса по программе «Студия бального танца» предусматривает в соответствии с Уставом МАУ ДО ЦТР и ГО «Гармония». Программа рассчитана на 8 лет по 36 учебных недель в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	1 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз по 1 часу в неделю
2 год обучения	1 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз по 1 часу в неделю
3 год обучения	1 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз по 1 часу в неделю
4 год обучения	1 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз по 1 часу в неделю
5 год обучения	1 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз по 1 часу в неделю
6 год обучения	1 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз по 1 часу в неделю
7 год обучения	1 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз по 1 часу в неделю
8 год обучения	1 сентября	31 мая	36	36	36	1 раз по 1 часу в неделю
I полугодие - 17 учебных недель II полугодие - 19 учебных недель Выходные дни: 4 ноября, 31 декабря., 01-08 января, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая.						

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение реализации программы

Занятия проводятся в МАОУ ДО ЦТР и ГО «Гармония» в малом зале (просторное и освещенное помещение), где находится следующее: -пол с паркетным покрытием, зеркала

- Техника: музыкальный центр, планшет, телевизор

Информационное обеспечение реализации программы:

1. DANCESPORT.RU, dance.vftsarr.ru

- допустимые фигуры в Латине.

- допустимые фигуры в Стандарте.

- правила Федерации Танцевального Sports России

2. <https://secret-terpsihor.com>

3. <http://www.minsport.gov.ru/> - Сайт Министерства спорта Российской Федерации.
4. http://www.budi.ru/article/hupp/vy/lygnyi_sport.htm – журнал «Движение жизнь».
5. <http://www.eLIBRARY.ru> – Научная электронная библиотека.
6. <http://www.pedlib.ru> – Педагогическая библиотека.
7. <http://www.rsl.ru> – Российская государственная библиотека.

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Педагогический мониторинг позволяет системно отслеживать результативность образовательного процесса и включает в себя:

Вводный контроль (входная аттестация) осуществляется при наборе в объединение и показывает уровень подготовки учащегося (педагогическое наблюдение, беседа, устный опрос).

Промежуточный контроль (аттестация) проводится в конце каждого года обучения, позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня и скорректировать процесс обучения (педагогическое наблюдение, соревнование, беседа, устный опрос).

Итоговый контроль (аттестация) представляет собой оценку качества усвоения учащимися содержания общеразвивающей программы за весь период обучения, проводится в виде анализа участия коллектива и каждого спортсмена в соревнованиях разного уровня, мероприятиях воспитательного характера, контрольных (открытых) занятий).

При реализации программы в течение всего учебного года осуществляется текущий контроль с целью проверки уровня усвоения теоретических и практических знаний материала программы (тесты, устные опросы, фронтальные и индивидуальные беседы, выполнение дифференцированных практических заданий различных уровней сложности, а также педагогическое наблюдение).

Итоговая аттестация не предусмотрена.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Определение результативности обучения играет большую роль в работе педагога объединения. Выявление, фиксация и предъявление результатов объединения проводится педагогическим мониторингом объединения «Студия бального танца». Отслеживание по разделам педагогического мониторинга проводится два раза в год, в соответствии с возрастом и годом обучения учащегося. Результаты отслеживания соотносятся с трёхуровневой системой (низкий уровень - от 1 до 3 баллов; средний уровень - от 4 до 6 баллов; высокий уровень - от 7 до 9 баллов).

- Низкий уровень (1-3 баллов):

Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений, не владеет знаниями хореографических терминов. Не соблюдает правила безопасности поведения во время занятий. Не может

самостоятельно выявить ошибки. Требуется постоянная помощь педагога и товарищей.

- Средний уровень (4-6 баллов): учащийся имеет знания по базовым темам программы, грамотно и под музыку исполняет движения с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном), владеет понятиями и терминологией по базовым темам программы. Недостаточно точно соблюдает правила безопасности на занятиях. Может самостоятельно выявить ошибки, но испытывает затруднения при определении причин их возникновения.

- Высокий уровень (7-9 баллов): учащийся имеет прочные знания по базовым темам программы. Технически качественно и художественно осмысленно исполняет движения (все движения выполняются в темп музыки с нужной резкостью и четкостью), отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения, свободно владеет понятиями и терминологией по базовым темам программы. Соблюдает технику безопасности во время занятий. Может самостоятельно выявить и устранить ошибки. Результаты отслеживаются и фиксируются в таблице Маршрут развития личности учащихся по обучаемой программе.

Маршрут развития личности учащихся по обучаемой программе

№ п/ п	Ф И	Воз - раст	Год обу - че ния	Обучение												Участие в конкурсах, фестиваля х (кол-во)	Результат: сертификат, благодарность , грамота, диплом и т.д
				Знания и умения													
				Теория				Практика									
				Уровни в баллах													
				Низки й (1-3)		Средни й (4-6)		Высоки й (7-9)		Низки й (1-3)		Средни й (4-6)		Высоки й (7-9)			
				Месяц		Месяц		Месяц		Месяц		Месяц		Месяц			
				ХІІ	V	ХІІ	V	ХІІ	V	ХІІ	V	ХІІ	V	ХІІ	V		

Отслеживаются достижения спортсменов объединения, индивидуальные достижения спортсменов (дипломы, грамоты, благодарности, портфолио учащихся, классификационные книжки).

Кроме вышеперечисленных форм отслеживания и фиксации образовательных результатов психолого-педагогического мониторинга используются: журнал посещаемости, протокол соревнований, отзывы детей и родителей, фото и видеоматериалы, статьи о работе объединения в СМИ, на сайте ЦТР и ГО «Гармония».

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
Аналитические материалы по результатам исследования уровня развития общей одаренности учащихся объединения, открытые занятия, портфолио учащихся, участие в соревнованиях, выступления на праздниках и фестивалях, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю.

Оценочные материалы

Для каждой темы программы объединения «Студия бального танца». разработан пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

№	Тема	Методы педагогической диагностики
1	Введение	Беседа
2	Общефизическая подготовка	Практическое занятие
3	Танцевальная азбука	Открытое занятие
4	Основы музыкальных ритмов	Терминологический опрос
5	Итоговое занятие	Портфолио

Методические материалы

Методы обучения.

Выбор методов обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей обучающегося, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности в освоении изучаемого материала и при выполнении физических упражнений. Тематика занятий строится с учетом интересов учащихся, возможности их самовыражения. В ходе усвоения детьми содержания программы учитывается темп развития специальных умений и навыков самостоятельности, умение работать в коллективе.

Занятия строятся на основе метода сотрудничества, который позволяет обеспечить единство воспитания, обучения и развития личности обучаемого. Для развития общефизических качеств атлета используются следующие методы:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Педагогические технологии

Здоровьесберегающая технология (Ю.А. Шулики, Е.Ю. Ключникова Е.). реализуется через систему мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывает условия образовательной среды и деятельности. В

программе это выражается через непосредственное обучение учащихся приёмам здорового образа жизни, формирование навыков и привычек здорового образа жизни, расширение представления о пользе занятий спортивными танцами, рациональной нагрузкой, активной двигательной деятельностью.

Личностно-ориентированная технология (И.С.Якиманская).

Содержание, методы и приёмы технологии направлены на то, чтобы раскрыть и использовать субъективный опыт каждого ученика, помочь становлению личности путём организации познавательной деятельности. Принципиальным является добровольность каждого учащегося в выборе программы и темпа её освоения. В программе используются следующие характерные особенности технологии:

1. Обеспечение каждому учащемуся чувства психологической защищённости, доверия.
2. Развитие индивидуальности учащегося за счёт динамического проектирования (образовательный процесс перестраивается по мере выявления логики развития конкретной личности).
3. Понимание позиции ребёнка, его точки зрения, неигнорирование его чувств и эмоции, принятие личности.

Технология КТД (коллективно-творческой деятельности) используется для организации соревнований и мероприятий воспитательного характера. Этот способ деятельности помогает развитию организаторских и коммуникативных навыков и работает на сплочение коллектива. В основе технологии - известный метод КТД И.П. Иванова.

ИКТ - технологии (Информационно-коммуникационные технологии) используются как источник информации, для подготовки наглядного и дидактического материалов занятий и мероприятий, для мобильной коммуникации с учащимися, родителями, коллегами.

Технология «Портфолио» используется как один из способов фиксирования, накопления и оценки индивидуальных достижений учащегося. Формируется совместно с учащимся в период его обучения.

Алгоритм учебного занятия – тренировки:

1. Вводная часть занятия:
 - объявляется тема, цель и задачи занятия;
 - подготовка мышц тела для дальнейшей нагрузки (разминка). По продолжительности занимает 10-20% от времени занятия и включает в себя комплекс общефизических и специальных упражнений направленных на подготовку разных групп мышц к основной части занятия
2. Основная часть занятия может включать в себя: объяснение нового материала; постановка танцевальных композиций для конкурсной программы;
 - отработка пройденного материала;(по усмотрению педагога можно строить комплексные занятия, объяснение нового материала и постановка танцевальных композиций для конкурсной программы и т.д.)

3. Заключительная часть занятия: восстановление дыхания; подведение итогов занятия

Дидактические материалы

Дидактическое обеспечение реализации программы разработано в соответствии с учебным планом программы и ориентирован, на личностные и метапредметные результаты образования. Состоят из разделов:

- методические разработки занятий по темам программы;
- пакет положений о соревнованиях и турнирах;
- видеоматериалы соревнований, звукоматериалы (музыка для расслабления и медитации, музыка конкурсных программ).

3. Список литературы

Нормативные документы

1. Национальный проект «Молодёжь и дети» (Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, 2026 г.): URL [Электронный ресурс]: <http://government.ru/rugovclassifier/914/about/> (дата обращения: 03.08.2026).
2. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».: URL [Электронный ресурс]: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 03.08.2026).
3. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».: URL [Электронный ресурс]: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202207140031> (дата обращения: 03.08.2026).
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.: URL [Электронный ресурс]: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/> (дата обращения: 03.08.2026).
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».: URL [Электронный ресурс]: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/45726> (дата обращения: 03.08.2026).
6. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».: URL [Электронный ресурс]: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/48502> (дата обращения: 03.08.2026).
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН).: URL [Электронный ресурс]: <https://base.garant.ru/75093644/> (дата обращения: 03.08.2026).
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм». URL [Электронный ресурс]: <https://base.garant.ru/400289764/> (дата обращения: 03.08.2026).
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». URL [Электронный ресурс]: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/> (дата обращения: 03.08.2026).
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)». URL [Электронный ресурс]: https://summercamps.ru/wp-content/uploads/documents/document__metodicheskie-rekomendacii-po-proektirovaniyu-obscherazvivayuschih-program.pdf (дата обращения: 03.04.2026).
11. Письмо Минпросвещения России от 30.12. 2022 № АБ-3924/06 (О направлении методических рекомендаций (вместе с методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»). URL [Электронный ресурс]: https://cde.iro63.ru/cde/images/files/metod_rekomend_new/Pismo_MinPros_30_12_2022-3924_06.pdf (дата обращения: 03.08.2026).
12. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. №162- Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года». URL [Электронный ресурс]: <https://docs.cntd.ru/document/553265120> (дата обращения: 03.08.2026).
13. Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» от 29.04.2025 г. № 582-д «Об утверждении методических рекомендаций «Разработка дополнительных

общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях».: URL [Электронный ресурс]: https://ddtbgo.profi.edu.ru/upload/proeduddtbgo_new/files/cf/51/cf5115a84afeacesc3030a57ab1c273be.pdf (дата обращения: 03.08.2026).

Литература для педагога:

1. Аникеева, Н.П. Психологический климат в коллективе: учеб.пособие / Н.П. Аникеева.-М.: Просвещение, 1989.- 123 с.
2. Дусовицкий, А.К. Формула успеха / А.К. Дусовицкий, - М Педагогика, 1989.-86 с.
3. Борруаз, Ф. Н. Теория и техника латиноамериканских танцев.: учеб. пособие / Ф.Н. Борруаз. - М.: Прогресс, 1989. -43 с.
4. «Звёзды над паркетом». Периодическое издание, г. Москва.
5. Лерд У. Техника исполнения латиноамериканских танцев: учеб.пособие / У.Лерд, - М : 2002.-98 с.
6. Мур А. Бальное танцевание: учеб.пособие / А.Мур.- М.: Прогресс, 1989.-122 с.
7. Немов Р.С. Психология.: учеб.пособие / Р.С. Немов -М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 1999.-211 с.
8. Немов Р.С. Общие основы психологии / Р.С. Немов - М Просвещение», 1994г.
9. Положение ФТСР (Федерация танцевального спорта России) о классификации фигур танцев международной программы. М.: Президиум ФТСР, 2004.
10. Программа дополнительного образования для детей 4-18, «Школа бального танца», авторы Елена и Алексей Длوبيлины
11. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта / Н. Рубштейн –М, 2002.-43 с.
12. Толстых, А.В. Искусство как понимать искусство. / А.В. Толстых -М.: Педагогика, 1990. – 45 с.
13. Техника исполнения европейских танцев, Имперское общество учителей танцев, СП 1996. – 89 с.

14. Литература для детей и родителей

15. Алекс Мур "Бальные танцы" (квикстеп, вальс, фокстрот, танго);
16. Уолтер Лейрд "Техника латинских танцев" (самба, ча-ча, румба, джайв, пасодобль);
17. Имперское общество любителей танцев "Венский вальс";
18. Гай Ховард "Техника исполнения европейских танцев";
19. Гарри Смит-Хемпшир "Венский вальс. Как воспитать чемпиона";
20. А. Гуров "Техника танца Румба";
21. Джеффри Херн (Geoffrey Hearn) "A Technique of Advanced Standard Ballroom Figures".

Аннотация

Дополнительная общеразвивающая программа «Студия бального танца» (ЕВРО) физкультурно-спортивной направленности предназначена для обучения учащихся 5-17 лет бальным танцам. Срок реализации программы 8 лет.

Целью программы является способность становления социальной компетентности ребенка через развитие его физических и психических способностей, а также через развитие его творческого воображения на занятиях спортивно-бальными танцами.

Обучающиеся постигают язык бального танца, с помощью которого могут общаться люди, не зная разговорного языка друг друга. Танцуя в паре, воспитанник многому учится, и многое приобретает: вырабатывается и развивается не только трудолюбие, выносливость, коммуникабельность, элегантность, вежливость, взаимовыручка, умение настроиться на партнера, контроль над собой, но и культура общения в танце с партнером, с танцевальным коллективом, со зрителем. На занятиях по данной программе обучающиеся получают знания по истории развития спортивного бального танца, знакомятся с основными принципами движения в европейских и латиноамериканских танцах. Благодаря сочетанию теоретических и практических знаний будущие танцоры овладевают необходимыми умениями и навыками исполнения танцев.

Согласно плану мероприятий спортсмены принимают участие в соревнованиях.

Календарный учебный график

Программа Студия бального танца ЕВРО

Год обучения - четвёртый, количество часов – 36

Место проведения ул. Кирова, 126 каб. № 14

№ занятия	Месяц	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля
Занятие №1	Сентябрь	Вводное занятие	Практическая работа	1	Беседа
Занятие №2	Сентябрь	Общефизическая подготовка	Практическая работа	1	Практическое задание
Занятие №3	Сентябрь	Вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №4	Сентябрь	Выпады («прэс-лайн», выпады на полную стопу)	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №5	Октябрь	базовые движения бедер	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №6	Октябрь	Танцевальная азбука	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №7	Октябрь	Медленный вальс	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №8	Октябрь	Постановка рук в танце	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №9	Ноябрь	Постановка рук в паре «учебная позиция»	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №10	Ноябрь	В паре «спуск-подъем»	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №11	Ноябрь	Закрытая перемена с ПН	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №12	Ноябрь	Закрытая перемена с ПН	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №13	Декабрь	Закрытая перемена с ЛН	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №14	Декабрь	Закрытая перемена с ЛН	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №15	Декабрь	Натуральный поворот по одному	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №16	Декабрь	Натуральный поворот в паре	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №17	Январь	Реверсивный поворот по одному	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №18	Январь	Реверсивный поворот в паре	Практическая работа	1	Открытое занятие

Занятие №19	Январь	Натуральный спин поворот	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №20	Январь	Натуральный спин поворот в паре	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №21	Январь	Вариация «Правая – левая перемена»	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №22	Февраль	Направления движения в танце	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №23	Февраль	Понятие «центр» в танце	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №24	Февраль	Понятие «Лицом диагонально к центру»	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №25	Февраль	Понятие «линия танца» в медленном вальсе	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №26	Март	Танец квикстеп	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №27	Март	Квикстеп ход в сторону	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №28	Март	Исполнение основного движения по одному с руками	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №29	Март	Исполнение основного движения	Практическая работа	1	Открытое занятие
Занятие №30	Апрель	Основы музыкальных ритмов	Практическая работа	1	Терминологический опрос
Занятие №31	Апрель	Понятие ритм, такт, фраза	Практическая работа	1	Терминологический опрос
Занятие №32	Апрель	Ритмические хлопки	Практическая работа	1	Терминологический опрос
Занятие №33	Апрель	Хлопки на ритм	Практическая работа	1	Терминологический опрос
Занятие №34	Май	Ритм медленного вальса	Практическая работа	1	Терминологический опрос
Занятие №35	Май	Ритм квикстепа	Практическая работа	1	Терминологический опрос
Занятие №36	Май	Итоговое занятие	Самостоятельная работа	1	Анализ достижений, портфолио
		Итого;		36	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 194515710994592247154964585592159115514362733445

Владелец Кынчина Юлия Викторовна

Действителен с 03.02.2026 по 03.02.2027