

Департамент по образованию администрации Волгограда
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Волгограда»

Принята на заседании
педагогического совета
МОУ ДЮЦ Волгограда
от «10» апреля 2025 г.
Протокол № 3

Утверждаю
Директор МОУ ДЮЦ Волгограда
Т.М.Минина
Приказ от «14» апреля 2025г. №279



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Надежда»**

Возраст учащихся: 5 – 18 лет
Срок реализации: 4 лет

Авторы-составители:
Борисов Павел Витальевич
педагоги дополнительного образования,
Демченко Марина Николаевна,
старший методист

Волгоград, 2025

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «От спорта к искусству» имеет **художественную направленность**, так как ориентирована на формирование и развитие творческих способностей учащихся, удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в нравственном, художественно-эстетическом развитии.

Программа была разработана в 2012 году для реализации в Танцевально-спортивном клубе «Надежда», была переработана в соответствии с нормативными документами в 2016 и в 2020 году.

В 2025 году в программу были внесены изменения в связи с новыми требованиями.

Актуальность программы – Актуальность программы обусловлена тем, что, в настоящее время спортивный бальный танец завоёвывает всё более широкую популярность в России и во всём мире. Это объясняется высокой культурой и красотой его исполнения, зрелищностью и безграничными возможностями. Человек, увлекающийся балльными танцами в течении всей жизни, может хорошо владеть телом, укреплять нервную и дыхательную системы, поддерживать мышечный тонус, наслаждаясь при этом прекрасной музыкой.

Спортивный бальный танец исполняется в паре. Отсюда вся сложность и прелесть ролевого взаимоотношения «кавалера» и «дамы». Дети, танцуя в парах, учатся помогать друг другу, прислушиваться к мнению партнёра, находить совместные решения, улаживать неизбежные разногласия и даже конфликты мирным путём, овладевают культурой общения.

Содержание программы «Спортивные балльные танцы» многопланово. Наряду с европейскими и латиноамериканскими, она включает в себя отечественные, историко-бытовые и детские массовые танцы, а также классический и джаз-танец.

Основу данной программы составляет, с одной стороны ориентация на общечеловеческие ценности мировой танцевальной культуры, а с другой – установка на развитие творческой индивидуальности ребёнка.

В данной программе использованы последние идеи и правила преподавания балльных танцев с использованием новых разработок, методик и нормативных документов.

Педагогическая целесообразность определена тем, что ориентирует учащегося на приобщение к танцевально-музыкальной культуре спортивного танца, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического

творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Отличительные особенности программы обучение по программе на основе интересов подростков к спортивным бальным танцам создает благоприятные условия для раскрытия творческих способностей формирующейся личности юного гражданина, его способности к самовыражению в танце. Большинство существующих программ по спортивным бальным танцам относится к программам спортивной направленности, что обусловлено участием в спортивных турнирах и жесткими графиками танцевальных классов. Данная программа предполагает участие в конкурсах и турнирах, но больше ориентирована на художественное развитие учащихся, участие в концертной деятельности и ансамблевых постановках на массовых мероприятиях, что дает возможность большей реализации учащихся и успеху каждого ребенка.

Адресат программы – учащиеся дошкольного и школьного возраста от 5 до 18 лет, городские жители, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям по хореографии.

Количественный состав групп 15 человек.

Уровень, объем и срок освоения программы

Программа предполагает базовый уровень. Срок освоения программы 4 года. Общее количество учебных часов, запланированных на освоение программы – 960 часов (864 часа основной курс и 96 часов летний модуль).

Из их Основной курс и часы для подготовки концертного репертуара — для каждого года обучения – 216 часов и модуль «Летний интенсив» на каждый год обучения - 24 часа с целью привлечения учащихся к постановочной работе танцевальных номеров в разных жанрах, активной концертной и конкурсной деятельности в летний период:

1. Провести летние каникулы с пользой: пока все отдыхают – мы совершенствуем свое мастерство.
2. Не потерять отличную физическую форму и сохранить полученные знания.
3. Улучшить свои физические данные, такие как растяжка, выворотность, подъем, гибкость, шаг и прыжок.
4. Обучение артистичности и бесконечное пространство для самовыражения.
5. Тренинг по сценическому актерскому мастерству.
6. Концертная и конкурсная практика.

Формы обучения – очная форма обучения. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, при этом большее количество времени уделяется практической части. Теоретическая часть

занятий достаточно компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий – общее количество часов в год – 240 часов; Занятия основной учебной нагрузки проходят 3 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность 1 учебного часа — 45 минут, для дошкольников 30 минут. Перерыв между занятиями 10 минут.

На период эпидемиологической и ЧС ситуаций педагог имеет право по приказу директора учреждения реализовать часть программы с применением электронного обучения или дистанционных технологий. В этом случае 1 академический час составляет 30 минут.

Особенности организации образовательного процесса - группы учащихся одной возрастной категории, состав группы постоянный. Занятия делятся на групповые и сводные для подготовки концертного репертуара и постановочной работы.

Цель и задачи программы

Цель – формирование творческой индивидуальности юного танцора, его способности к самовыражению в танце.

Задачи:

Личностные – развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце; формирование художественного вкуса и эстетических наклонностей в выборе своего имиджа.

Метапредметные - овладение основами самоконтроля, самооценки, формирование умения организовывать учебное сотрудничество и совместную творческую деятельность; работать в творческой группе, разрешать конфликты.

Предметные – изучение истории танцевальной культуры; развитие чувства ритма и музыкальности, формирование танцевальных знаний, умений и навыков в области спортивного танца, развитие моторико - двигательной памяти.

Содержание программы **Учебный-тематический план**

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1-й год обучения					
I модуль - 1-ое полугодие					
Вводное занятие		2	1	1	Беседа
1.	Освоение основ Школы бальных танцев	40	8	32	Контрольное занятие
1.1	Изучение основ «Медленного	5	2	3	

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	вальса»				
1.1.1	Правая перемена вперед и назад, правый поворот по четвертям, левая перемена вперед и назад, левый поворот по четвертям	5		5	
1.2.	Изучение основ танца «Джайв»	5	2	3	
1.2.1.	Основное движение, фолловей-разделение	5		5	
1.3	Изучение основ танца «Самба»	5	2	3	
1.3.1.	Баунс (Bounce Action) на месте и в сторону, основное движение, основной самба-ход.	5		5	
1.4.	Изучение основ танца «Ча-ча-ча»	5	2	3	
1.4.1.	Основное движение, нью-йорк поворот, тайм степ.	5		5	
2	Развитие приобретённых навыков	24	6	18	Контрольное занятие
2.1	Медленный вальс: изучение вариаций	8	2	6	
2.2	«Ча-ча-ча» - изучение вариаций	8	2	6	
2.3	«Самба» - изучение вариаций	8	2	6	
3.	Постановочная работа Работа над конкурсным репертуаром.	34	17	17	Участие в конкурсах
Промежуточная аттестация		2	1	1	Открытое занятие
	Итого по 1-му полугодю	102	33	69	
I модуль - 2-ое полугодие					
4	«Ча-ча-ча», «Джайв», «Медленный вальс», «Самба» - изучение вариаций	58	14	44	Контрольное занятие
4.1	Правила спортивного костюма, танцевальные позиции в паре	4	4	-	
4.2	Фигуры в латиноамериканской и Европейской программах - «Ча-ча-ча», «Джайв», «Медленный вальс», «Самба»	54	10	44	
5	Танцевальный номер (танцевальная вариация)	16	4	12	Отчетный концерт
5.1	Теория	2	2	-	
5.2	Рисунок танца	4	-	4	

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
5.3	Актёрское мастерство	6	2	4	Участие в конкурсах
5.4	Разучивание танцевального номера	4	-	4	
6.	Постановочная работа Работа над конкурсным репертуаром.	38	8	30	
7.	Итоговый	2	1	1	
	Итого по 2-му полугодю:	114	27	87	
	ИТОГО за 1 и 2 модуль	216	60	156	
I модуль «Летний интенсив»					
1.	Элементы классического экзерсиса	4		4	Практические задания
2.	Ритмика, партерная гимнастика балетная гимнастика, современная разминка, джаз – разминка танцевальная импровизация	6		6	Просмотр
3.	Элементы акробатики	2		2	Практические задания
4.	Постановочная и репетиционная работа в различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции)	8	2	6	Показ комбинаций выученных движений и композиций
5.	Концертная и конкурсная деятельность	4		4	Участие в концертной и конкурсной деятельности
	Итого за модуль «Летний интенсив»	24	2	22	
	ИТОГО за год	240	62	178	
2-ой год обучения					
II модуль - 1-ое полугодие					
1.	Вводное занятие. Основы техники безопасности.	2	1	1	Беседы, обсуждения
2.	Изучение основ танца «Квик-степ», «Танго»	64	6	58	Практическое занятие
2.1.	Локк-степ вперед, типл-шассе влево и вправо, локк-степ назад, типл-шассе вправо и влево без поворота	22	2	20	
2.2.	Изучение основ танца «Танго»	21	2	19	
2.2.1.	Карте без поворота	21	2	19	

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
3.	Постановочная работа Работа над конкурсным репертуаром.	34	17	17	Участие в конкурсах
Промежуточная аттестация		2	1	1	Открытое занятие
Итого по 1-му полугодю		102	25	77	
II модуль - 2-ое полугодие					
4	Изучение новых фигур с учетом танцевального класса «Е»	40	8	32	Контрольное занятие
4.1	«Ча-ча-ча»	10	2	8	
4.2	Локк-степ вперед и назад	10	2	8	
4.3	«Самба»	10	2	8	
4.4	Виск, ботофого из променадной в обратную променадную позицию, спот-повороты	10	2	8	
5	«Медленный вальс»	34	8	26	Конкурс
5.1	Полный правый и левый поворот, перемены	8	2	6	
5.2	«Джайв»	8	2	6	
5.3	Смена рук за спиной, стоп энд гоу, мельница	8	2	6	
5.4	Отработка вариаций	10	2	8	
6	Постановочная работа Работа над концертным и конкурсным репертуаром.	38	8	30	Участие в конкурсах
7	Итоговый	2	-	2	Отчетный концерт, итоговое занятие, конкурс
Итого по 2-му полугодю		114	24	90	
II модуль «Летний интенсив»					
1.	Элементы классического экзерсиса	4		4	Практические задания
2.	Ритмика, партерная гимнастика балетная гимнастика, современная разминка, джаз – разминка танцевальная импровизация	6		6	Просмотр
3.	Элементы акробатики	2		2	Практические задания
4.	Постановочная и репетиционная работа в различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в	8	2	6	Показ комбинаций выученных движений и

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции)				композиций
5.	Концертная и конкурсная деятельность	4		4	Участие в концертной и конкурсной деятельности
	Итого за модуль «Летний интенсив»	24	2	22	
	ИТОГО за год	240	51	189	
3-й год обучения					
III модуль - 1-ое полугодие					
0	Вводное занятие. Основы техники безопасности.	2	1	1	Беседы, обсуждения
1	Изучение фигур танцевального класса «Е» и «Д»	50	18	32	Контрольное занятие
1.1	Изучение фигур «Венского вальса»				
1.1.2.	Перемена-шассе вперед и назад				
1.3	Изучение и отработка новых элемента «Джайва»: свивлы носок-каблук				
1.4	Изучение и отработка новых элемента «Самба»: правый и левый мейпул				
1.5	Изучение и отработка новых элемента «Ча-ча-ча»: открытвй хип-твист				
2	База стоек, открытых и закрытых танцевальных позиций в паре	50	18	32	Отчетный концерт
2.1	Изучение и отработка вариаций европейской программы				
2.2	Изучение и отработка вариаций латиноамериканской программы				
	Итого по 1-му полугодию	102	37	65	
III модуль - 2-ое полугодие					
3.	Правила проведения соревнований, требования к костюмам, танцевальные	6	2	4	Обсуждения, тесты

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	классы				
4.	Постановочная работа Работа над концертным и конкурсным репертуаром.	106	24	82	Отчетный концерт
5.	Итоговый	2	1	1	Отчетный концерт
	Итого по 2-му полугодю	114	27	87	
	ИТОГО за 1 и 2 модуль	216	64	152	
III модуль «Летний интенсив»					
1.	Элементы классического экзерсиса	4		4	Практические задания
2.	Ритмика, партерная гимнастика балетная гимнастика, современная разминка, джаз – разминка танцевальная импровизация	6		6	Просмотр
3.	Элементы акробатики	2		2	Практические задания
4.	Постановочная и репетиционная работа в различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции)	8	2	6	Показ комбинаций выученных движений и композиций
5.	Концертная и конкурсная деятельность	4		4	Участие в концертной и конкурсной деятельности
	Итого за модуль «Летний интенсив»	24	2	22	
	ИТОГО за год	240	66	174	
4-й год обучения					
IV модуль - 1-ое полугодие					
0	Вводное занятие. Основы техники безопасности.	2	1	1	Беседы, обсуждения
1	Изучение усложненных фигур танцевального класса «Е» и «Д»	50	18	32	Контрольное занятие
1.1	Изучение усложненных фигур танца «Медленный вальс»				
1.2.	Изучение усложненных фигур «Венского вальса»				

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.3	Изучение усложненных фигур танца «Квик-степ».				
1.4	Изучение усложненных фигур танца «Танго»				
1.5	Изучение и отработка новых элементов танца «Джайв»				
1.6.	Изучение и отработка новых усложненных элементов танца «Самба»				
1.7	Изучение и отработка новых усложненных элементов танца «Ча-ча-ча»				
1.8	Изучение и отработка новых усложненных элементов танца «Румба»				
2	База стоек, открытых и закрытых танцевальных позиций в паре	50	18	32	Отчетный концерт
2.1	Изучение и отработка вариаций европейской программы				
2.2	Изучение и отработка вариаций латиноамериканской программы				
	Итого по 1-му полугодю	102	37	65	
IV модуль - 2-ое полугодие					
3.	Правила проведения соревнований, требования к костюмам, танцевальные классы	6	2	4	Обсуждения, тесты
4.	Постановочная работа Работа над концертным и конкурсным репертуаром.	106	24	82	Отчетный концерт
5.	Итоговый	2	1	1	Отчетный концерт
	Итого по 2-му полугодю	114	27	87	
IVмодуль «Летний интенсив»					
1.	Элементы классического экзерсиса	4		4	Практические задания
2.	Ритмика, партерная гимнастика балетная гимнастика, современная разминка, джаз – разминка	6		6	Просмотр

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	танцевальная импровизация				
3.	Элементы акробатики	2		2	Практические задания
4.	Постановочная и репетиционная работа в различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции)	8	2	6	Показ комбинаций выученных движений и композиций
5.	Концертная и конкурсная деятельность	4		4	Участие в концертной и конкурсной деятельности
	Итого за модуль «Летний интенсив»	24	2	22	
	ИТОГО за год	240	66	174	

Содержание учебного плана 1 год обучения.

Тема: Освоение основ школы бально-спортивного танца

Теория: Основы музыкальных ритмов. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Общая и спортивная этика. Правила и нормы поведения в обществе, в коллективе. Правила поведения на танцевальном паркете. Поведение во время аттестаций. Правила спортивного костюма для начинающих танцоров. Программа «10 ступеней мастерства»: - общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене); -танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция); - степень поворота (1/4, 4/4). Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Практика: Медленный вальс: правая перемена (вперед и назад). Самба: баунс на месте, в сторону. Полька. Диско-танец. Ритмические упражнения под музыку. 2 ступень мастерства. Медленный вальс: правый поворот по четвертям. Танго: карте без поворота. Самба: основное движение с правой ноги вперед. Ча-

ча-ча: тайм-степ, рука к руке. 3 ступень мастерства Медленный вальс: левая перемена, левый поворот по четвертям. Танго: карте с поворотом по четвертям. Квикстеп: 4 шага (в ритме слоу) вперед, типл-шассе вправо и влево, 4 шага (в ритме слоу) назад, типл-шассе влево и вправо. Самба: стационарный самба-ход. Ча-ча-ча: нью-йорк. Джайв: основное движение. 4 ступень мастерства. Медленный вальс: с правой ноги 2 перемены вперед, правый поворот на четверть, 2 перемены назад, левый поворот на четверть. Танго: основной левый поворот. Квикстеп: 4 шага вперед, типл-шассе вправо влево с поворотом вправо на 1/2, 4 шага назад, типл-шассе вправо влево без поворота. Самба: боковой самба-ход. Ча-ча-ча: основное движение. Джайв: фолловей-разделение. Аттестация и конкурс мастерства. Хореография. Формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi-plie, grand-plie, releve, battement tendus, grand battement, battement relevee, позиции ног, позиции рук, упражнения на растягивание и выворотность. Итоговое занятие. Подготовка и участие в конкурсе спортивного бального танца.

Содержание учебного плана

«Летний интенсив»

1. Элементы классического экзерсиса.

Практика: Отработка движений классического экзерсиса.

Формы контроля: Практические задания.

2. Ритмика, партерная гимнастика, современная разминка, джаз разминка

Практика. Упражнения партерной гимнастики, упражнения для головы, рук, плеч и корпуса. Необходимость данного комплекса упражнений, позволяет привести двигательный аппарат в рабочее состояние, предотвратить травмы и растяжения.

Формы контроля: Просмотр.

3. Элементы акробатики

Практика: Акробатические стойки, колеса, прыжки.

Формы контроля: Практические задания.

4. Постановочная и репетиционная работа в различных жанрах хореографии

Теория: Разводка и разучивание танцевальных композиций в жанре хореографии: различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции).

Практика: Разучивание и отработка танцевальных композиций в жанре хореографии: различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные

направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции).

Формы контроля: Показ комбинаций и композиций выученных движений.

5. Концертная и конкурсная деятельность

Практика: Участие в концертной деятельности различного уровня.

Формы контроля: Участие в концертной и конкурсной деятельности.

2 год обучения.

Тема: Освоение основ школы бально-спортивного танца

Теория: Основы музыкальных ритмов. Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием. Медленный вальс – счет 1, 2, 3. Танго – Быстро, Быстро, Медленно. Квикстеп – 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Самба – Медленно и Медленно. Ча-ча-ча – счет 1, 2, 3, 4и. Джайв – Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. Правила поведения во время аттестаций и соревнований Правила спортивного костюма для начинающих танцоров. Программа «10 ступеней мастерства». – общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр); - танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижения корпуса); - степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4) Фигуры и стандартные вариации в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Практика: Медленный вальс: исходное положение лицом диагональ к стене (ИП ЛДС). Правая перемена и правый поворот по четвертям. Исходное положение спиной диагональ в центр (ИП СДЦ). Левая перемена и левый поворот по четвертям. Квикстеп: Локк-степ вперед, тигл-шассе влево вправо без поворота. Локк-степ назад, тигл-шассе вправо влево без поворота. Самба: Виск. Ча-ча-ча: Локк-степ вперед и Локк-степ назад. Джайв: смена рук за спиной. 6 ступень мастерства. Медленный вальс: ИП ЛДС с правой ноги вперед (партия партнера) правый поворот на четверть, перемена назад, левый поворот на четверть, 2 перемены вперед. Далее в обратную сторону с левой ноги назад (партия партнерши) правый поворот на четверть, перемена вперед, левый поворот на четверть, 2 перемены назад. Квикстеп: Локк-степ вперед, тигл-

шассе влево вправо с поворотом вправо на 1/2, Локк-степ назад, типл- шассе вправо-влево без поворота. Самба: ботофого из променадной в обратную променадную позицию. Ча-ча-ча: 3 ча-ча-ча вправо и влево. Джайв: стоп энд гоу. Практическая часть. Аттестация и внутренний конкурс мастерства. 7 ступень мастерства. Медленный вальс: ИП ЛДС - 6 ступень выполняется по линии танца. Квикстеп: ИП лицом по линии танца, 6 ступень - по линии танца. Самба: поступательное ботофого вперед. Ча-ча-ча: 3 ча-ча-ча (Локк-степ) вперед и назад. Джайв: перемена мест слева направо. 8 ступень мастерства. Медленный вальс: ИП ЛДС с правой ноги вперед партия партнера полный правый поворот, перемена, полный левый поворот, 2 перемены вперед. Обратно с левой ноги назад партия партнерши полный правый поворот, перемена, полный левый поворот, 2 перемены назад. Квикстеп: по линии танца четвертной поворот и шассе. Самба: поступательное ботофого назад. Ча-ча-ча: соло спот-поворот, спот-поворот партнерши под рукой. Джайв: мельница. Хореография. Комплекс упражнений классической хореографии направлен на формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики Demi-plie, grand-plie, releve, battement tendus, battement tendus Jeter, grand battement, grand battement Jeter, battement relevent, позиции ног, позиции рук, упражнения на растягивание и выворотность. Итоговое занятие. Выступление перед родителями, педагогами и воспитанниками Центра детского творчества

Содержание учебного плана

«Летний интенсив»

1. Элементы классического экзерсиса.

Практика: Отработка движений классического экзерсиса.

Формы контроля: Практические задания.

2. Ритмика, партерная гимнастика, современная разминка, джаз разминка

Практика. Упражнения партерной гимнастики, упражнения для головы, рук, плеч и корпуса. Необходимость данного комплекса упражнений, позволяет привести двигательный аппарат в рабочее состояние, предотвратить травмы и растяжения.

Формы контроля: Просмотр.

3. Элементы акробатики

Практика: Акробатические стойки, колеса, прыжки.

Формы контроля: Практические задания.

4. Постановочная и репетиционная работа в различных жанрах хореографии

Теория: Разводка и разучивание танцевальных композиций в жанре хореографии: различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные

направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции).

Практика: Разучивание и отработка танцевальных композиций в жанре хореографии: различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции).

Формы контроля: Показ комбинаций и композиций выученных движений.

5.Концертная и конкурсная деятельность

Практика: Участие в концертной деятельности различного уровня.

Формы контроля: Участие в концертной и конкурсной деятельности.

3 год обучения.

Раздел: Вводное занятие. Основы техники безопасности.

Теория: Проведение инструктажа по технике безопасности во время занятия, во время концертной деятельности, в экстремальных ситуациях (пожар, землетрясение и др.), ознакомление с правилами поведения в помещениях МОУ ДЮЦ Волгограда.

Раздел: Освоение основ школы бально-спортивного танца

Тема: Изучение фигур танцевального класса «Е» и «Д»

Теория: Основы музыкальных ритмов. 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). Ча-ча-ча - счет 1, 2, 3, 4и. Самба - 1) Медленно и Медленно. 2) Медленно и Медленно и Медленно и Медленно. Джайв - 1) 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). Общая и спортивная этика. Взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками. Поведение во время аттестаций и соревнований. Бальный этикет. Правила проведения соревнований СТСП. Правила спортивного костюма для начинающих танцоров для танцоров- спортсменов; Программа «Восходящие звезды». - общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр); - танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная

променадная позиция, позиция противодвижения корпуса); - степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4). Фигуры и стандартные вариации в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Практика: Медленный вальс: ИП ЛДС с левой ноги вперед партия партнера Виск, шассе из променадной позиции, 2 перемены вперед. В обратную сторону с правой ноги партия партнерши Виск, шассе из променадной позиции. Венский вальс: перемена-шассе вперед и назад. Квикстеп: 7 + 8 ступень. Самба: поступательная вольта, вольтовый поворот на месте. Ча-ча-ча: основное движение в повороте. Джайв: променадные шаги. 10 ступень мастерства. Медленный вальс: внешняя перемена. Квикстеп: правый поворот, Локк-степ назад, типл-шассе вправо. Локк-степ вперед. Венский вальс: правый поворот. Самба: крисс-кросс. Ча-ча-ча: ронд-шассе, хип-твист-шассе. Джайв: американский спин. Конкурс мастерства. Аттестационные испытания. Этап 2. «Восходящие звезды» 1 ступень «Восходящие звезды». Медленный вальс: проходящая перемена назад. Фигурный вальс. Самба: вращение от руки. Ча-ча-ча: веер, хоккейная клюшка. Джайв: свивлы носок- каблук. Меренго: шаги на месте, боковой шаг. 2 ступень «Восходящие звезды». Медленный вальс: Виск назад. Меренго: звездный шаг, рок-поворот. Самба: правый и левый мейпул. Ча-ча-ча: открытый хип-твист. Джайв: цыплячий ход. Хореография. Demi-plie, grand-plie, releve, battement tendus, battement tendusjeter, grand battement, grand battement jeter, battement relevent, battement sur le cou-de-pied, battement developpes, позиции ног, позиции рук, упражнения на растягивание и выворотность. Ансамбль. Репертуар: Постановка пар в ансамбле. Сотрудничество танцевальных пар в ансамбле. Отработка репертуара. Ориентирование на сценической площадке Итоговое занятие. Отчетный концерт.

Содержание учебного плана модуля «Летний интенсив»

1. Элементы классического экзерсиса.

Практика: Отработка движений классического экзерсиса.

Формы контроля: Практические задания.

2. Ритмика, партерная гимнастика, современная разминка, джаз разминка

Практика. Упражнения партерной гимнастики, упражнения для головы, рук, плеч и корпуса. Необходимость данного комплекса упражнений, позволяет привести двигательный аппарат в рабочее состояние, предотвратить травмы и растяжения.

Формы контроля: Просмотр.

3. Элементы акробатики

Практика: Акробатические стойки, колеса, прыжки.

Формы контроля: Практические задания.

4. Постановочная и репетиционная работа в различных жанрах хореографии

Теория: Разводка и разучивание танцевальных композиций в жанре хореографии: различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции).

Практика: Разучивание и отработка танцевальных композиций в жанре хореографии: различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции).

Формы контроля: Показ комбинаций и композиций выученных движений.

5. Концертная и конкурсная деятельность

Практика: Участие в концертной деятельности различного уровня.

Формы контроля: Участие в концертной и конкурсной деятельности.

4 год обучения.

Раздел: Освоение основ школы бально-спортивного танца

Тема: Изучение усложненных фигур танцевального класса «Е» и «Д»

Теория: Изучение новых танцевальных композиций и постановок латиноамериканской конкурсной программы. Тренаж базовых элементов 4 латиноамериканских танцев (ча-ча, самба, румба, джайв). Повтор композиций предыдущих классов, постановка и тренаж классов «Е» и «Д».

Изучение новых танцевальных композиций и постановок европейской программы. Тренаж базовых элементов 4 европейских танцев (медленный вальс, танго, квикстеп, венский вальс). Повтор композиций предыдущих классов, постановка и тренаж классов «Е» и «Д».

Практика: Отработка и тренаж новых танцевальных композиций и постановок латиноамериканской конкурсной программы. Тренаж базовых элементов 4 латиноамериканских танцев (ча-ча, самба, румба, джайв). Повтор композиций предыдущих классов, постановка и тренаж классов «Е» и «Д».

Отработка и тренаж новых танцевальных композиций и постановок европейской программы. Тренаж базовых элементов 4 европейских танцев (медленный вальс, танго, квикстеп, венский вальс). Повтор композиций предыдущих классов, постановка и тренаж классов «Е» и «Д».

Раздел: Постановочная работа.

Теория: Изучение новых танцевальных композиций и постановок. Углубленный разбор элементов, трюков, поддержек, композиций, постановок современного танца.

Практика: Отработка и тренаж новых танцевальных композиций и постановок. Отработка элементов, трюков, поддержек, композиций, постановок современного танца. Персональный разбор партий каждого участника постановки. Достижение высокой синхронности и взаимодействия коллектива. Приобретение профессиональных навыков и умений

Содержание учебного плана модуля «Летний интенсив»

1. Элементы классического экзерсиса.

Практика: Отработка движений классического экзерсиса.

Формы контроля: Практические задания.

2. Ритмика, партерная гимнастика, современная разминка, джаз разминка

Практика. Упражнения партерной гимнастики, упражнения для головы, рук, плеч и корпуса. Необходимость данного комплекса упражнений, позволяет привести двигательный аппарат в рабочее состояние, предотвратить травмы и растяжения.

Формы контроля: Просмотр.

3. Элементы акробатики

Практика: Акробатические стойки, колеса, прыжки.

Формы контроля: Практические задания.

4. Постановочная и репетиционная работа в различных жанрах хореографии

Теория: Разводка и разучивание танцевальных композиций в жанре хореографии: различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции).

Практика: Разучивание и отработка танцевальных композиций в жанре хореографии: различных жанрах хореографии (эстрадный танец, современные направления в хореографии: джаз-танец, модерн, бально-спортивные композиции).

Формы контроля: Показ комбинаций выученных движений.

5. Концертная и конкурсная деятельность

Практика: Участие в концертной деятельности различного уровня.

Формы контроля: Участие в концертной и конкурсной деятельности.

Планируемые результаты.

Учащийся 1-го года обучения будет знать:

– историю бальных танцев (начальные знания);

- требования к правильной осанке; основные позиции рук, ног, головы;
- правила поведения в танцевальном коллективе, правила поведения на танцевальном паркете, правила поведения во время аттестаций.

Учащийся 1-го года будет уметь:

- прохлопывать и протопывать различные танцевальные ритмы, используемые в танцах – выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 1 года обучения;
- выполнять комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений
- показывать свое исполнительское мастерство перед судьями на конкурсах и перед зрителями на концертах.

Учащийся 2-го года обучения будет знать:

- основные позиции корпуса, рук, ног, головы для танцевальной пары;
- правила поведения в танцевальной паре, правила поведения на соревнованиях.

Учащийся 2-го года будет уметь:

- различные танцевальные ритмы, умеет их прохлопывать и протопывать;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 2 года обучения;
- выполнять расширенный комплекс общефизических и танцевальных упражнений;
- показывать свое исполнительское мастерство перед судьями на конкурсах, перед зрителями на концертах.

Учащийся 3-го года обучения будет знать:

- основные позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении танцев программы для начинающих танцоров-спортсменов;
- правила исполнения программы для начинающих танцоров-спортсменов на соревнованиях;
- правила спортивного костюма для начинающих танцоров-спортсменов;
- правила проведения соревнований для начинающих танцоров-спортсменов;

Учащийся 3-го года будет уметь:

- исполнять программу для начинающих танцоров-спортсменов;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 3 года обучения;
- выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для начинающих танцоров-спортсменов;
- показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на соревнованиях.

Учащийся 4-го года обучения будет знать:

- основные позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении танцев программы для танцоров-спортсменов класса «Е» и класса «Д»;
- правила исполнения и конкурсные композиции европейской программы и латиноамериканской программы для танцоров-спортсменов класса «Е» и класса «Д» на соревнованиях.

Учащийся 4-го года будет уметь:

- исполнять конкурсные композиции европейской программы и латиноамериканской программы для танцоров-спортсменов класса «Е» и класса «Д»;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 4 года обучения;
- выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для танцоров-спортсменов класса «Е» и класса «Д»;
- показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на соревнованиях.

Компетенции и личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты у детей в результате занятий по программе:

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание культуры своего народа, своей малой Родины;

Метапредметные результаты:

- умение организовать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

Предметные результаты:

Развитое чувства ритма и музыкальности, моторико - двигательная память, сформированные танцевальные знания, умения и навыки в области спортивного танца.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Надежда» на 2025-2026 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01.09.2025	30.06.2026	40	120	240	2 часа 3 раза в неделю
2 год обучения	01.09.2025	30.06.2026	40	120	240	2 часа 3 раза в неделю
3 год обучения	01.09.2025	30.06.2026	40	120	240	2 часа 3 раза в неделю
4 год обучения	01.09.2025	30.06.2026	40	120	240	2 часа 3 раза в неделю
Этапы образовательного процесса						
1 полугодие				17 недель		
2 полугодие				19 недель		
Летний интенсив				4 недели		
Промежуточная аттестация				14 декабря – 11 января		
Итоговая аттестация				1 – 31 мая		
Аттестация за летний интенсив				20-30 июня		
Зимние праздники				31 декабря – 8 января		
Летние каникулы				01 июня – 31 августа		

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение. Для успешной реализации программы, изложенной выше, необходимо создать материально-техническую базу, которая определяется особенностями процесса хореографического образования. Учебный кабинет для занятий по программе должен быть оснащен зеркалами, станками, хорошим напольным покрытием и высокими потолками. Освещенность, вентиляционная система, система отопления должны соответствовать требованиям СанПиН. Раздевалка должна находиться поблизости от класса хореографии. Также необходимо иметь возможность выхода на сцену (репетиции и концерты), оснащенной необходимым световым и музыкальным оборудованием. Наличие сценических костюмов и обуви.

Зеркала; аудио-видеотехника (аудио-видеоматериалы: музыка танцевальных номеров, записи выступлений на конкурсах, соревнованиях, видео-просмотр конкурсов и мастер-классов).

Информационное обеспечение-аудио, видеоисточники (музыкальный центр, видеоманитофон, телевизор).

Кадровое обеспечение – педагог дополнительного образования, обладающий профильным профессиональным образованием (хореография).

Формы аттестации.

Формы аттестации отражают достижения цели и задач программы, Разработаны для определения результативности освоения программы.

Соревновательные элементы в структуре занятия, мини-конкурсы, смены партнеров и партнерш, помощь неопытным танцорам – все это наилучшим образом избавляет от ошибок в кратчайший срок, повышает срок, повышает уровень танцевального мастерства всего коллектива, т.к. обучая другого - обучаешься сам.

С учетом требований Положения российской федерации танцевального спорта о допустимых фигурах в различных танцевальных классах, строится программа для спортивных пар – «Конкурсная школа бального танца». Градация танцевальных классов (см. Приложение).

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов – журнал посещаемости, анкетирования и тестирования, фото и видеоотчеты, отзыв детей и родителей, свидетельство.

Для фиксации успеха пары, спортсменам - танцорам выдаются классификационные книжки, где фиксируются достижения пары на различных соревнованиях: открытые чемпионаты клуба, города, области, ЮФО, Европы. Танцоры, набравшие определенное количество баллов, установленных президиумом Российской Федерации танцевального спорта, переводятся в следующий, более высокий танцевальный класс.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, контрольный урок, ежегодный отчетный концерт, конкурс.

Оценочные материалы.

Такие формы работы как педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики умений и навыков, уровня взаимоотношений в парах, праздники, открытые и контрольные уроки по завершении каждой темы или раздела, конкурсы, отчетные концерты позволяют увидеть достижения детей в танцевальной и творческой деятельности.

Методические материалы.

Методы обучения: (словесный, наглядный, практический, репродуктивный, частично-поисковый, игровой) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);

Форма организации образовательного процесса - групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, игра, открытое занятие, контрольный урок, отчетный концерт, конкурс, праздник.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего

обучения, технология дистанционного обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология педагогической мастерской, здоровье сберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия:

Структура учебного занятия:

- Организационный момент.
- Разминка.
- Партер
- Работа над концертным репертуаром и конкурсной программой.
- Подведение итогов.

Список литературы.

Список основной учебной литературы:

1. О.О.Иванова «Ритмическая гимнастика». Москва. 1989.-52с.
2. Г.Н. Базарова «Азбука классического танца». Москва. 1983.- 130с.
3. Ваганова «Классический танец». Москва. 1972.-170с.
4. «Современный бальный танец», Сборник, Москва, «Просвещение» 1988.-205с.
5. Пол Боттомер «Уроки танца». Москва. 1989.-140с.
6. И.П.Волкова «Практикум по спортивной психологии». Москва. 1983.-90с.

Список дополнительной учебной литературы:

1. Imperial Society of Teachers of Dancing "The Ballroom Technique", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Техника европейских танцев»),
2. Imperial Society of Teachers of Dancing "The revised technique of Ballroom dancing", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника европейских танцев»),
3. Alex Moore , England "Ballroom dancing" (Алекс Мур, Англия «Европейские танцы»),
4. Guy Howard "Technique of Ballroom dancing", England - (Гай Говард «Техника европейских танцев», Англия).
5. Imperial Society of Teachers of Dancing, England "The revised technique of Lati American dancing" (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев»),
6. Walter Laird "Technique of Latin dancing", England (Уолтер Лэрд «Техника латиноамериканских танцев», Англия).

Градация танцевальных классов Союза Танцевального Спорта России

Категории	Программа
– Категория «Спортивно-массовые мероприятия»	изучается 2 -3 конкурсных танца: (St.: L.W) – Медленный вальс; (L2: Samba, Cha-cha) – Самба; – Ча-ча-ча;
– «Е» класс;	изучается 6 конкурсных танцев (St.: L.W.,Q, V.W.) – Медленный вальс; – Быстрый фокстрот; – Венский вальс. (L2: Samba, Cha-cha, Jive) – Самба; – Ча-ча-ча; – Джайв.
– «D» класс;	изучается 8 конкурсных танцев (St.: L.W.,Q, V.W.,T) – Медленный вальс; – Быстрый фокстрот (квикстеп); – Венский вальс; – Танго. (L2: Samba, Cha-cha, Jive, Rumba) – Самба; – Ча-ча-ча; – Джайв; – Румба.
– «C» класс	изучается 10 конкурсных танцев (St.: L.W.,Q, V.W.,T, F) – Медленный вальс; – Быстрый фокстрот (квикстеп); – Венский вальс – Танго – Медленный фокстрот. (L2: Samba, Cha-cha, Jive, Rumba, Pd.)

- Самба;
- Ча-ча-ча;
- Джайв;
- Румба;
- Пасадобль.

– «В» класс

изучается 10 конкурсных танцев, соревнования идут отдельно по двум программам – западноевропейской и латиноамериканской.