

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ
КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА - МЕМОРИАЛ»

РЕКОМЕНДОВАНА

Методическим советом КОГОБУ ДО
«Дворец творчества - Мемориал»

Протокол № 9 от «24» мая 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КОГОБУ ДО
«Дворец творчества - Мемориал»

 Ж.В. Родыгина

«24» мая 2022 г.
МП



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Спортивный танец. Спортивная специализация. Юниоры -1»

Возраст обучающихся 12 – 15 лет

Срок обучения 1 год

Составители:

Гнусов Владислав Валерьевич,
педагог дополнительного образования
Ермоленко Анна Викторовна,
Педагог дополнительного образования

г. Киров

2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
Цель программы	4
Задачи программы	4
Учебно-тематический план	11
Содержание программы	12
Ресурсное обеспечение программы	19
Список литературы	23
Приложение	24

Пояснительная записка

Введение

Среди множества форм художественного воспитания спортивные танцы занимают особое место, это неотъемлемая часть современного творчества. Занятия спортивными танцами развивают силу и ловкость, улучшают телосложение, делают человека стройным и подтянутым, влияют на физическое, эмоциональное состояние обучающихся, улучшают координацию движений, развивают чувство ритма, способствуют развитию грациозности, элегантности, свободы движений. Помимо этого, за прекрасными танцевальными композициями и безупречной техникой стоят долгие часы изнурительных тренировок, внутренняя дисциплина и упорство - качество, которое столь необходимо прививать современным детям.

Направленность программы:

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные танцы» является модифицированной программой художественной направленности, разработанной в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в системе дополнительного образования:

1. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1008 от 29.08.2013 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Методические рекомендации Минобрнауки по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) № 09-3242 от 18.11.2015

Актуальность программы

Актуальность программы «Спортивные танцы» обусловлена задачей современной образовательной политики РФ во всестороннем развитии личности обучающегося. Формированием предметных знаний занята, в основном, общеобразовательная школа, ориентированная на познавательную деятельность обучающегося. Развитие художественного вкуса, духовно-нравственных качеств личности оказывается вне поля педагогического внимания, что затрудняет детям вхождение в мир прекрасного. Поэтому образовательные программы, реализуемые в учреждениях дополнительного образования детей, призваны способствовать развитию художественно-эстетических сторон личности современного ребенка. Также следует отметить, что в школе для занятий спортивными балльными танцами нет соответствующего помещения, технического оснащения, необходимого для проведения уроков, конкурсов, показательных выступлений. Поэтому

именно в системе дополнительного образования возможна реализация данной дополнительной общеобразовательной программы.

Педагогическая целесообразность программы

Авторы программы «Спортивный бальный танец» принимают во внимание, что танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «Я». Синергетичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия бальными танцами дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представления об актерском мастерстве. Спортивный танец является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, положительных эмоций, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности.

Новизна программы заключается в том, что являясь, по сути, видом спорта, бальный танец, осваиваемый в учреждении дополнительного образования, направлен не только на высокие результаты в виде рейтинга и завоеванных мест в соревнованиях различных уровней, но, в большей мере, на воспитание духовно-нравственных качеств личности обучающегося, на его личностное развитие. Опираясь на такие виды искусства, как музыка и хореография, занятия спортивными танцами содействуют развитию музыкальных и танцевальных способностей воспитанников, формированию их художественного вкуса, выражению через танец и музыку своего творческого начала.

Цель программы:

содействовать развитию художественно-творческих способностей обучающихся и укреплению их физического, нравственного и социального здоровья в процессе изучения предмета «Спортивный танец».

Задачи программы:

Воспитательные:

- развитие духовно-нравственных качеств личности;
- воспитание самостоятельности, пунктуальности, аккуратности, бережливости, уважения к творчеству других;
- привитие навыков культурного поведения не только на сцене, но и в обществе,
- формирование адекватной самооценки.

Образовательные:

- освоение спортивных дисциплин по виду спорта «спортивный бальный танец»;

- формирование представлений о танцевальной культуре разных стран;
- формирование общих представлений о правилах поведения (партнёрства) в паре.

Развивающие:

- развитие исполнительского мастерства;
- совершенствование психомоторных способностей обучающегося, мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей, чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- развитие творческих и созидательных способностей обучающегося: мышления, воображения, познавательной активности, кругозора, навыков самостоятельного выражения движений под музыку; умений эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях, инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
 - развитие и функциональное совершенствование органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной систем организма.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих программ:

- стержневая специализация программы, ее ориентация на развитие художественно-творческих способностей обучающихся
 - комплексный подход в обучении, его многожанровый характер;
 - создание оптимистической комфортной психоэмоциональной атмосферы занятий, в которой ребенок может радостно и свободно заниматься без чрезмерных усилий;
 - обязательная подача танцевального материала в системе связей «педагог-обучающийся», через образ, метафору, «предлагаемые обстоятельства», через характеристические, стилевые, колористические особенности спортивного танца, через эмоции и актерское перевоплощение;
 - в рамках непродолжительного по времени занятия достижение максимальной концентрации и плотности предлагаемого педагогом учебного (развивающего и обучающего) материала, высокого темпоритма занятия;
 - выход за рамки обучающих задач, развитие внимания, мышления, памяти, фантазии, активности и художественно-творческих способностей детей.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы

Данная образовательная программа адресована обучающимся с 7 до 18 лет.

В объединение принимаются дети без специального отбора, при наличии справки о здоровье. Условия комплектования групп отражены в уставных документах Дворца с учётом специфики и объёма интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности и возрастных особенностей развития детей.

В объединение принимаются дети без специального отбора. По мере освоения этапов программы повышаются требования и ожидания положительных результатов в образовательном процессе, а также спортивных результатов, которые фиксируются у каждого обучающегося в стартовой книжке. Классификационная книжка является основным диагностическим средством, документом спортсмена и содержит все необходимые данные о спортсмене, данные о турнирах, в которых принимал участие спортсмен, принадлежность к танцевально-спортивному клубу.

Количественный состав обучающихся не ограничен в групповых формах обучения, а индивидуальные занятия ориентированы на углубленное обучение одной пары. Такие занятия, как правило, используются для подготовки одаренных детей к различным профильным соревнованиям, турнирам и показательным выступлениям. С ними ведётся работа по индивидуальным планам и проводятся тренировочные сборы. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки:

Возраст обучающихся: 12-15

Количество учебных часов в год – 216, три раза в неделю по 2 часа.

Воспитанники продолжают знакомство с данным видом спорта, изучают основы ритмики, хореографии и бального танца, знакомятся с музыкальным сопровождением на уроке, умением общения в паре. В случае успешного освоения образовательной программы данного уровня воспитаннику присваивается класс (разряд) «Е», «Д».

Основные задачи:

- сформировать правильную осанку;
- выправить позвоночник;
- укрепить мышцы спины, брюшного пресса, рук и ног;
- придать мышцам эластичность;
- развить координацию движений;
- развить навыки конкурсного и концертного выступлений;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков.

Формы и режим занятий, используемые методы и технологии

Основные формы занятий – групповые, подгрупповые, парные.

В каждой группе занятия проводятся с сентября по май включительно.

Для достижения наибольших успехов в освоении программы выработана следующая структура занятия и используются различные методы и формы:

Занятие 1 час =45 минут

Схема:

1. Вводная часть – 2 мин.
2. Тренаж (разминка) – 10 мин.
3. Основная часть – 30 мин.
 - А) европейская программа – 15 мин.
 - Б) латиноамериканская программа – 15 мин.
4. Заключительная часть – 3 мин.

Урок 2 часа = 1,5 часа (90 минут)

Схема:

1. Вводная часть – 2 мин.
2. Тренаж (разминка) – 15 мин.
3. Основная часть – 70 мин.
 - А) европейская программа – 35 мин.
 - Б) латиноамериканская программа – 35 мин.
4. Заключительная часть – 3 мин.

Используемые методы и технологии обучения

Словесный метод: устное изложение, пояснение жеста, направление внутреннего состояния, усвоение ритма, беседа о конкурсных достижениях, о мнениях сверстников.

Наглядный метод: Показ исполнения педагогом. Разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца. Приступая к разучиванию движений, поз, переходов, рисунка, педагог объясняет и показывает их сам, затем то же повторяют ученики. При разучивании движений с детьми хорошие результаты дает метод, при котором ученики повторяют движение вместе с объяснением и показом педагога и лишь потом исполняются движения самостоятельно. Это позволяет педагогу, фиксируя внимание на тех частях движения, где чаще всего допускаются ошибки, своевременно поправлять их. Существует несколько методов разучивания танцевальных движений. Выбор метода зависит от сложности его структуры, входящих в него элементов.

Прием разучивания по частям сводится к делению движения на простые части и разучиванию каждой части отдельно с последующей группировкой частей в нужной последовательности в единое целое.

Целостный прием разучивания заключается в разучивании движения целиком в замедленном темпе.

Для разучивания особенно сложных движений может быть применено **временное упрощение**; этот прием заключается в том, что сложное упражнение сводится к простой структуре и разучивается в таком виде. Затем движение постепенно усложняется, приближаясь к законченной форме.

Танцевальная гимнастика, т.е. упражнения для освоения техники танца, необходима для приобретения у обучающихся танцевальных навыков, легкости, гибкости. Посредством тренажа на занятии решаются следующие задачи:

- Подготовка опорно-двигательного аппарата, системы дыхания к предстоящей физической нагрузке;
- Развитие необходимых физических качеств: ловкости, координации, выносливости, гибкости, силы мышц;
- Подготовка к освоению нового материала: разучивание отдельных элементов танца, исполнение освоенных ранее движений в новых сочетаниях с постепенным усложнением.

Метод наблюдения: зеркальный эффект – один из приемов работы, обучающиеся выполняют освоенные движения перед зеркалом. Прием позволяет своевременно увидеть собственные ошибки танцующего, развивает навыки самоанализа обучающихся.

Перечисленные методы и технологии применяются во всех темах указанных в учебно-тематическом плане в независимости от года обучения.

Данная программа может быть использована в условиях электронного обучения с применением дистанционных технологий.

Ожидаемые результаты и способы определения результативности

Сведения о результатах дополнительной общеобразовательной программы «Спортивный танец» заносятся в форму «**Диагностическая карта**», единую для всех образовательных объединений КОГОБУ ДО «Дворец творчества - Мемориал» (Приложение 1). Диагностическая карта заполняется на каждую группу отдельно, дважды в учебный год (конец первого и второго полугодия).

Ожидаемые результаты освоения программы обучающимися делятся на предметные, метапредметные и личностные. Результаты реализации программы определяются на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых даёт основание для перевода обучающегося, проходящего подготовку на следующий этап обучения.

Предметные результаты:

теоретическая подготовка:

- соответствие теоретических знаний обучающегося программным требованиям;
- осмысленное и правильное использование специальной терминологии по предмету «Спортивные танцы».

практическая подготовка:

- соответствие практических умений и навыков программным требованиям;
- уровень точности и грамотности выполнения упражнений, практических заданий;
- креативность в выполнении практических заданий;
- систематичность и результативность участия в конкурсах, фестивалях, достижение разрядов;
- уровень удовлетворенности личными творческими достижениями.

Метапредметные результаты:

- мотивация к занятию спортивными танцами;
- способность переносить спортивные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач;
- способность эффективно действовать в условиях соревнований;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Личностные результаты:

- понимание ценности занятий спортивными танцами в жизни человека;
- уважительное отношение к другим людям, уважение прав и свобод других людей, забота о других, умение быть доброжелательным, тактичным, сдержанным, проявлять терпимость, уступчивость, уметь быть милосердным, честным, искренним;
- уровень развития личностных качеств: целеустремленности, навыков саморегуляции эмоционального состояния, организованности, дисциплинированности, волевых качеств;
- овладение навыками социализации и продуктивного сотрудничества в паре;
- способность к самооценке на основе критериев успешности образовательной деятельности.

Формы подведения итогов реализации программы (конкурсы, фестивали, соревнования и т.д.).

Для проверки прочности полученных знаний и умений, эффективности обучения по программе организуются два вида контроля:

Фиксация достижений в классификационной книжке спортсмена.

Классификационная книжка является основным диагностическим средством, документом спортсмена и содержит все необходимые данные о нем, данные о турнирах, в которых принимал участие спортсмен, принадлежность к танцевально-спортивному клубу.

Основной зачетной формой освоения программы является профильный творческий турнир. Турнир является формой демонстрации достижений танцевального уровня пары, эмоционального состояния воспитанника. В ребенке вырабатывается дух соревнования и желание совершенствоваться. Вырабатывается умение сконцентрировать свои эмоциональные и физические возможности. Сравнить свой танцевальный уровень с другими парами.

Типы соревнований (турниров):

- Внутриклубный турнир.

Является итоговым экзаменом по окончании освоения воспитанниками образовательного содержания этапа. Участие в данном турнире позволяет ребенку выяснить, на каком уровне освоения программы он находится, развить рефлексивные способности. Также осуществляется рейтинговое соревнование пары в первичном коллективе. В условиях оценивания турнира заложен принцип коллективной диагностики – т.е. воспитанники клуба имеют возможность оценивать выступления друг друга. По результатам турнира выявляются воспитанники, показавшие лучшие достижения в освоении образовательной программы, они получают возможность участия в соревнованиях более высокого ранга.

- Городской (рейтинговый) турнир.

Участвуя в данном виде турниров, воспитанник имеет возможность показать уровень подготовки в своей возрастной группе по ранее присвоенному классу мастерства. Выступление пары включает в себя европейскую, латиноамериканскую программу. Требования к выступлению:

- соответствие содержания танцевальной программы классу спортсменов;
 - наличие соответствующих правилам ФТСР костюмов, причесок, макияжа.
- Каждое выступление оценивается коллегией профессиональных судей, начисляются рейтинговые очки, которые заносятся в стартовую книжку спортсмена и позволяют танцорам переходить из класса в класс.

- Региональный турнир

Данный вид соревнования включен в систему турниров Федерации танцевального спорта России. Участие в данном турнире позволяет паре, помимо демонстрации своего мастерства и расширения опыта участия в соревнованиях, получать информацию о развитии танцевального спорта в регионе. Требования к паре соответствуют требованиям, предъявляемым к участию в городских соревнованиях. По результатам участия в рейтинговых соревнованиях пара вносится в Официальный рейтинг областной Федерации танцевального спорта за год.

Календарный план соревнований федерации танцевального спорта Кировской области (ФТСК)

Октябрь -	Первенство «Вятдюсшор»
Ноябрь -	Кубок области по спортивным танцам
Декабрь -	РС кат В «Давайте потанцуем»
Январь -	РС кат В «Вечный танец
Февраль -	РС кат В «Танц- Раут»
Март -	РС кат В «Вятская Весна»
Апрель -	РС кат В «Весенние ритмы»
Май -	РС кат В « Звёздные танцы»
Май -	Турнир « Кубок тск Импульс»
Июнь -	Первенство г. Кирова

Количество учебных часов в год – 216, три раза в неделю по 2 часа.

№	Тематика	Общее количество часов	В том числе		Формы контроля
			теория	практика	
1	Элементы классического танца	20		20	-наблюдение, -самоконтроль, -взаимооценка
2	Основные положения европейской программы танцев	6	2	4	-устный опрос
3	Основные размеры, темпы музыкальных произведений европейской программы	6	2	4	-устный опрос
4	Каталог используемых фигур в сортировке по танцам европейской программы	84		84	-наблюдение -самоконтроль -соревнования
5	Основные положения латиноамериканской программы танцев	6	2	4	-устный опрос
6	Основные размеры, темпы музыкальных произведений латиноамериканской программы	6	2	4	-устный опрос
7	Каталог используемых фигур в сортировке по танцам латиноамериканской программы	84		84	-наблюдение -самоконтроль -соревнования
8	Правила спортивного костюма и танцевальной обуви	1	1		-устный опрос
9	Требования к возрастным категориям и классам мастерства	1	1		-устный опрос
10	Подготовка и участие в турнирах, соревнованиях	2	1	1	- конкурс регионального уровня
Всего:		216	11	205	

Образовательное содержание программы по разделам:

3 этап Спортивная специализация «Д» класс мастерства

Возраст обучающихся гр. Дети, гр. Юниоры, гр. Молодёжь.

Тема 1. Элементы классического танца.

Теория: Основа хореографии

Практика: Позиции ног. Позиции рук. Постановка корпуса, головы. Полуприседание (деми плие). Подъем на полупальцы (релеве). Вытягивание ноги на носок (батман тандю). Маленькие броски (батман жете). Круг ногой по полу (ронд де жамб пар терр). Поднимание ноги (батман релева лан). Прыжки (соте).

Тема 2. Европейская программа танцев (основные положения)

Теория: Танцевальная терминология в европейской программе.

Практика: Позиции ступней. «Равнение». «Построение». «Направление». Величина поворота. Подъем и опускание. Подъем без подъема стоп. Работа стопы. Противоход корпуса (СВМ). Наклон (свей). Постановка корпуса. Постановка в паре. Ход вперед. Ход назад. Каблукный поворот, подтягивание каблука. Позиция «фоллоуей». Позиция ППДК (СВМП). Променадная позиция.

Тема 3. Основные размеры, ритмы и темпы музыкальных произведений (европейская программа)

Теория: Элементы музыкальной грамоты

Практика: Музыкальный размер танцев европейской программы.

- Медленный вальс $\frac{3}{4}$
- Танго $\frac{2}{4}$
- Венский вальс $\frac{3}{4}$
- Быстрый фокстрот $\frac{4}{4}$

Ритм танцев европейской программы.

- М. вальс 123-223-323-423
- Танго 1и2и–2и2и – 3и2и – 4и2и
- В.вальс и 123-223-323-423
- Б.фокстрот 1234-2234-3234-4234

Темп танцев европейской программы.

- Медленный вальс 29-30 тактов
- Танго 32-33 такта
- Венский вальс 59-60 тактов
- Быстрый фокстрот 50-51 такт

Тема 4. Каталог используемых фигур в сортировке по танцам европейской пр.

Теория: Программа европейских танцев «Е,Д» класса мастерства (Базовый уровень)

Практика: Танец Медленный вальс - фигуры класса «Е,Д».

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Закрытые перемены2. Правый поворот3. Левый поворот4. Правый спин поворот5. Перемена хезитейшен6. Виск7. Виск назад8. Поступательное шассе9. Наружная перемена10. Поступательное шассе вправо11. Шассе из ПП12. Лок степ вперед13. Лок назад14. Левое кортэ |
| <ol style="list-style-type: none">15. Дрег хезитейшен16. Телемарк17. Открытый телемарк18. Кросс хезитейшен19. Крыло20. Импетус поворот21. Открытый импетус поворот22. Шассе в П.П. |

23. Плетение после $\frac{1}{2}$ левого поворота
24. Плетение из П.П.
25. Двойной левый спин
26. Шассе с поворотом вправо
27. Лок с поворотом
28. Левый пивот поворот

Танец Танго – фигуры класса «Д».

1. Ход
2. Поступательный боковой шаг
3. Рок поворот
4. КORTE назад
5. Поступательное звено
6. Закрытый променад
7. Основной левый поворот
8. Открытый левый поворот
9. Открытый променад
10. Форстеп
11. Рок с Л.Н., с П.Н.
12. Променадное звено
13. Променадное окончание
14. Правый твист поворот
15. Файвстеп
16. Левый поворот на поступательном левом шаге
17. Брашстеп
18. Наружный свивл
19. Форстеп перемена
20. Правый променадный поворот
21. Открытый променад назад
22. Виск

Танец Венский вальс - фигуры класса «Е,Д».

1. Правый поворот
2. Левый поворот
3. Перемена с правого на левый поворот
4. Перемена с левого на правый поворот
5. Перемены назад

Танец Быстрый фокстрот - фигуры класса «Е,Д»

<ol style="list-style-type: none"> 1. Четвертной поворот вправо 2. Четвертной поворот влево 3. Поступательное шассе 4. Правый поворот 5. Правый спин поворот 6. Перемена хезитейшен 7. Левый шассе поворот 8. Лок степ вперед 9. Поступательное шассе вправо 10. Типл шассе вправо 11. Правый пивот поворот 12. Лок назад 13. Кросс шассе 14. Зигзаг
<ol style="list-style-type: none"> 15. Бегущее окончание 16. Левый пивот 17. Бегущий зигзаг 18. Перемена направления 19. Кросс свивл 20. Бегущий правый поворот 21. Телемарк 22. Импетус поворот 23. Четыре быстрых бегущих шага 24. Типл шассе влево 25. V-6 26. Двойной левый спин 27. Типси влево и вправо 28. Быстрый открытый левый поворот 29. Открытый импетус 30. Открытый телемарк 31. Ховер корте 32. Шесть быстрых бегущих 33. Лок с поворотом 34. Правая шпилька 35. Перекрученный лок с поворотом 36. Румба и кросс 37. Фиштейл 38. Бегущий спин поворот 39. Правый открытый поворот

Тема 5. Латиноамериканская программа танцев (основные положения)

Теория: Танцевальная терминология в латиноамериканской программе.

Практика: Положение корпуса. Построение. Степени поворота. Латинское закрепивание. Положение рук. Ведение. Замки кистей. Работа стопы. Основные позиции. Качание, колебание корпуса («свей»). Пружинящее действие («Баунс»). Группа трех шагов «шассе», «лок», «ронд шассе», «хип-твист шассе». Прогрессивный ход вперед, назад. Прерванный ход вперед (чек). Замедленный ход. Поворотный ход. Шаги с давлением «кукарача». Соединения для хода вперед, назад и в теневой позиции.

Тема 6. Основные размеры, ритмы и темпы музыкальных произведений (латиноамериканская программа)

Теория: Элементы музыкальной грамоты

Практика: Музыкальный размер танцев латиноамериканской программы.

- танец самба 2/4
- танец ча-ча-ча 4/4
- танец румба 4/4
- танец джайв 4/4

Темп мелодий танцев латиноамериканской программы.

- танец самба 50-52 такта
- танец ча-ча-ча 30-32 такта
- танец румба 26-27 тактов
- танец джайв 44-46 тактов

Ритм и длительность мелодий танцев латиноамериканской программы.

- танец самба $\frac{3}{4}$ - $\frac{1}{4}$ - 1 и т.д. 8 типов
- танец ча-ча-ча 1-1-1-1/2-1/2
- танец румба 1-1-2
- танец джайв 1-1, $\frac{3}{4}$, - $\frac{1}{4}$, -1, $\frac{3}{4}$ -1/4-1.

Тема 7. Каталог используемых фигур в сортировке по танцам латиноамериканской программе.

Теория: Программа латиноамериканских танцев «Е,Д» класса мастерства (Базовый уровень)

Практика: Танец Самба - фигуры класса «Е,Д».

1. Основное движение	
2. поступательное движение	основное
3. виски влево и вправо	
4. самба ход на месте	
5. самба ход в П.П.	
6. боковой самба ход	
7. левый поворот	
8. ботафога с продвижением	
9. вольта с продвижением	
10. вольтовый поворот на месте влево и вправо	
11. сольная вольта на месте влево и вправо	
12. ботафога в теневой позиции	
13. ботафога в ПП и ОПП	
14. крисс кросс	
15. закрытые роки	
16. корта джака	
17. самба локк	
18. мейпоул (непрерывный вольтовый поворот влево, вправо)	
19. открытые роки	
20. коса	
21. аргентинские кроссы	
22. раскручивание от руки	
23. поворот на трех шагах	
24. роки назад	

Танец Ча-Ча-Ча - фигуры класса «Е,Д».

<ol style="list-style-type: none"> 1. тайм степ 2. основное движение 3. плечо к плечу 4. чек из ПП, из ОПП 5. рука в руке 6. поворот на месте влево и вправо 7. повороты под рукой влево и вправо 8. веер 9. клюшка 10. алемана из О.П., из позиции веера 11. три ча-ча-ча в П.П. и ОПП 12. раскрытие вправо 13. закрытый хип твист 14. открытый хип твист
<ol style="list-style-type: none"> 15. правый волчок 16. турецкое полотенце 17. левый волчок 18. раскрытие из левого волчка 19. алемана (окончание Б) 20. спираль 21. лассо 22. локон 23. кубинские брейки в ОП 24. кубинские брейки в ОДПП

Танец Румба - фигуры класса «Д».

1. основное движение
2. плечо к плечу
3. поступательный ход назад и вперед
4. поворот на месте влево и вправо
5. поворот под рукой
6. чек (Нью-Йорк)
7. рука в руке
8. алемана из позиции веера, из открытой позиции
9. веер
10. клюшка
11. правый волчок
12. раскрытие вправо
13. закрытый хип твист
14. открытый хип твист
15. кукарача
16. спираль
17. боковой шаг
18. фехтование
19. фолловей (Аида)
20. кубинские роки

локон

Танец Джайв - фигуры класса «Е,Д»

<p>основное движение на месте</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. рок фолловей 2. перемена мест слева направо 3. перемена мест справа налево 4. болл чейндж 5. рок звено 6. смена рук за спиной 7. хлыст 8. американский спин 9. фолловей с откидыванием 10. стой-иди 11. свивлы с носка на каблук
<ol style="list-style-type: none"> 12. хлыст с откидыванием 13. ход (медленный и быстрый) 14. простой спин 15. хлыст с двойным кроссом 17. раскручивание от руки 18. флики в брейк 19. перекрученная перемена мест слева направо 20. цыплячий ход 21. испанские руки

Тема 8. Костюмы спортсменов

Теория: Правила спортивного костюма и танцевальной обуви

Практика: требования к спортивным костюмам, сформулированные в Положении Федерации танцевального спорта России. Пошив или приобретение в специализированных танцевальных магазинах.

Тема 9.

Возрастные категории и класс мастерства спортсменов.

Теория: Требования к возрастным категориям и классам мастерства спортсменов

Практика: Возрастные категории. Классификационные группы. Оформление зачётных классификационных книжек. Порядок присвоения классов (разрядов)

Требования к возрастным категориям и классам мастерства спортсменов	<p>Понятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - возрастные категории и танцевальные классы (разряды) - Дети 0 (5-6 лет) - Дети 1 (9 лет и моложе) - дети 2 (10-11 лет) - юниоры 1 (12-13 лет) - юниоры 2 (14-15 лет) - Молодежь (16-18 лет)
Классификационные группы	<ul style="list-style-type: none"> - Дети 0 «Н» - Дети 1 «Н», «Е», «Д» - Дети 2 «Н», «Е», «Д», «С» - Юниоры 1 «Е», «Д», «С», «В» - Юниоры 2 «Д», «С», «В», «А». - молодежь «Д», «С», «В», «А», «S».
Порядок присвоения классов (разрядов)	Основные требования к оформлению зачетных

	классификационных книжек в которых отмечаются результаты соревнований, присвоение классов (разрядов).
Переход из класса в класс	Осуществляется по заявлению руководителя ТСК на основании набранных классификационных очков (см. таблицу по правилам ФТСР).
Турнир Первенство Чемпионат Кубок	Демонстрация освоенного образовательного содержания программы в соревнованиях различных уровней.

Методическое обеспечение программы

Для достижения прогнозируемых в программе образовательных результатов необходимы следующие обеспечивающие компоненты:

1. Методическое обеспечение:

Учебно-методический комплект программы:

1. Книжный фонд – тематическая литература по предметам
2. Сценарный фонд (проведения традиционных турниров)
3. Видеофонд (материалы городских, региональных, российских и международных турниров по спортивному бальному танцу)
4. Аудиофонд
5. Фотофонд (альбомы-летописи)
6. Банк достижений - индивидуальные и коллективные достижения
7. Банк обучающихся и выпускников
8. Методические материалы из опыта реализации программы: методика различных организационных форм (разных типов занятий, способов демонстрации результатов обучения и т.п.); методика организации совместной творческой деятельности детей. (Приложение 2.)
9. Материалы по подготовке и проведению профильных турниров.
10. Переносные информационные стенды.
11. Корпоративный стиль ТСО «Юность»
12. Материалы мониторинговых исследований уровня освоения дополнительной образовательной программы
13. Фонд публикаций СМИ о деятельности ТСО «Юность».

1. Материально-техническое обеспечение:

1. Зал с хорошим покрытием.
2. Зеркала.
3. ноутбук – 2шт
5. музыкальный центр – 2 шт.
6. видеокамера – 1 шт
7. фотоаппарат – 1 шт.
8. цветной телевизор и видеоманитофон 1 шт.
9. Комната для хранения сценических костюмов и аксессуаров.

Список литературы

Литература для педагога:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- Ленинград, 1983.- 207с.
2. Боттомер Пол . Уроки танца.- М., 2003.- 255 с.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам: вальс, танго, самба, джайв.- Ростов-на-Дону, 2003. -221с.
4. Галак А.Г. Программа ритмики и хореографии (на основе обучения спортивным бальным танцам).- Киров, 2000.-14с.
5. Гальперин С.Н. Анатомия и физиология человека (возрастные особенности с основами школьной гигиены).- М., 1974.-310 с.
6. Гиппиус С.В. Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств.- СПб., 2001.- 300с.
7. Гузева И.П. Дополнительная программа обучения ССТ «ИМпульс».- Магадан, 2002.- 8с.
8. Кошелев С.Н. Биомеханика спортивного танца.- М., 2006.-61 с.
9. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. - 4-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия».- 1999. - 456 с.
10. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника. — М.: ИД «Один из лучших», 2004.— 414 с., ил
11. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым./ в 2 ч.- М., 2002.- 250 с.
12. Сборник нормативных документов ФТСР (II часть).-М.,2004.-223 с.

Документы федерации танцевального спорта России:

1. Правила о допустимых танцах и фигурах.
2. Единая Всероссийская спортивная классификация.
3. Правила проведения массовых соревнований.
4. Правила о возрастных категориях и классах мастерства спорт. пар.
5. Правила спортивного костюма Федерации танцевального спорта.
6. Положение о коллегии судей.
7. Положение о рейтинговых соревнованиях.

Интернет-ресурс

<http://www.tdc.spb.ru/dancehistory.htm>

<http://www.worlddance.ru/rus/history/>

<http://impercourt.nm.ru/Danses.html#klassic>

<http://www.ftsso.pisem.net/history/hbd.htm>

<http://danceperm.narod.ru/>

http://www.queen.finaros.ru/dance_enter.shtml

Литература для учащихся:

1. Боттомер Пол. Уроки танца.- М., 2003.- 255 с.
2. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым./ в 2 ч.- М., 2002.- 250с.
3. Стриганова В. М. и Уральская В. И. «Современный бальный танец» изд. М. Просвещение 1978 г.
4. Ткаченко А. В. «Детский танец», М., Профиздат, 1962 г.
5. Школьников Л. С. «Формы и методы популяризации бальных танцев» М., «Советская Россия», 1961 г.

Воспитательная работа в системе дополнительного образования детей.

Дополнительное образование детей как особая образовательная сфера имеет собственные приоритетные направления и содержание воспитательной работы с детьми. Через его содержание, формы и методы работы, принципы и функции деятельности реально осуществляются профессиональное и социальное воспитание.

Профессиональное воспитание учащихся включает в себя формирование у ребёнка:

- этических и эстетических представлений, необходимых для выполнения работы и представления её результатов.
- культуры организации своей деятельности.
- уважительного отношения к профессиональной деятельности других.
- адекватности восприятия профессиональной оценки своей деятельности и её результатов.
- знания профессионально-эстетических норм и стремления их выполнять.
- понимание значимости своей деятельности как части процесса развития культуры.

Социальное воспитание учащихся включает в себя формирование следующих составляющих поведения ребёнка:

- чувства причастности к коллективу, коллективной ответственности.
- умения взаимодействовать с другими членами коллектива.
- толерантности.
- желание участвовать в делах детского коллектива и соответствующей деятельной активности.
- стремления к самореализации социально адекватными способами.
- стремления соблюдать нравственно-этические нормы (правила этикета; общая культура речи; культура внешнего вида).

Воспитывающая деятельность детского объединения дополнительного образования имеет две важные составляющие – индивидуальную работу с каждым учащимся и формирование детского коллектива:

Индивидуальная воспитательная работа в детском творческом объединении это персональное взаимодействие педагога с каждым учащимся и является обязательным условием успешности образовательного процесса.

Организуя индивидуальный воспитательный процесс, педагог решает целый ряд педагогических задач:

- помогает ребёнку адаптироваться в новом детском коллективе, занять в нём достойное место.
- выявляет и развивает общие и специальные способности учащегося, его потенциальные возможности.
- формирует в ребёнке уверенность в своих силах, стремление к постоянному саморазвитию.

- способствует удовлетворению его потребности в самоутверждении и признании, создаёт каждому «ситуацию успеха».
- развивает в ребёнке психологическую устойчивость, способность уверенно держаться во время выступлений на конкурсах, показательных выступлениях, концертах и других мероприятиях.
- формирует у учащегося способность к адекватной оценке и самооценке, заинтересованность в получении профессионального анализа результатов своей работы.
- создаёт условия для развития творческих способностей учащегося.
- и самое главное, в ходе индивидуальной работы с каждым учащимся педагог реализует цели и задачи процесса начального профессионального и социального воспитания и анализирует их результаты.

Для формирования полноценного детского коллектива, способного самостоятельно развиваться и влиять на формирование отдельной личности, в системе дополнительного образования детей имеются все необходимые объективные условия:

- вся деятельность происходит в сфере свободного времени ребёнка.
- выбор вида деятельности, педагога и коллектива сверстников осуществляется им добровольно.
- содержание и формы работы детского объединения могут при необходимости варьироваться.
- все участники детского творческого объединения занимаются одной интересной для всех деятельностью в соответствии с выбором профиля (направления).

Влиять на формирование и развитие детского коллектива в объединении дополнительного образования педагог может:

- через создание доброжелательной и комфортной атмосферы, в которой каждый ребёнок ощущает себя значимым в коллективе.
- обеспечивая «ситуацию успеха» для каждого члена детского объединения, необходимые для его самоутверждения в среде сверстников социально адекватным способом.
- используя различные формы массовой воспитательной работы, в которых каждый воспитанник приобретает социальный опыт, пробуя себя в разных социальных ролях.

Методы воспитания - это способы взаимодействия педагога и воспитанников, ориентированные на развитие социально значимых потребностей и мотиваций ребёнка, его сознания и приёмов поведения.

- метод формирования сознания (метод убеждения):
рассказ, беседа, диспут, пример и т.д.
- метод организации деятельности и формирования опыта поведения:
приучение, педагогическое требование, педагогическое упражнение, общественное мнение, воспитывающие ситуации.
- методы стимулирования поведения и деятельности:

поощрение, как выражение положительной оценки, признание качеств и поступков и наказание, как осуждение действий и поступков, противоречащих нормам поведения.

Средства воспитания – это источники формирования личности:

- различные виды деятельности (трудовая, игровая и др.)
- вещи и предметы
- произведения и явления духовной и материальной культуры
- природа
- конкретные мероприятия и формы работы.

Принципы воспитания - это общие требования к воспитательному процессу, выражающиеся в нормах, правилах, организации и проведении воспитательной работы. В современной педагогической практике сложились следующие принципы воспитания:

- принцип связи воспитания с жизнью, социокультурной средой.
- принцип комплексности, целостности, единства всех компонентов воспитательного процесса.
- принцип педагогического руководства и самостоятельной деятельности (активности) воспитанников.
- принцип гуманизма, уважения к личности ребёнка в сочетании с требовательностью к нему.
- принцип опоры на положительное в личности ребёнка.
- принцип воспитания в коллективе и через коллектив.
- принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей.
- принцип единства действий и требований к ребёнку в семье, образовательном учреждении, социуме.

План учебно-воспитательной работы.

- комплектование групп с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также по классу мастерства танцоров сентябрь
- проведение открытых уроков для родителей декабрь
- посвящение в танцоры уч-ся 1 года обучения май
- орг. подготовка конкурса на кубок тск «Юность» ноябрь
- организация и проведение РС «Весенние ритмы» апрель
- участие воспитанников в конкурсах проводимых ФТСК уч. год
- участие воспитанников в концертах проводимых Дворцом уч. год
- участие в культурно - массовых мероприятиях Дворца уч. год
- участие в познавательных – тематических диспутах Дворца уч. год
- участие в развлекательных программах центра «Досуг» уч. год
- проведение танцевальных сборов в объединении август
- выезды на природу воспитанников с родителями январь
- проведение родительских собраний по группам 1 раз в полугодие.