

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТУЛЫ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

ПРИНЯТА

на заседании  
педагогического совета  
МБДО «ДДТ»  
от 18.01.2016 г.  
Протокол № 2

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора  
МБДО «ДДТ»  
от 19.01.2016 г. № 5/а



Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
«СПОРТИВНО-ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ КЛУБ «ФАНТАЗИЯ»

**Рекомендована для возраста:** 4-18 лет

**Срок реализации:** 3 года

**Уровень реализации:** среднего общего образования

**Направленность:** художественная

**Составитель программы:**

Пчельникова Екатерина Александровна,  
педагог дополнительного образования

**Исполнитель программы:**

Чернова Галина Александровна,  
педагог дополнительного образования

г. Тула  
2013

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Спортивно-танцевальный клуб «Фантазия» (далее – программа «Фантазия») художественной направленности разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р), Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Письмом Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, Уставом МБУДО «ДДТ» и другими нормативными документами, регламентирующими деятельность организации дополнительного образования.

Образовательная деятельность по данной программе направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся 4-18 лет;
- удовлетворение их индивидуальных потребностей в художественно-эстетическом, нравственном и физическом развитии;
- формирование общей культуры, укрепление здоровья обучающихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также детей, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию обучающихся.

**Актуальность и целесообразность.** Бальный танец – многогранный вид искусства, исключительно органично сочетающий в себе высокую динамику исполнения, красоту линий и позиций, мягкость пластики движений танцоров. Бальные танцы, до недавнего времени относясь к числу наиболее массовых средств художественного воспитания, имеют свою историю возникновения, становления и развития, определенные методические наработки в отношении преподавания. Учитывая то, что бальные танцы, в отдельной части, перешли на качественно новый уровень, признанные Олимпийским комитетом России как вид спорта, они в настоящее время нуждаются в дальнейшей разработке научных основ преподавания, анализе имеющихся средств, форм и методов работы. Следует максимально использовать накопленный опыт работы и разработки, которые уже используются в других, “смежных” видах спорта. К сожалению, практически отсутствуют методические разработки, не разработана теория движений, существующий минимум литературы малодоступен, да и не используется преподавателями бальных танцев.

Программа «Фантазия» опирается на некоторые понятия и навыки, которые учащиеся получают на других уроках в общеобразовательной школе. Она является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике.

Непосредственная связь бальных танцев с музыкой прослеживается на всем этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Обучающиеся должны усвоить понятия “ритм”, “счет”, “размер” и узнать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, обучающиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа

он произошел, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, дети узнают о тех или иных народах, странах.

Несомненно огромная роль балльных танцев в эстетическом воспитании детей и подростков. Танец помогает решать еще одну из важнейших задач педагогики – обучение детей социальному опыту. В процессе занятий танцами появляются яркие примеры для подражания, намечаются ориентиры поведения и развития характера.

**Новизна программы.** Программа «Фантазия» содержит в себе вариативность в рамках искусства балльных танцев в части набора детей и составления танцев по возрастам и степени подготовленности. Работа в коллективе ведется по оригинальной методике, включающей в себя знания, умения и навыки балльного танца, азы классического танца, элементы художественной гимнастики, современные направления хореографии – модерн, джаз, элементы акробатики, дыхательной гимнастики.

Программа «Фантазия» рассчитана на 3 года обучения и предназначена для детей от 4 до 18 лет.

**Главные цели программы** - нравственно-эстетическое и физическое развитие детей; охват занятиями танцем всех желающих, независимо от их способностей и внешних данных; максимальное развитие творческих способностей обучающихся.

**Задачи программы:**

- улучшить физическое состояние детей путем укрепления мышц тела, увеличения гибкости шеи и позвоночника, подвижности суставов
- повысить выносливость и работоспособность детей
- развить музыкальный слух, чувство ритма, координацию
- научить детей владеть всеми частями тела
- дать элементарные знания по теории танца, этике и культуре поведения и отношений в паре и в коллективе
- научить детей технически верно и красиво исполнять отдельные движения и вариации спортивных балльных танцев в пределах класса «Н»
- предоставить возможность дальнейшего развития способностей учащихся, создать фундамент для более серьезного увлечения хореографией.

Данная программа составлена на основе учебного материала и опыта ведущих педагогов России в области балльных танцев, Федерации спортивных танцев России и Международной танцевально-спортивной федерации, практических рекомендаций специалистов в области медицины, теории и методики воспитания, педагогики, физиологии, гигиены, психологии.

**Отличительной особенностью** программы «Фантазия» является то, что обучающиеся изучают балльные танцы общепринятые во всем мире. Их знают и умеют танцевать во всем цивилизованном обществе, они стали неотъемлемой частью общечеловеческой культуры. Обучающиеся постигают язык балльного танца, с помощью которого могут общаться люди, не зная разговорного языка друг друга.

Уже через несколько месяцев обучающиеся овладевают минимальными навыками танца и способны показать свое умение на различных конкурсах, фестивалях и праздниках. Проведение этих мероприятий вносит в процесс обучения элементы соревнований, работу на результат, что придает дополнительный стимул для более тщательного изучения балльных танцев.

Танцуя в паре, ребенок многому учится и многое приобретает: вырабатывается и развивается не только коммуникабельность, но и культура общения в танце с преподавателем, со зрителем.

**Режим занятий.** Групповые занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, с перерывом между занятиями 10 мин. Всего 144 часа в год на первом и втором году обучения, и 216 часов в год на третьем году обучения (3 раза в неделю по 2 часа). Занятие делится на 2 части: подготовительную (беговая и диско-разминка) и основную (непосредственно работа

над танцами). Для одаренных детей проводятся дополнительные индивидуальные занятия 1 раз в неделю по 1 часу с целью подготовки к конкурсным выступлениям.

Для занятий необходим хореографический зал, оборудованный зеркалами и оснащенный аудиоаппаратурой.

Обучение происходит путем практического показа и словесных объяснений, причем необходимо четко определять баланс в сочетании этих двух методов.

Принципиальный подход к усвоению танцевальных движений таков: движение, исполненное многократно, становится простым и доступным. Залогом успешного формирования танцевального навыка является осознанный контроль за выполнением движений по принципу – мысль опережает движение. Необходимо постоянно напоминать детям: думай, что делаешь и как делаешь. Только научив детей мыслить и соотносить свои мысли с действиями, можно достичь высоких результатов в обучении по данной программе.

### **УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ. (первый год обучения)**

<b>№</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Практика</b>	<b>Теория</b>
1	Вводное занятие: беседа, показ фото-видеоматериалов. Основные позиции рук и ног.	2ч		2
2	Теоретическая подготовка: линия танца, направления движения, классификация спортивных бальных танцев, стойка в паре.	2ч		2
3	Теоретическая подготовка: возрастные подгруппы, классы мастерства, правила танцевальных костюмов и обуви	2ч		2
4	Теоретическая подготовка: порядок проведения турниров по спортивным бальным танцам, порядок и критерии судейства	2ч		2
5	Европейская программа. Медленный вальс. Техника исполнения движений	2ч	1	1
6	Медленный вальс. Закрытые перемены вперед, назад. Квадрат по одному и в парах.	2ч	1	1
7	Медленный вальс. Закрытые перемены по одному и в парах. Натуральный поворот по одному.	2ч	1	1
8	Медленный вальс. Натуральный поворот по одному и в парах. Повтор всех элементов.	2ч	1	1

9	Медленный вальс. Разучивание вариаций по одному, в парах.	2ч	2	
10	Медленный вальс. Отработка вариаций по одному.	2ч	2	
11	Медленный вальс. Отработка вариаций по одному и в парах.	2ч	2	
12	Медленный вальс. Отработка вариаций в парах.	2ч	2	
13	Медленный вальс. Закрепление пройденного материала.	2ч	2	
14	Европейская программа. Венский вальс: техника исполнения, правый поворот по одному.	2ч	1	1
15	Венский вальс. Правый поворот в парах.	2ч	1	1
16	Латиноамериканская программа: самба, техника исполнения движений.	2ч	1	1
17	Самба. Основной ход по одному, в парах. Ботафога. Теневая ботафога. Контр ботафога.	2ч	1	1
18	Самба. Виск вправо, влево по одному, в парах. Вольта. Крисс-кросс вольта. Мейпул. Различные соединения вольт.	2ч	1	1
19	Самба. Соло поворот дамы под рукой. Соединение выученных фигур.	2ч	1	1
20	Самба. Основной ход вперед, назад. Обратный поворот. Обратный поворот с соло вольтой у партнерши.	2ч	1	1
21	Самба. Разучивание вариации.	2ч	2	
22	Самба. Отработка вариации по одному.	2ч	2	
23	Самба. Отработка вариации в парах.	2ч	2	
24	Самба. Отработка техники исполнения движений.	2ч	2	
25	Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча, техника исполнения движений.	2ч	1	1

26	Ча-ча-ча. Основное движение по одному в перед и назад. Чек в право и в лево. Спот поворот.	2ч	1	1
27	Ча-ча-ча. Основное движение в парах. Чек и поворот в парах.	2ч	1	1
28	Ча-ча-ча. Поворот дамы под рукой. Кросс- бейзик, лок степ в перед и назад.	2ч	1	1
29	Ча-ча-ча. Движение «плечо к плечу». Позиция «веер», фигура «клюшка»	2ч	1	1
30	Ча-ча-ча. Открытый «хип-твист». Натуральный волчок. Раскрытие в право и выход в позицию «веер».	2ч	1	1
31	Ча-ча-ча. Разучивание вариации.	2ч	2	
32	Ча-ча-ча. Отработка вариации по одному.	2ч	2	
33	Ча-ча-ча. Отработка вариации в парах.	2ч	2	
34	Ча-ча-ча. Отработка вариаций в парах.	2ч	2	
35	Повтор пройденного материала	2ч	2	
36	Итоговое занятие. Проверка теоретических знаний и практических умений.	2ч	1	1
37	Танго. Техника исполнения. Ритм. Шаги медленные и быстрые	2ч	1	1
38	Танго.ход с левой ноги и правой Прогрессивный боковой шаг	2ч	1	1
39	Танго. Прогрессивное звено. Закрытый променад.	2ч	1	1
40	Танго. Рокк поворот. Закрытое окончание.	2ч	1	1
41	Танго. Открытый обратный поворот. Корте назад.	2ч	1	1
42	Танго. Открытое окончание. Обратный поворот на прогрессивном боковом	2ч	1	1

	шаге			
43	Танго. Открытый променад. Рокк на ЛН и ПН	2ч	1	1
44	Танго. Разучивание вариации по одному	2ч	2	
45	Танго. Разучивание вариации в парах.	2ч	2	
46	Танго. Закрепление пройденного материала.	2ч	2	
47	Румба. Техника исполнения. Ритм	2ч	1	1
48	Румба. Основное движение. Закрытое-открытое, на месте- альтернативное	2ч	1	1
49	Румба. Прогрессивный ход вперед, назад.(в ЗП и ОП)	2ч	1	1
50	Румба. Спот поворот вправо, лево.включая свитч и поворот под рукой	2ч	1	1
51	Румба. Рука в руке. Плечо к плечу. Кукарача	2ч	1	1
52	Румба. Боковой шаг. Веер. Алемана. Хоккейная клюшка	2ч	1	1
53	Румба. Натуральное раскрытие. Закрытый хип твист. Натуральный волчок. нью-йорк.	2ч	1	1
54	Румба. Открытый хип твист. Спираль. Аида	2ч	1	1
55	Румба. разучивание вариации по одному и а парах	2ч	2	
56	Румба. Закрепление пройденного	2ч	2	

	материала			
57	Джайв. Техника исполнения. Ритм	2ч	1	1
58	Джайв. Шассе вправо, влево. Основное движение на месте	2ч	1	1
59	Джайв. Фолловой рок.звено. фолловой раскрытие	2ч	1	1
60	Джайв. Перемена мест с лева на право, с права на лево	2ч	1	1
61	Джайв.смена рук за спиной. Хлыст.	2ч	1	1
62	Джайв. Американский спин. Променадные ходы. Стой и иди	2ч	1	1
63	Джайв. Хлыст раскрытие. Двойной хлыст с кроссом.	2ч	1	1
64	Джайв. Ветряная мельница. Испанские руки	2ч	1	1
65	Джайв. Раскручивание от руки. Простой спин.	2ч	1	1
66	Джайв. Смена мест с двойным спином. Обратный хлыст	2ч	1	1
67	Джайв. Разучивание вариации по одному	2ч	2	
68	Джайв. Разучивание вариации в парах	2ч	2	
69	Джайв. Повторение пройденного материала	2ч	2	
70	Повтор выученных вариаций	2ч	2	
71	Повтор выученных вариаций	2ч	2	

72	Итоговое занятие. Проверка теоретических знаний и практических умений	2ч	1	1
----	---	----	---	---

## СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ.

(первый год обучения)

### **Медленный вальс. Изучение основных элементов движений и методики исполнения танца «Медленный вальс»**

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

Изучение основных элементов и фигур танца:

- «Закрытые перемены с ПН и ЛН».
- «Правый поворот».
- «Левый поворот».
- «Правый спин поворот».
- «Виск».
- «Шассе из ПП».
- «Правый поворот с хезитейшн».
- «Поступательное шассе».
- «Наружная перемена».
- «Поступательное шассе вправо».
- «Лок-степ вперед».
- «Лок назад».
- «Левое корте».
- 

### **Квикстеп Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Квикстеп»**

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

#### **Практические занятия.**

Изучение основных элементов и фигур танца:

- «Четвертной поворот направо».
- «Правый поворот».
- «Прогрессивное шассе».
- «Лок вперед».

## **Танго Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Танго».**

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъём и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

### **Практические занятия.**

Изучение основных элементов и фигур танца:

- «Поступательный боковой шаг».
- «Ход».
- «Рок-поворот».
- «Корте назад».
- «Поступательное звено».
- «Закрытый променад».
- «Основной левый поворот».
- «Открытый променад».
- «Форстеп».
- «Рок с ЛН, с ПН».

## **Венский вальс Изучение основных элементов, движений и методики исполнения танца «Венский вальс».**

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъём и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

Изучение основных элементов и фигур танца:

- «Правый поворот».

### ***Музыкальный размер, темп и основной ритм танцев Европейской программы***

Музыкальный размер танца «Медленный вальс» (3/4). Первый удар такта акцентирован. Каждый шаг делается на один удар музыки.

Музыкальный размер танца «Танго» (2/4). Оба удара акцентированы. Счет медленно равен двум ударам музыки, счет быстро – одному удару музыки.

Музыкальный размер танца «Венский вальс» (3/4). Первый удар такта акцентирован. Каждый шаг делается на один удар музыки.

Музыкальный размер танца «Квикстеп» (4/4). Первый и третий удары такта акцентированы. Медленный шаг равен двум ударам музыки, быстрый шаг равен одному удару музыки.

## **Ча-ча-ча Изучение основных элементов, движений и методика исполнения танца «Ча-ча-ча»**

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Подъём и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Изучение основных элементов и фигур танца:

- «Тайм степ».
- «Закрытое основное движение».
- «Нью-Йорк».
- «Рука к руке».
- «Спот поворот влево, вправо».
- «Поворот под рукой вправо, влево».
- «Правый волчок».
- Открытый хип твист».
- Правый волчок».

**Джайв Изучение основных элементов, движений и методика исполнения танца  
«Джайв»**

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Изучение основных элементов и фигур танца:

- «Основное движение на месте».
  - «Основное фоллэвей движение».
  - «Фоллэвей раскрытие».
  - «Линкрок».
  - «Перемена мест слева направо».
  - «Перемена мест справа налево»
- 
- «Болл чейндж»
  - «Смена рук за спиной».
  - «Хлыст».
  - «Американский спин».
  - «Стой-иди»
  - Хлыст
  - «Ход (медленный и быстрый)».
  - «Простой спин».
  - «Хлыст с двойным кроссом».

**Самба Изучение основных элементов, движений и методика исполнения танца  
«Самба»**

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре. Работа стопы. Подъем и снижение корпуса.

Изучение основных элементов, и фигур танца:

- Основное движение
- «Поступательное основное движение».
- «Виски влево и вправо».
- «Самба ход на месте».
- «Самба ход в ПП».
- «Боковой самба ход».
- «Левый поворот».
- «Ботафого с продвижением».

- «Вольта с продвижением влево и вправо».
- «Вольтовый поворот на месте для дамы влево и вправо».
- «Сольная вольта на месте влево и вправо».
- «Ботафого в теневой позиции».
- «Ботафого в ПП и ОПП».
- «Крисс кросс».

### **Румба Изучение основных элементов, движений и методика исполнения танца «Румба»**

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Изучение основных элементов, и фигур танца:

- «Основное движение».
- «Поступательный ход вперёд и назад».
- «Поворот на месте влево и вправо».
- «Поворот под рукой влево и вправо».
- «Нью-Йорк».
- «Рука к руке».
- «Алемана».
- «Веер».
- «Клюшка».
- «Правый волчок».
- «Раскрытие вправо».
- «Хил твист (открытый, закрытый)».
- «Кукарача».
- «Спираль».
- «Боковой шаг».
- «Аида».
- «Кубинские роки».

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
(второй год обучения)

№ п/п	Названия разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	2	1	1
2.	Ритмика	12	-	12
3.	Азбука музыкального движения	12	-	12
4.	Европейская программа	16	2	14
	4.1 Медленный вальс 4.2. Квикстеп	16	2	14
5.	Латиноамериканская программа.	16	2	14
	5.1. Ча-ча-ча. 5.2. Самба. 5.3.	16	2	14
	Джайв.	16	2	14
6.	Отработка техничности изученных элементов	28	2	26
7.	Концертная деятельность	8	-	8
8.	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	144	13	131

**Знания, умения, навыки.**

К концу второго года обучения воспитанники должны уметь:

- работать музыкально и ритмично, координировать свои движения, правильно работать стопой и бедрами, переносить вес тела и осуществлять технику поворотов;
- осуществлять визуальное и контактное ведение; ориентироваться в зале; грамотно вести себя на танцевальной площадке;
- исполнять танцы бального репертуара, используя технику бального танцевания, ритмическую структуру танца,

- выполнять программные движения,
- свободно владеть корпусом, движением рук, головы;
- использовать средства выразительности для исполнения танцев, композиций и вариаций.

Воспитанники должны знать:

- технику базовых движений бального танца
- движения тренажа, их названия, методику выполнения,
- ритмическую структуру движений бального танца

### УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (третий год обучения)

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие.	2	1	1
2	Ритмика	12	-	12
3,	Азбука музыкального движения	12	-	12
4	Европейская программа	26	4	25
	4.1. Медленный вальс	26	4	
	Квикстеп 4.3 Венский вальс	26	4	25
5	Латиноамериканская программа.	26	4	25
	5.1 Самба	26	4	25
	5.2 Ча-ча-ча 5.3 Джайв	26	4	25
6.	Отработка техничности изученных элементов	24	-	24
7.	Концертная деятельность	8	-	8
8.	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого:	216	26	190

#### **Знания, умения, навыки.**

К концу третьего года обучения воспитанники должны уметь:

- выполнять движения бального танца, не только технически правильно и в нужном ритме, но и эмоционально в соответствии с характером музыки;
- выполнять сложные фигуры бального танца;
- различать в музыке не только ее характер и метроритм, но и эмоциональную структуру;

- хорошо ориентироваться в пространстве и времени в соответствии с задачами той или иной композиции,

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

( индивидуальные занятия )

<u>№</u>	<u>Тема урока</u>	<u>Кол-во часов</u>	<u>Практика</u>	<u>Теория</u>
1	Медленный вальс. Техника исполнения движений. Закрытые перемены вперед, назад. Квадрат по одному и в парах.	1	1	
2	Медленный вальс. Натуральный поворот по одному и в парах. Техника исполнения.	1	1	
3	Теоретическая подготовка: порядок проведения турниров по спортивным бальным танцам, порядок и критерии судейства, возрастные группы.	1		1
4	Медленный вальс. Разучивание вариаций по одному, в парах.	1	1	
5	Медленный вальс. Разучивание вариаций по одному, в парах. Отработка фигур.	1	1	
6	Медленный вальс. Отработка вариаций по одному и в парах.	1	1	
7	Латиноамериканская программа: самба, техника исполнения движений. Основной ход, ботафога, виск, вольта.	1	1	
8	Теоретическая подготовка. Показ фото и видео материалов.	1		1
9	Самба. Соло поворот дамы под рукой. Соединение выученных фигур.	1	1	

10	Самба. Основной ход вперед, назад. Обратный поворот. Обратный поворот. Разучивание вариации.	1	1	
11	Самба. Разучивание вариации, техника исполнения.	1	1	
12	Латиноамериканская программа: Ча-ча-ча, техника исполнения движений. Работа ног и стопы.	1	1	
13	Ча-ча-ча, техника исполнения движений. Разучивание фигур.	1	1	
14	Ча-ча-ча, техника исполнения движений. Разучивание фигур.	1	1	
15	Ча-ча-ча. Разучивание вариации, Отработка вариации по одному.	1	1	
16	Повтор пройденного материала. Медленный вальс, Ча-ча-ча, самба.	1	1	
17	Танго. Техника исполнения. Ритм. Шаги медленные и быстрые	1	1	
18	Танго. Разучивание основных элементов.	1	1	
19	Медленный вальс. Техника исполнения шагов.	1	1	
20	Ча-ча-ча, техника исполнения движений. Отработка вариаций в парах.	1	1	
21	Самба. Отработка вариации в парах. Техника исполнения.	1	1	
22	Самба. Отработка вариации в парах. Техника исполнения.	1	1	
23	Квикстеп. Основной ритм. Основное движение по кругу.	1	1	
24	Квикстеп. Четвертной поворот на право, прогрессивное шоссе.	1	1	
25	Квикстеп. Четвертной поворот на право, прогрессивное шоссе, локстеп вперед.	1	1	
26	Джайв. Техника исполнения. Ритм. Основное движение на месте	1	1	

27	Джайв. Отработка выученных фигур.	1	1	
28	Джайв. Разучивание основных движений по одному.	1	1	
29	Джайв. Разучивание фигур в парах.	1	1	
30	.Квикстеп. Повтор пойденого материала.	1	1	
31	Медленный вальс. Отработка вариаций по одному и в парах.	1	1	
32	Ча-ча-ча, техника исполнения движений. Отработка вариаций в парах.	1	1	
33	Самба. Отработка вариации в парах. Техника исполнения.	1	1	
34	Итоговое занятие. Проверка теоретических знаний и практических умений.	1	1	

### **Литература, используемая при разработке программы и подготовке к занятиям.**

1. Алекс Мур, «Пересмотренная техника европейских танцев», Москва, Санкт-Петербург, 1993г.
2. Барышникова Т., «Азбука хореографии», Москва, 2000г.
3. Иванникова О., «Классические танцы. Танго и медленный вальс», Донецк, 2003г.
4. Имперское общество учителей танцев, «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев», Москва, Санкт-Петербург, 1992г.
5. Кауль Н., «Как научиться танцевать. Спортивные балльные танцы», Ростов-на-Дону, 2004г.
6. Положение РАСТ «О допустимых танцах и фигурах. О возрастных категориях и танцевальных классах спортсменов РАСТ»
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., «Учите детей танцевать», Москва, 2003г

### **Используемые видеоматериалы.**

1. «Детские танцы» (учебное видео)
2. «Европейские вариации. Дети-1, Дети-2» (учебное видео А.Мельникова и И.Соломатиной)
3. «Линия танца» (учебный цикл Л.Плетнева, Т.Павловой)
4. «Семинар по спортивным танцам в г.Альметьевске»
5. «Семинар по спортивным танцам в г.Рязани»
6. «Семинар по спортивным танцам в г.Лениногорске тренера-педагога из г.Рязани Аксеновой И.А.
7. «Танцуют дети» (соревнования в категории Дети-2)
8. «Учебное видео Лидии и Виктора Секистовых по спортивным танцам по программе Н, Е и Д классов»

## **Оценочные материалы дополнительной образовательной программы «Фантазия»**

### **Вводный контроль.**

При приеме детей, им предлагается выполнить некоторые несложные задания, для определения общей подготовки.

1. Ритмичность (прохлопать в ладоши)
2. Пластичность (упражнения для работы стопы, коленей, туловища)
3. Внимание (повторить движение за педагогом)
4. Координация (правая, левая, в стороны)

### **Текущий контроль.**

**Форма проведения : открытое занятие для родителей.**

#### **План занятия:**

1. Разминка  
(для разогрева мышц: исполнение движений по кругу, марш, ходьба на носочках, бег, подскоки)
2. Танцевальная разминка
3. Исполнение выученных танцев  
(Полька, Танец маленьких утят, Летка-Енька, Арам-зам-зам, Ча-ча-ча, Медленный вальс)

### **Промежуточная аттестация.**

Конкурс внутри группы с вручением грамот и медалей за I, II, III места.

Показательные выступления детей второго и третьего годов обучения.

Для проверки уровня овладения теоретическими знаниями по программе с обучающимися проводится **викторина.**

**Вопросы:**

1. К какой программе относится танец Ча-ча-ча?
2. К какой программе относится танец Медленный вальс?
3. Какие движения в композиции танца Полька?
4. Какие танцы Вы изучили?

#### **Текущий контроль.**

1. Участие в областных и региональных конкурсах. Подсчёт I, II, III мест, определение лучшей пары года.

Для проверки уровня овладения теоретическими знаниями по программе с обучающимися проводится **викторина**.

#### **Вопросы:**

1. Какие танцы исполняет N класс?
2. В какую программу входят танцы Ча-ча-ча и Джайв?
3. В какую программу входят танцы Медленный вальс и Квикстеп?
4. Какие элементы входят в связку танцев Ча-ча-ча и Джайва?
5. Какие элементы входят в связку танцев Медленный вальс и Квикстепа?

#### **Промежуточная аттестация.**

Для проверки уровня овладения теоретическими знаниями по программе с обучающимися проводится **викторина**.

#### **Вопросы:**

1. Линия танца, направление движения.
2. Классификация спортивных бальных танцев.
3. Возрастные подгруппы, классы мастерства.
4. Правила танцевальных костюмов и обуви.
5. Порядок проведения турниров по спортивным бальным танцам.
6. Порядок и критерии судейства.

Проведение Кубка Самба. Вручение Кубка лучшей паре и солисту.

#### **Текущий контроль.**

Проведение конкурса внутри группы с приглашением независимого судейства (тренеров из других клубов).

Для проверки уровня овладения теоретическими знаниями по программе с обучающимися проводится **викторина**.

#### **Вопросы:**

1. Какие танцы входят в Европейскую программу?
2. Какие танцы входят в Латиноамериканскую программу?
3. Какие элементы входят в вариацию обязательной программы Медленного вальса?
4. Какие элементы входят в вариацию произвольной программы Квикстепа?

## Итоговая аттестация.

Подведение итогов участия в областных и региональных конкурсов.

Для проверки уровня овладения теоретическими знаниями по программе с обучающимися проводится **викторина**.

### **Вопросы:**

1. Какие элементы входят в произвольную программу танца Ча-ча-ча?
2. Какие элементы входят в произвольную программу танца Самба?
3. Какие элементы входят в произвольную программу танца Румба?
4. Какие элементы входят в произвольную программу танца Джайв?
5. Какие элементы входят в произвольную программу танца Танго?
6. Какие элементы входят в произвольную программу танца Медленный фокстрот?