

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ПЕНЗЫ
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного
образования Школа развития детского творчества города Пензы
имени Юрия Ермолаевича Яничкина

ОДОБРЕНА

Методическим советом
МБОУ ДО ШРДТ города
Пензы им. Ю.Е. Яничкина
Протокол № 4
от 19.05.2025 г.

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
МБОУ ДО ШРДТ города
Пензы им. Ю.Е. Яничкина
Протокол № 2
от 22.05.2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
МБОУ ДО ШРДТ города Пензы
им. Ю.Е. Яничкина
О.А. Шуватова
Приказ от 22.05.2025 г. № 63-ОД



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Ступени +»

Возраст учащихся: 8 - 14 лет

Срок реализации: 5 лет

Авторы-составители:
Алпатова Татьяна Ярославовна,
Суркова Наталья Викторовна,
преподаватели

г. Пенза, 2025 г.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ступени+»

- по содержанию является физкультурно-спортивной,
- по уровню освоения – базовой,
- по форме организации - очной, групповой, индивидуальной
- по степени авторства – модифицированной.

Программа разработана в соответствии с действующими нормативно - правовыми документами:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 “Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей”;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»;
- Приказ Главного государственного санитарного врача РФ от 17.03.2025 N 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей», (письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 №АБ-3935/06);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в

области физической культуры и спорта (разработаны ФГБУ «Федеральным центром организационно – методического обеспечения физического воспитания» в 2021 году).

- Устав МБОУ ДО Школа развития детского творчества города Пензы им. Ю.Е. Яничкина;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Школа развития детского творчества города Пензы имени Юрия Ермолаевича Яничкина;
- Порядок проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации и аттестации по завершению реализации программы учащихся по дополнительным общеобразовательным программам Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Школа развития детского творчества города Пензы имени Юрия Ермолаевича Яничкина;

Актуальность программы заключается в возможности удовлетворения потребности детей и подростков овладеть искусством спортивного бального танца в условиях учреждения дополнительного образования, приобщения молодых людей к миру танца, переориентации от «дворовых» ценностей к ценностям общемировой культуры, ознакомления их с различными направлениями европейской и латиноамериканской хореографии.

Систематические тренировки в процессе обучения развивают мускулатуру, устраняют физические недостатки. В результате регулярных занятий создается мышечный корсет, и исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие. В латиноамериканских танцах в результате активной работы мышц брюшного пресса спины происходит массаж внутренних органов, организм укрепляется, учащиеся меньше болеют. Таким образом, решается задача общего укрепления и физического развития детей. Экспериментально доказано, что занятия спортивными танцами позитивно влияют на физическое развитие детей: вырабатывается правильная и красивая осанка, внешнему облику придается соразмерность и элегантность. Заметно улучшается координация движений. Дети начинают более ловко и красиво двигаться не только во время занятий, но и в быту. Систематические тренировки и участие в турнирах делают их более крепкими и выносливыми.

В результате формирования знаний, умений и навыков основ бальной хореографии у юных танцоров развиваются способность концентрации внимания, двигательно-моторная память. Вместе с обучением танцу формируются вкус, избирательное отношение к танцевальному и музыкальному репертуару. Одновременно закладываются навыки поведения в обществе, основы культуры общения, поведения в коллективе и очень тонкой и деликатной области межличностных отношений, помогающие детям в будущем легче адаптироваться в любой социальной среде. Все это способствует **общему развитию** ребенка и делает данную программу **актуальной**.

Новизна и отличительные особенности

В настоящее время не существует типовой программы обучения спортивным бальным танцам. В Региональной общественной спортивной организации «Федерация танцевального спорта Пензенской области» (РОСО ФТС ПО) есть «Правила танцевального спорта», «Правила массового спорта», которые включают в себя перечень фигур, разрешенных для исполнения спортсменами различных классов. Эти правила, учебники по европейским и латиноамериканским танцам ведущих мировых специалистов, а также большой личный опыт

педагогов являются базой для составления настоящей программы обучения спортивным бальным танцам.

Данная программа отличается применением авторской методики повышения качества движений танцоров, за счет правильной работы стопы, сбалансированности танцевальной пары в танцах европейской и латиноамериканской программ, что позволяет достигать высоких результатов танцевального мастерства за короткий промежуток времени.

Программа составлена с учётом педагогических принципов: доступность, последовательность и систематичность, наглядность и личностно-ориентированный подход к обучению.

Педагогическая целесообразность

Обучение бальным танцам совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, дает возможность обучающимся овладеть разнообразием направлений хореографического искусства, в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности. Освоение материала в основном происходит в процессе практической творческой деятельности. В работе над координацией рук, головы и корпуса педагог добиваются от детей точности исполнения, стремления повышать технику и эмоциональной передачи характера танца.

Прохождение нового материала предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методические приёмы, как «возвращение к пройденному» придаёт объёмность «линейному», последовательному освоению материала в данной программе.

Адресат программы:

Образовательная программа «Ступени+» рассчитана на детей в возрасте от 8 лет до 14 лет.

Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся

Возраст 8 - 9 лет

Это период можно характеризовать, как начальный уровень осознанного умения учиться; период начала освоения научных понятий, развития навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками для достижения общей цели, развитие самоконтроля и самооценки.

У учащихся этого возраста формируются дружеские, основанные на взаимовыручке и взаимной поддержке, взаимоотношения между организаторами, активистами, исполнителями. На занятиях укрепляют мышечный аппарат и формируют подвижность суставов, развивают выносливость, силу, ловкость, работают в группе при помощи педагога, учатся решать проектные задачи, принимают участие в конкурсах, концертах, на уровне объединения, учреждения,

Возраст 10-12 лет

Учащиеся этого возраста склонны к выполнению самостоятельных заданий и практических работ на занятиях. Они с готовностью берутся самостоятельно выполнять как отдельные танцевальные движения, но и откликаются на предложение самостоятельно исполнить танец.

Учащиеся при сопровождении педагога развивают художественно-творческие способности, создают индивидуальные и групповые танцевальные этюды. Формируются

волевые качества характера: трудолюбие, выносливость, организованность. Принимают участие в конкурсах, фестивалях на уровне учреждения, города, региона.

Возраст 12-14 лет

Этому возрасту свойственно чувство взрослости: потребность равноправия и уважения, требование серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых. Возрастает самостоятельность, независимость, значительно расширяется сфера деятельности подростка.

Формируется волевое поведение, целеустремленность, поэтому занятия в объединении дают возможность доводить начатое дело до конца и добиваться поставленной цели в исполнительском мастерстве.

В этом возрасте создаются неплохие условия для формирования организаторских способностей, предприимчивости. Приобретается опыт совместного действия в сообществе сверстников и значимых взрослых, объединенных общей деятельностью.

Учащиеся приобретают опыт самовыражения в создании музыкально-хореографического образа, получают задания повышенной трудности, самостоятельно создают индивидуальные и групповые творческие проекты, занимаются исследовательской деятельностью и оформляют результаты работы в виде презентаций, принимают участие в конкурсах, фестивалях. Городского и регионального уровня.

Объем и сроки реализации программы:

Программа рассчитана на 5 лет обучения, с общим количеством часов 1080. 1-5 годы обучения - 216 часов. При наличии медицинской справки о допуске к занятиям хореографией.

При наличии отставания, программа может быть реализована в полном объеме за счет укрупнения дидактических единиц.

Форма реализации образовательной программы очная. Основной формой обучения является занятие.

Режим проведения занятий соответствует возрасту учащихся:

- 1-2-ой годы обучения – три раза в неделю по два академических часа (6 часов в неделю, 216 часов в год);

- 3-5-ый годы обучения – два раза в неделю по три академических часа или три раза в неделю по два академических часа (6 часов в неделю, 216 часов в год).

Академический час – 40 мин.

Особенности организации образовательного процесса

Уровни обучения

Стартовый (1-2 год обучения)

Практическое знакомство с двигательными возможностями и компенсация дефицита двигательной активности детей; формирует начальные навыки танцора (развитие чувства ритма, обучение основным позициям рук и ног, обучение упражнениям для всех групп мышц). Знакомит со спортивными бальными танцами отечественной программы. Выявляются задатки и способности детей; развитие базовой, технико-тактической (освоение основных комбинаций спортивного бального танца, овладение техникой их исполнения) и физической подготовки. Развитие у учащихся умений самостоятельно исполнять разученные отдельные движения и композиции в целом, воспитание устойчивого интереса к занятиям спортивным бальным танцем.

Базовый уровень (3-5 год обучения)

Практическое овладение всесторонней физической подготовки, развитие физических и двигательных специальных качеств, подготовка к обучению сложным элементам и соединениям, воспитание волевых качеств (умение самостоятельно работать и соревноваться);

развитие специальных физических качеств на базе повышения общей и специальной физической подготовленности, освоение усложненных танцевальных фигур и соединение их в композицию; приближение детей к творческой интерпретации музыкального произведения, развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование самостоятельно подбирать и комбинировать знакомые движения и придумывать собственные.

Данный этап характеризуется работой в сложившемся хореографическом коллективе, ансамбле. Обучение происходит в основном через создание готовых концертных номеров. При этом от учащихся требуется проявление навыков работы в паре и коллективе, четкость выполнения комбинаций и свободное ощущение себя самого на любой концертной площадке. Кроме того, начиная с третьего года обучения изучается дисциплина «деми-классика».

Разделы

Программа состоит из **7 курсов**:

1. Специальная физическая подготовка
2. Основы хореографического искусства
3. Европейская программа
4. Латиноамериканская программа
5. Деми - классика
6. Постановочная работа
7. Вариативные курсы «Общая физическая подготовка», «Культура взаимоотношений партнеров в танце».
8. Воспитательная работа

Цель программы: развитие творческой индивидуальности учащихся, их способностей к самовыражению в танце через приобщение к общечеловеческим ценностям мировой танцевальной культуры, основываясь на интересе к спортивным бальным танцам.

Задачи:

- воспитать устойчивый интерес к танцевальному спорту;
- формировать гармоничные взаимоотношения танцоров в паре;
- формировать нравственные установки на саморазвитие и самоопределение личности;
- формировать стремление к здоровому образу жизни;
- формировать межличностные отношения в коллективе и вырабатывать навык коллективной творческой деятельности;
- развивать чувства ритма и ритмическую координацию, изучать основы структуры танца, обучать ориентироваться на любой концертной площадке.

Ожидаемые результаты по годам обучения

1 год обучения

Учащиеся будут знать

- краткую историю зарождения танца;
- понятия: «пауза», «такт», «позиции рук и ног», «круг», «диагональ», «колонна», «линия», «положения в паре», «информация», «источники информации», «здоровье», «здоровый образ жизни»;
- хореографические термины, названия основных элементов бального танца (бото фога, основные шаги).

Учащиеся будут уметь

- начальные хореографические навыки;
- исполнять и сочетать танцевальные движения;
- работать в паре и коллективе;

- исполнять спортивные балльные танцы отечественной программы.

2 год обучения

Учащиеся будут знать

- названия танцевальных движений;
- основные хореографические термины;
- виды и классификация гимнастических растяжек;
- понятия «плие», «батман»;
- основные движения в паре;
- способы работы и обработки информации; - особенности европейской программы.

Учащиеся будут уметь

- правильно выполнять упражнения:
- для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
- для корпуса и бедер;
- для ног (икроножные мышцы и стопы);
- для развития плавности движений рук;
- сотрудничать с другими людьми;
- исполнять танцевальные движения, комбинации и композиции в паре;
- воссоздать ритмический рисунок танца.

3 год обучения

Учащиеся будут знать

- хореографические термины (классический танец);
- история возникновения европейской и латиноамериканской программ;
- понятия «кульминация танца», «техника работы в паре»;
- основы импровизации;
- особенности латиноамериканской программы.

Учащиеся будут уметь

- правильно выполнять упражнения:
- для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
- для корпуса и бедер;
- для ног (икроножные мышцы и стопы);
- для развития плавности движений рук;
- у станка (плие, батманы, адажио, фрапе);
- исполнять простейшие акробатические элементы;
- исполнять танцевальные движения, танцевальные комбинации и танцевальные номера в паре и коллективе;
- выступать на публике с устным докладом;
- осознанно делать выбор и аргументировать его.

4 год обучения

Учащиеся будут знать

- технику исполнения танцевальных движений;
- виды и классификацию гимнастических растяжек;
- технику и меры предосторожности при выполнении акробатических движений;
- этику выступлений на различных концертных площадках; - основные движения танцев «Румба», «Квикстеп».

Учащиеся будут уметь

- технически правильно выполнять основные акробатические элементы:
- «колесо»;
- «переворот»;

- «стойка»;
- рондат;
- колесо со шпагатом;
- колесо на одной руке;
- самостоятельно делать разминку у станка и на середине;
- выполнять партерную гимнастику и различные виды растяжек;
- исполнять основные движения, различные комбинации и постановочные танцы латиноамериканской и европейской программ;
- работать в коллективе.

5 год обучения

Учащиеся будут знать

- построение комбинаций из ранее изученных движений;
- работа с музыкальным материалом;
- правила проведения соревнований по спортивным бальным танцам
- основные движения танцев европейской и латиноамериканской программ.

Учащиеся будут уметь

- технически правильно выполнять основные танцевальные и акробатические элементы;
- самостоятельно работать над постановкой танцевальных номеров;
- коллективно взаимодействовать.

Ожидаемые результаты освоения программы

Предметные:

- *Теория* (учащийся будет знать специальную терминологию, необходимую начинающему танцору;
 - темповые обозначения в музыке, применительно к движениям;
 - классификацию танца;
 - знать фигуры латиноамериканских танцев и уметь выполнять их;
 - знать фигуры европейских танцев и уметь выполнять их;
 - правила танцевального спорта (одежда, обувь, фигуры и т.д.);
- *Практика* (учащийся будет уметь владеть сценическим пространством, держать интервалы, дистанцию, ракурсы;
 - использовать мимику и жесты как средства актерской выразительности;
 - владеть навыками культуры общения, аккуратности, самостоятельности

Метапредметные:

1. регулятивные универсальные учебные действия:

учащийся научится:

- самостоятельно анализировать и планировать пути достижения цели;
- принимать решения в проблемной ситуации;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- прогнозировать и предвидеть будущие события.
- формирование способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности.

2. коммуникативные универсальные учебные действия:

учащийся научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Учебный план

Курсы, разделы	Стартовый уровень		Базовый уровень		
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Вводное занятие	2	2	2	2	2
1. Специальная физическая подготовка	50	48	44	36	16
2. Основы хореографического искусства	20	-	-	-	-
3. Европейская программа	38	52	40	40	42
4. Латиноамериканская программа	38	52	40	40	42
5. Деми-классика	-	-	20	20	20
6. Постановочная работа	36	28	36	44	60
7. Вариативные курсы: - «ОФП», - «Культура взаимоотношений партнеров в танце»	18	20	20	20	20
8. Воспитательная работа	12	12	12	12	12
Итоговое занятие	2	2	2	2	2
Итого:	216	216	216	216	216

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ
Учебно-тематический план

№	Разделы, темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Педагогическое наблюдение
2	Разминка с элементами гимнастики	10	40	50	Самостоятельное выполнение разминочных упражнений
3	Основы хореографического искусства	5	15	20	Самостоятельное исполнение тренировочных упражнений
4-6	Европейская программа (Медленный вальс, Быстрый фокстрот, Венский вальс)	10	28	38	Композиция изученных танцев. Соединение всех изученных фигур.
7-9	Латино-американская программа (Самба, Ча-ча-ча, Джайв)	10	28	38	Композиция изученных танцев. Соединение всех изученных фигур.
10	Культура взаимоотношений партнеров в танце	2	6	8	Правила поведения на танцевальном паркете
11	Постановочная работа	-	36	36	Открытое занятие
12	Промежуточная аттестация	1	1	2	Зачет
13	ОФП	2	8	10	Контрольные испытания
14	Воспитательная работа (воспитательные мероприятия)	4	8	12	Анкетирование, тестирование
	Итого:	45	171	216	

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство. Введение в учебную программу. Ознакомление с целями и задачами обучения, расписанием. Значение бального танца как одного из средств эстетического воспитания и повышения общей культуры. Соблюдение дисциплины на занятиях во время объяснения педагога и во время исполнения движений.

Тема 2. Разминка с элементами гимнастики.

Теория: Знакомство с темой "Гимнастика". Объяснение важности гимнастики в бальных танцах. Основы гимнастики. Растяжка: разминка и подготовка мышц к движениям.

Базовые положения тела и позы: основные элементы статичной гимнастики (стоя, сидя, лежа). Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений. Классические позиции ног: I, II, III, VI, V, VI. Классические позиции рук: подготовительная I, II, III.

Практика. Разучивание простых гимнастических фигур и движений (поднимание ноги, скручивание туловища, вращение. Знакомство с позициями рук (1-3), ног (1-6), Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса. Упражнения для корпуса и бедер. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Упражнения для развития плавности движений рук. Простейшие упражнения: деми-плие, гранд-плие, гранд-плие, батман-тандю, батман-жете, гранд-батман. Прыжки с разных позиций ног.

Контроль. самостоятельное выполнение простых гимнастических фигур и движений.

Тема 3. Основы хореографического искусства.

Теория. Специфика и природа образности в танце, история зарождения танца. Национальное и интернациональное в хореографическом образе. Изучения основных понятий хореографии (линия, колонна, диагональ, круг, линия танца, 8 точек направлений, середина зала, партер, «центр», интервал).

Практика. Позиции рук и ног, движения на развитие подъема, основы ритмики (подскоки, галоп, бег, шаги в различных ритмах и характерах (бодро, энергично, медленно), движения польки), тренировочные упражнения, положения в паре. Упражнения на развития ритма (хлопки в различных ритмах, «проговаривание» ритма). Изучение основных элементов классического танца (деми-плие, роливе по позициям (1,2,6), соте, «поджатые»). Постановка корпуса и рук. Подготовка к изучению танцев отечественной программы.

Контроль. Самостоятельное исполнение тренировочных упражнений деми-плие, роливе по позициям (1,2,6), соте, «поджатые»).

Тема 4. Европейская программа. Танец «Венский вальс».

Теория. История возникновения танца «Венский вальс», характер танца, манера исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца Венский вальс (изучение фигуры «левый поворот»).

Контроль. Композиция танца «Венский вальс» - соединение всех изученных фигур.

Тема 5. Европейская программа. Танец «Медленный вальс».

Теория. История возникновения танца «Медленный вальс», характер танца, манера исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца «Медленный вальс»: композиция танца, тренировочные упражнения (смещение в паре), синкопированный ритм, фигура «Плетение» и варианты его исполнения. Изучить композицию танца (соединить все изученные фигуры).

Контроль. Композиция танца «Медленный вальс» - соединение всех изученных фигур.

Тема 6. Европейская программа. Танец «Быстрый фокстрот».

Теория. История возникновения танца «Квикстеп» («Быстрый фокстрот»), характер танца, манера исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по

отдельности и в паре танца «Квикстеп» («Быстрый фокстрот»): четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе, правый открытый поворот, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен, левый шассе поворот, лок-степ, тилль шассе, правый пивот поворот, кросс шассе, зигзаг. Композиция танца «Быстрый фокстрот» (соединить все изученные фигуры).

Контроль. Композиция танца «Быстрый фокстрот» - соединение всех изученных фигур.

Тема 7. Латино-американская программа. Танец «Самба»

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танца Самба.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Отработка основных движений по отдельности и в паре танца Самба. Основное движение самбы, поступательное движение, виск, самба ход, левый поворот, бота фога, вольт, крисс кросс. Тренировочное движение. Освоение фигур «Восьмерка» плавно вращательное движение бедра, «Бег в променаде», «Беговая вольт», «Самба-ход в продвижении».

Контроль. Композиция танца Самба - соединение всех изученных фигур.

Тема 8. Латино-американская программа. Танец «Ча-Ча-Ча».

Теория. История возникновения танца «Ча-ча-ча», характер танца, манера исполнения. Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца «Ча-ча-ча». Композиция танца Ча-Ча-Ча (соединить все изученные фигуры). Тренировочные упражнения: поворот, баланс в повороте. Фигура «Турецкое полотенце».

Контроль. Композиция танца «Ча-Ча-Ча» - соединение всех изученных фигур.

Тема 9. Латино-американская программа. Танец «Джайв».

Теория. История возникновения танца «Джайв», характер танца, манера исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца «Джайв» (основное движение джайва, основное фоловей движение, перемена мест, кик боллчендж, звено, смена рук за спиной, хлыст, американский спин, свивлы). Фигуры «Нью-Йорк» и его варианты, «Смена мест» и его варианты. Композиция танца Джайв (соединить все изученные фигуры).

Контроль. Композиция танца «Быстрый фокстрот» - соединение всех изученных фигур.

Тема 10. Культура взаимоотношений партнеров в танце. Этика поведения в паре.

Теория. Правила поведения на танцевальном паркете. Воспитание уважительного отношения к партнёру(-ше), педагогу, судьям, сопернику, зрителю. Умение презентации партнёрши на паркете

Практика. Поклоны как приветствие, прощание, представление танцора, пары, коллектива. Поклоны в паре с поворотом под рукой. Тренировка умения избегать столкновений на занятиях, конкурсах Видео-просмотр примеров культуры проведения на турнирах, соревнованиях, в коллективах.

Контроль. Правила поведения на танцевальном паркете.

Тема 11. Постановочная работа.

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивного бального танца.

Контроль. Открытое занятие.

Тема 12. Итоговое занятие.

Теория. Подведение итогов учебного года, награждение актива. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Промежуточная аттестация.

Вариативный курс общей физической подготовки

Тема 13. «ОФП».

Теория: О развитие физической культуры в современном обществе. История зарождения физической культуры. Физическая культура и спорт в системе общего и дополнительного образования. О влияние физических упражнений на организм человека. Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья и работоспособности. Формирование у учащихся устойчивых мотиваций на ЗОЖ. Необходимость занятиями физической культурой. О двигательном режиме дня. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Основы знаний о строении организма, о влияние физических упражнений. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.

Практика: Упражнения по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений.

Контроль: контрольные испытания, тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение, антропометрическое обследование.

Курс воспитательная работа

Тема 14. «Воспитательные мероприятия».

Теория: Беседы, лекции просмотр демонстрационного материала на темы: «Моё здоровье», «Нормы поведения», «Здоровый образ жизни».

Практика: Участие в общешкольных мероприятиях, празднование календарных праздников, тематические экскурсии, походы и т.д.

Контроль: Изучение уровня воспитанности: анкетирование, тестирование.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план

№	Разделы, темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Педагогическое наблюдение
2	Разминка с элементами гимнастики	8	40	48	Самостоятельное выполнение разминочных упражнений
3-5	Европейская программа (Медленный вальс, Быстрый фокстрот, Венский вальс)	10	42	52	Композиция изученных танцев. Соединение всех изученных фигур.

6-8	Латино-американская программа (Самба, Ча-ча-ча, Джайв)	10	42	52	Композиция изученных танцев. Соединение всех изученных фигур.
9	Культура взаимоотношений партнеров в танце	1	9	10	Правила поведения на танцевальном паркете
10	Постановочная работа	8	20	28	Открытое занятие
11	Промежуточная аттестация	1	1	2	Зачет
12	ОФП	1	9	10	Контрольные испытания
13	Воспитательная работа (воспитательные мероприятия)	4	8	12	Анкетирование, тестирование
	Итого:	44	172	216	

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Обсуждение итогов прошлого учебного года (основные ошибки, достижения). Планирование работы коллектива на новый учебный год. Ознакомление с расписанием занятий. ТБ (соблюдение безопасного поведения в зале хореографии, во время исполнения движений, пожарная безопасность). Особенности работы в парах, взаимопонимание, взаимодействие, взаимопомощь.

Тема 2. Разминка с элементами гимнастики.

Теория. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений. Знакомство с хореографическими терминами. Виды и классификация гимнастических растяжек. Меры предосторожности при выполнении растяжек. Правила выполнения растяжек.

Практика. Позиции рук (1-3), ног (1-3,5,6). Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса. Упражнения для корпуса и бедер. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Упражнения для развития плавности движений рук. Освоение простейших элементов на полу (партерная гимнастика, растяжка, работа над осанкой). Упражнения на развитие выворотности стопы. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения для развития подъема стопы. Упражнения на растяжку подколенного сухожилия. Упражнения на растяжку связок и развитие выворотности тазобедренного сустава. Упражнения для укрепления мышц спины. Упражнения на гибкость. Упражнения на расширение области движения суставов, на улучшение деятельности мышц и суставов.

Контроль. Самостоятельное выполнение разминочных упражнений для мышц шеи и верхнего плечевого пояса.

Тема 3. Европейская программа. Танец «Венский вальс».

Теория. История возникновения танца «Венский вальс», характер танца, манера исполнения. Композиция танца «Венский вальс» особенности исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца Венский вальс (изучение фигуры «левый поворот»).

Контроль. Композиция танца «Венский вальс» - соединение всех изученных фигур с учетом особенностей исполнения.

Тема 4. Европейская программа. Танец «Медленный вальс».

Теория. История возникновения танца «Медленный вальс», характер танца, манера исполнения. Композиция танца «Медленный вальс» особенности исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца «Медленный вальс»: композиция танца, тренировочные упражнения (смещение в паре), синкопированный ритм, фигура «Плетение» и варианты его исполнения. Изучить композицию танца (соединить все изученные фигуры).

Контроль. Композиция танца «Медленный вальс» - соединение всех изученных фигур с учетом особенностей исполнения.

Тема 5. Европейская программа. Танец «Быстрый фокстрот».

Теория. История возникновения танца «Квикстеп» («Быстрый фокстрот»), характер танца, манера исполнения. Композиция танца «Квикстеп» особенности исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца «Квикстеп» («Быстрый фокстрот»): четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе, правый открытый поворот, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен, левый шассе поворот, лок-степ, тилль шассе, правый пивотповорот, кросс шассе, зигзаг. Композиция танца «Быстрый фокстрот» (соединить все изученные фигуры).

Контроль. Композиция танца «Быстрый фокстрот» - соединение всех изученных фигур с учетом особенностей исполнения.

Тема 6. Латино-американская программа. Танец «Самба».

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танца Самба. Композиция танца «Самба» особенности исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Отработка основных движений по отдельности и в паре танца Самба. Основное движение самбы, поступательное движение, виск, самба ход, левый поворот, бота фога, вольта, крисс кросс. Тренировочное движение. Освоение фигур «Восьмерка» - плавно вращательное движение бедра, «Бег в променаде», «Беговая вольта», «Самба - ход в продвижении».

Контроль. Композиция танца Самба - соединение всех изученных фигур с учетом особенностей исполнения.

Тема 7. Латино-американская программа. Танец «Ча-Ча-Ча».

Теория. История возникновения танца «Ча-ча-ча», характер танца, манера исполнения. Композиция танца «Ча-ча-ча» особенности исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца «Ча-ча-ча». Композиция танца Ча-Ча-Ча

(соединить все изученные фигуры). Тренировочные упражнения: поворот, баланс в повороте. Фигура «Турецкое полотенце».

Контроль. Композиция танца «Ча-Ча-Ча» - соединение всех изученных фигур с учетом особенностей исполнения.

Тема 8. Латино-американская программа. Танец «Джайв».

Теория. История возникновения танца «Джайв», характер танца, манера исполнения. Композиция танца «Джайв» особенности исполнения.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танца «Джайв» (основное движение джайва, основное фоловей движение, перемена мест, кик боллчендж, звено, смена рук за спиной, хлыст, американский спин, свивлы). Фигуры «Нью-Йорк» и его варианты, «Смена мест» и его варианты. Композиция танца Джайв (соединить все изученные фигуры).

Контроль. Композиция танца «Быстрый фокстрот» - соединение всех изученных фигур с учетом особенностей исполнения.

Тема 9. Культура взаимоотношений партнеров в танце.

Теория. Пара как танцевальная единица. Права и обязанности партнеров, их взаимодействие в танце, взаимоотношения. Профилактика и конструктивное решение конфликтов. Совместное творчество в паре. Поклоны как приветствие, прощание, представление танцора, пары, коллектива.

Практика. Поклоны индивидуальные. Поклоны в паре с поворотом под рукой.

Контроль. Знание правил поведения на танцевальном паркете.

Тема 10. Постановочная работа.

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивного бального танца. Постановка концертных номеров.

Контроль. Выступление на открытом занятии.

Тема 11. Итоговое занятие.

Теория. Подведение итогов учебного года, награждение актива. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Промежуточная аттестация.

Вариативный курс общей физической подготовки

Тема 12. «ОФП».

Теория. Формирование у учащихся устойчивых мотиваций на ЗОЖ. Необходимость занятиями физической культурой. О двигательном режиме дня. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Основы знаний о строении организма, о влияние физических упражнений. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.

Практика. Упражнения по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений.

Контроль. Контрольные испытания, тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение, антропометрическое обследование.

Курс воспитательная работа

Тема 13. «Воспитательные мероприятия».

Теория: Беседы, лекции просмотр демонстрационного материала на темы: «Моё здоровье», «Нормы поведения», «Здоровый образ жизни».

Практика: Участие в общешкольных мероприятиях, празднование календарных праздников, тематические экскурсии, походы и т.д.

Контроль: Изучение уровня воспитанности: анкетирование, тестирование.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ Учебно-тематический план

№	Разделы, темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Педагогическое наблюдение
2	Разминка	1	15	16	Самостоятельное выполнение разминочных упражнений
3	Гимнастика с элементами акробатики	3	25	28	Самостоятельное исполнение акробатических элементов
4	Европейская программа	4	36	40	Композиция изученных танцев. Соединение всех изученных фигур.
5	Латиноамериканская программа	4	36	40	Композиция изученных танцев. Соединение всех изученных фигур.
6	Деми-классика	4	16	20	Самостоятельное выполнение элементов классического танца у станка.
7	Культура взаимоотношений партнеров в танце	1	9	10	Правила поведения на танцевальном паркете

8	Постановочная работа	2	34	36	Открытое занятие
9	Аттестация	1	1	2	Промежуточная аттестация
10	ОФП	1	9	10	Контрольные испытания
11	Воспитательная работа (воспитательные мероприятия)	4	8	12	Анкетирование и тестирование
	Итого:	26	190	216	

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Обсуждение итогов прошлого учебного года (основные ошибки, достижения). Планирование работы коллектива на новый учебный год. Ознакомление с расписанием занятий. ТБ (соблюдение безопасного поведения в зале хореографии, во время исполнения движений, пожарная безопасность). Особенности работы в парах, взаимопонимание, взаимодействие, взаимопомощь.

Тема 2. Разминка.

Теория. Техника исполнения движений, предупреждение травм. Повторение хореографических терминов. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.

Практика. Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса.

Упражнения для корпуса и бедер. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Упражнения для развития плавности движений рук. Упражнения для развития плавности движений рук. Подготовка суставов к работе.

Контроль. Самостоятельное выполнение разминочных упражнений для мышц шеи и верхнего плечевого пояса.

Тема 3. Гимнастика с элементами акробатики.

Теория. Гимнастические растяжки. Правила выполнения и меры предосторожности при выполнении растяжек. Демонстрация и объяснение акробатических элементов. Меры предосторожности при выполнении акробатических упражнений.

Практика. Закрепление простейших элементов на полу (партерная гимнастика, растяжка, работа над осанкой). Упражнения на развитие выворотности стопы. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения для развития подъема стопы. Упражнения на растяжку подколенного сухожилия. Упражнения на растяжку связок и развитие выворотности тазобедренного сустава. Упражнения для укрепления мышц спины. Упражнения на гибкость. Упражнения на расширение области движения суставов, на улучшение деятельности мышц и суставов. Развитие физических качеств (сила, координация движения, ловкость, чувство равновесия, выносливость). Изучение простейших элементов акробатики (стойки, седы, упоры, «колесо», колесо со шпагатом, колесо на одной руке, вращательные движения).

Контроль. Самостоятельное исполнение акробатических элементов.

Тема 4. Европейская программа.

Теория. История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Квикстепа, Венского вальса.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Медленного вальса (перемены, малый квадрат, большой квадрат, правый поворот, левый поворот, виск, поступательное шассе, лок-степ, левое корте, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен), Квикстепа (четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе, правый поворот, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен, левый шассе поворот, лок-степ, тиль шассе, правый пивот поворот, кросс шассе, зигзаг), Венского вальса (правый поворот).

Контроль. Композиция изученных танцев. Соединение всех изученных фигур в композицию Венского вальса.

Тема 5. Латиноамериканская программа.

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Ча-ча-ча, Самба, Джайв.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Ча-ча-ча (шассе, тайм-степ, основное движение Ча-ча-ча, Нью-Йорк, рука к руке, спот-поворот, плечом к плечу, веер, клюшка, алемана, хип-твисты), Самба (основное движение самбы, поступательное движение, виск, самба ход, левый поворот, бота фога, вольта, крисс кросс), Джайв (основное движение джайва, основное фоловей движение, перемена мест, кик боллчендж, звено, смена рук за спиной, хлыст, американский спин, свивлы).

Контроль. Композиция изученных танцев. Соединение всех изученных фигур.

Тема 6. Деми-классика.

Теория. История возникновения классического танца. Основы пластической анатомии человека. Исходно-подготовительные положения как основа устойчивости. Техника исполнения движений, предупреждение травм. Хореографические термины. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений. Постановка корпуса.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног. Изучение основных элементов классического танца у станка (Preparation, упражнения для головы, Battementstendu из I позиции).

Контроль. Самостоятельное выполнение элементов классического танца у станка.

Тема 7. Культура взаимоотношений партнеров в танце.

Теория. Пара как танцевальная единица. Права и обязанности партнеров, их взаимоотношения. Профилактика и конструктивное решение конфликтов. Совместное творчество в паре.

Практика. Воспитание уважительного отношения к партнёру (-ше), педагогу, судьям, сопернику, зрителю. Тренировка умения избегать столкновений на конкурсах. Презентация партнёрши на паркете.

Контроль. Правила поведения на танцевальном паркете.

Тема 8. Постановочная работа.

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно-бального танца. Постановка концертных номеров. Отработка элементов ансамбля (линии, диагональ, интервал, равнение, круг, «прочёс»), синхронность)

Контроль. Открытое занятие.

Тема 9. Итоговое занятие.

Теория. Подведение итогов учебного года, награждение актива. Планирование на новый учебный год.

Практика. Показательные выступления для родителей.

Контроль. Промежуточная аттестация.

Вариативный курс общей физической подготовки

Тема 10. «ОФП».

Теория. Формирование у учащихся устойчивых мотиваций на ЗОЖ. Необходимость занятиями физической культурой. О двигательном режиме дня. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Основы знаний о строении организма, о влиянии физических упражнений. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.

Практика. Упражнения по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений.

Контроль: контрольные испытания, тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение, антропометрическое обследование.

Курс воспитательная работа

Тема 11. «Воспитательные мероприятия».

Теория: Беседы, лекции просмотр демонстрационного материала на темы: «Здоровый образ жизни», «Сохранение здоровья в современном мире».

Практика: Участие в общешкольных мероприятиях, празднование календарных праздников, тематические экскурсии, походы и т.д.

Контроль: Изучение уровня воспитанности: анкетирование, тестирование.

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план

№	Разделы, темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Педагогическое наблюдение
2	Разминка	1	13	14	Самостоятельное выполнение разминочных упражнений
3	Гимнастика с элементами акробатики	2	20	22	Самостоятельное исполнение акробатических элементов
4	Европейская программа	2	38	40	Объединение движений в танцевальную схему

5	Латиноамериканская программа	2	38	40	Объединение движений в танцевальную схему
6	Акробатика	2	18	20	Самостоятельное исполнение акробатических элементов
7	Культура взаимоотношений партнеров в танце	1	9	10	Правила поведения на танцевальном паркете
8	Постановочная работа	-	44	44	Открытое занятие
9	Промежуточная аттестация	2	-	2	Зачет
10	ОФП	1	9	10	Контрольные испытания
11	Воспитательная работа (воспитательные мероприятия)	4	8	12	Анкетирование тестирование
	Итого:	18	198	216	

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Обсуждение итогов прошлого учебного года (основные ошибки, достижения). Планирование работы коллектива на новый учебный год. Ознакомление с расписанием занятий. ТБ (соблюдение безопасного поведения в зале хореографии, во время исполнения движений, пожарная безопасность).

Тема 2. Разминка.

Теория. Техника исполнения движений, предупреждение травм. Повторение хореографических терминов. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.

Практика. Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса. Упражнения для корпуса и бедер. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Упражнения для развития плавности движений рук. Упражнения для развития плавности движений рук. Подготовка суставов к работе.

Контроль. Самостоятельное выполнение разминочных упражнений.

Тема 3. Гимнастика с элементами акробатики.

Теория. Гимнастические растяжки. Правила выполнения и меры предосторожности при выполнении растяжек. Акробатические элементы. Меры предосторожности при выполнении акробатических упражнений. Значение развития физических качеств: сила, координация движения, ловкость, чувство равновесия, выносливость для танцора.

Практика. Партерная гимнастика, растяжка, работа над осанкой. Упражнения на развитие выворотности стопы. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения для развития подъема стопы. Упражнения на растяжку подколенного сухожилия. Упражнения на растяжку связок и развитие выворотности тазобедренного сустава.

Упражнения для укрепления мышц спины. Упражнения на гибкость. Упражнения на расширение области движения суставов, на улучшение деятельности мышц и суставов. Освоение акробатических элементов: стойки, седы, упоры, «колесо», колесо со шпагатом, колесо на одной руке, вращательные движения.

Контроль. Самостоятельное выполнение акробатических элементов.

Тема 4. Европейская программа.

Теория. Особенности европейской программы.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Медленного вальса (перемены, малый квадрат, большой квадрат, правый поворот, левый поворот, виск, поступательное шассе, лок-степ, левое корте, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен), Квикстепа (четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе, правый поворот, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен, левый шассе поворот, лок-степ, типль шассе, правый пивот поворот, кросс шассе, зигзаг), Венского вальса (правый поворот). Танго (звено, файвстеп, закрытый променад, левый поворот). Совершенствование техники исполнения движений танцев европейской программы. Объединение движений в танцевальную схему.

Контроль. Объединение движений в танцевальную схему.

Тема 5. Латиноамериканская программа.

Теория. Особенности европейской программы.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Ча-ча-ча (шассе, тайм-степ, основное движение Ча-ча-ча, Нью-Йорк, рука к руке, спот-поворот, плечом к плечу, веер, клюшка, алемана, хип-твисты), Самба (основное движение самбы, поступательное движение, виск, самба ход, левый поворот, бота фога, вольта, крисс кросс), Джайв (основное движение джайва, основное фоловей движение, перемена мест, кик боллчендж, звено, смена рук за спиной, хлыст, американский спин, свивлы). Румба (основной ход, нью-йорк, кукарача, алиmano, выход в веер, свивл). Совершенствование техники исполнения движений танцев латиноамериканской программы.

Контроль. Объединение движений в танцевальную схему.

Тема 6. Акробатика

Теория. Пластическая анатомия человека. Основы устойчивости. Техника безопасного исполнения движений, предупреждение травм. Расширение поля хореографических терминов. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног. Изучение основных элементов классического танца лицом к станку (Preparation, упражнения для головы, Demi-plie, Grand - plie, Battementstendu из I позиции).

Контроль. Самостоятельное исполнение акробатических элементов.

Тема 7. Культура взаимоотношений партнеров в танце.

Теория. Пара как танцевальная единица. Права и обязанности партнеров, их взаимоотношения. Доброжелательность – основа отношений в паре Профилактика и конструктивное решение конфликтов.

Практика. Совместное творчество в паре. Работа обоих партнеров по созданию единого образа. Создание богатой палитры передачи чувств

Контроль. Правила поведения на танцевальном паркете.

Тема 8. Постановочная работа.

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно-бального танца. Постановка концертных номеров. Отработка элементов ансамбля (линии, диагональ, интервал, равнение, круг, «прочёс», синхронность)

Контроль. Открытое занятие.

Тема 9. Итоговое занятие.

Теория. Подведение итогов учебного года, награждение актива. Планирование на новый учебный год.

Контроль. Промежуточная аттестация.

Тема 10. «ОФП»

Теория. Формирование у учащихся устойчивых мотиваций на ЗОЖ. Необходимость занятиями физической культурой. О двигательном режиме дня. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Основы знаний о строении организма, о влияние физических упражнений. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.

Практика. Упражнения по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений.

Контроль. Контрольные испытания, тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение, антропометрическое обследование.

Курс воспитательная работа

Тема 11. «Воспитательные мероприятия».

Теория: Беседы, лекции просмотр демонстрационного материала на темы: «Здоровый образ жизни», «Сохранение здоровья в современном мире».

Практика: Участие в общешкольных мероприятиях, празднование календарных праздников, тематические экскурсии, походы и т.д.

Контроль: Изучение уровня воспитанности: анкетирование, тестирование.

ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ Учебно-тематический план

№	Разделы, темы	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Педагогическое наблюдение
2	Разминка	-	16	16	Самостоятельное выполнение разминочных упражнений
3	Европейская программа	2	40	42	Объединение движений в танцевальную схему
4	Латиноамериканская программа	2	40	42	Объединение движений в танцевальную схему

5	Деми-классика	2	18	20	Самостоятельное выполнение элементов классического танца у станка.
6	Культура взаимоотношений партнеров в танце	1	9	10	Правила поведения на танцевальном паркете
7	Постановочная работа	-	60	60	Открытое занятие
8	Аттестация по завершению реализации программы	1	1	2	Открытое занятие, зачет
9	ОФП	1	9	10	Контрольные испытания
10	Воспитательная работа (воспитательные мероприятия)	4	8	12	Анкетирование, тестирование
	Итого:	15	201	216	

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Обсуждение итогов прошлого учебного года (основные ошибки, достижения). Планирование работы коллектива на новый учебный год. Ознакомление с расписанием занятий. ТБ (соблюдение безопасного поведения в зале хореографии, во время исполнения движений, пожарная безопасность).

Тема 2. Разминка.

Теория. Техника исполнения движений, предупреждение травм. Повторение хореографических терминов. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.

Практика. Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса. Упражнения для корпуса и бедер. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Упражнения для развития плавности движений рук. Упражнения для развития плавности движений рук. Подготовка суставов к работе.

Контроль. Самостоятельное выполнение разминочных упражнений.

Тема 3. Европейская программа.

Теория. Техника исполнения европейской программы.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Совершенствование техники исполнения движений танцев европейской программы (Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, Танго). Изучение и отработка новых танцевальных схем и вариаций. Совершенствование танцевального мастерства.

Контроль. Объединение движений в танцевальную схему.

Тема 4. Латиноамериканская программа.

Теория. Техника исполнения латиноамериканской программы.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Совершенствование техники исполнения движений танцев латиноамериканской программы

(Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба). Изучение и отработка новых танцевальных схем и вариаций. Совершенствование танцевального мастерства.

Контроль. Объединение движений в танцевальную схему.

Тема 5. «Деми-классика».

Теория. Техника исполнения классического танца.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног. Изучение и отработка основных элементов классического танца лицом к станку (Preparation, упражнения для головы, Demi-plie, Grand - plie, Battementstendu из I позиции, Passeparterre, Battementstendujete, Rondejambeparterre, Sur le cou-de-pied, Battement frappe, Battement fondu, Releve lent, Grand Battements jete, Port

debras, основные позы классического танца). Изучение основных элементов классического танца на середине зала (Preparation, упражнения для головы, Demi-plie, Grand - plie, Battementstendu из I позиции).

Контроль. Самостоятельное выполнение элементов классического танца у станка.

Тема 6. Культура взаимоотношений партнеров в танце.

Теория. Сотрудничество танцевальных пар в ансамбле. Искусство танцевального поклона в паре. Мимика, жесты, эмоциональное исполнение танца. Сложности соревновательной борьбы.

Практика. Совместное творчество в паре. Работа обоих партнеров по созданию единого образа. Создание богатой палитры передачи чувств. Разрешение конфликтных моментов в паре, другими танцорами, с судьями. Выработка танцевального имиджа: костюм, прическа, макияж.

Контроль. Правила поведения на танцевальном паркете.

Тема 7. Постановочная работа.

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно-бального танца. Постановка концертных номеров. Отработка элементов ансамбля (линии, диагональ, интервал, равнение, круг, «прочёс», синхронность)

Контроль. Открытое занятие.

Тема 8. Итоговое занятие.

Теория. Подведение итогов учебного года. Выдача удостоверений.

Контроль. Аттестация по завершению реализации программы.

Вариативный курс общей физической подготовки

Тема 9. «ОФП».

Теория: Формирование у учащихся устойчивых мотиваций на ЗОЖ. Необходимость занятиями физической культурой. О двигательном режиме дня. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Основы знаний о строении организма, о влияние физических упражнений. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль.

Практика: Упражнения по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений.

Контроль: контрольные испытания, тестирование физической подготовленности, педагогическое наблюдение, антропометрическое обследование.

Курс воспитательная работа

Тема 10. «Воспитательные мероприятия».

Теория: Беседы, лекции просмотр демонстрационного материала на темы: «Здоровый образ жизни и его составляющие элементы», «Сохранение здоровья в современном мире».

Практика: Участие в общешкольных мероприятиях, акциях, участие в организации традиционных мероприятий коллектива, празднование календарных праздников, тематические экскурсии, походы и т.д.

Контроль: Изучение уровня воспитанности: анкетирование, тестирование.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Год обучения	Объем учебных часов по годам обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1-2	216	36	108	3 занятия по 2 часа
3-5	216	36	72/108	2 занятия по 3 часа/ 3 занятия по 2 часа

Формы аттестации и система оценки результативности обучения по программе

Формы аттестации: наблюдение, опрос, тестирование, контрольное задание, итоговое занятие.

Для оценивания результативности обучения по программе используются следующие показатели: теоретическая подготовка учащихся, практическая подготовка, общеучебные умения и навыки (метапредметные результаты), личностное развитие учащихся в процессе освоения дополнительной образовательной программы.

Применяется 10-балльная шкала (низкий уровень: 1 – 3 балла, средний уровень: 4 – 7 баллов, высокий уровень: 8 – 10 баллов).

Оценивание результативности обучения проводится: входящая (предварительная) аттестация 1–2 недели учебного года, промежуточная аттестация на 15–16 недели и на 34–35 недели учебного года. По итогам реализации программы (на последнем году обучения) проводится аттестация по завершению реализации программы.

Форма аттестации

Вводный контроль: перед началом обучения проводится индивидуальная диагностика, позволяющая определить уровень развития каждого ребенка, выявить его возможности и способности, определить наличие музыкального слуха (степень нарушения слуха). Одновременно проводится анкетирование родителей с целью диагностирования индивидуальных особенностей физического и психологического развития. Результаты вводного контроля влияют на составление индивидуальных планов обучения. Каждый следующий учебный год также начинается с вводной диагностики по материалам итогового контроля предыдущего года обучения.

Координация движений: свободное владение пространством репетиционного и сценического зала, линейным, круговым построением, основными фигурами танца; фигурами бального танца (постановка корпуса, основные позиции ног и положения рук); умение выполнять фигуры начального уровня европейских танцев и латиноамериканских танцев;

исполнять несложные комбинации из шагов, бега, прыжков, сочетая их с движением рук и головы.

Чувство ритма: умение определять характер музыки, его темповые и динамические особенности; самостоятельно вступать в музыку; самостоятельно определять метроритмический рисунок мелодий, воспроизводить его в танцевальной форме (хлопками, притопами, движениями); самостоятельно определять метроритмический рисунок мелодий, воспроизводить его в танцевальной форме (хлопками, притопами, движениями); знание темповых обозначений в музыке, применительно к движениям.

Пластика: умение выполнять фигуры латиноамериканских танцев; фигуры европейских танцев; элементы движений бального танца, натянутость и выворотность ног, держать осанку; пластически и эмоционально исполнять бальные танцы на основе выученных танцевальных движений.

Точность и четкость движений: осознанное исполнение фигур латиноамериканских и европейских танцев и умение выполнять их; владение мимикой и жестами как средствами актерской выразительности.

Выразительность движений: умение самостоятельно определять метроритмический рисунок мелодий, воспроизводить его в танцевальной форме (хлопками, притопами, движениями); выполнять фигуры латиноамериканских и европейских танцев; пластически и эмоционально (с мимикой и жестами) исполнять танцы на основе выученных танцевальных движений; владение определённым объемом движений танца; элементами бального танца, осанкой, натянутостью и выворотностью ног.

Владение навыками культуры общения, аккуратности, самостоятельности.

Знание теоретических основ танцев: специальной терминологии, классификации танцев, правил спортивного бального танца.

Контрольно- измерительные материалы

1. Критерии оценки

Наименование критерия		
Техника исполнения танцев		
Предметные	Теория	Постановка корпуса, направление и построение, степени поворота, позиции рук, ведение, соединение кистей рук, основные позиции и действия, баланс, работа ступней и позиции стоп, подъемы и снижения, наклоны, сложные фигуры.
	Практика	Исполнение фигур и элементов танцев европейской и латиноамериканской программ в паре с умелой работой стопы, с хорошей постановкой корпуса и балансом, в том числе и сложных.
Музыкальность движения		
Предметные	Теория	Счет и интерпретация его длительности, ритм – соответствие ритмическим акцентам музыки, музыкальная структура.
	Практика	Умение определять музыкальный размер, сильную долю в такте, ритмические особенности фигур и элементов танца.
Партнерство		
	Теория	Физические средства обмена информацией, выведение из баланса (контрбаланс, поддержки, броски), согласованность действий.

Предметные	Практика	Исполнение фигур и элементов танца в паре с физическими средствами обмена информацией (ведением и следованием).
Хореография и презентация		
Предметные	Теория	Композиция, невербальный обмен информацией, характер танца, атмосфера.
	Практика	Исполнение композиции танца единым ансамблем, синхронно с соблюдением равнения и четком определении направлений движения.
Метапредметные		Умение взаимодействовать во время постановочной работы, исполнения композиции, при поиске музыкального сопровождения, выборе идеи номера и создания образов в танце.
Личностные		Умение проявлять должное отношение к партнерам. Быть выдержанными, вежливыми, внимательными и доброжелательными по отношению к себе и товарищам.

1 год обучения

Учащиеся будут знать

- краткую историю зарождения танца;
- понятия: «пауза», «такт», «позиции рук и ног», «круг», «диагональ», «колонна», «линия», «положения в паре», «информация», «источники информации», «здоровье», «здоровый образ жизни»;
- хореографические термины, названия основных элементов бального танца (ботофого, основные шаги).

Учащиеся будут уметь

- начальные хореографические навыки;
- исполнять и сочетать танцевальные движения;
- работать в паре и коллективе;
- исполнять спортивные бальные танцы отечественной программы.

2 год обучения

Учащиеся будут знать

- названия танцевальных движений;
- основные хореографические термины;
- виды и классификация гимнастических растяжек;
- понятия «плие», «батман»;
- основные движения в паре;
- способы работы и обработки информации; - особенности европейской программы.

Учащиеся будут уметь

- правильно выполнять упражнения:
- для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
- для корпуса и бедер;
- для ног (икроножные мышцы и стопы);
- для развития плавности движений рук;
- сотрудничать с другими людьми;
- исполнять танцевальные движения, комбинации и композиции в паре;
- воссоздать ритмический рисунок танца.

3 год обучения

Учащиеся будут знать

- хореографические термины (классический танец);

- история возникновения европейской и латиноамериканской программ;
- понятия «кульминация танца», «техника работы в паре»;
- основы импровизации;
- особенности латиноамериканской программы.

Учащиеся будут уметь

- правильно выполнять упражнения:
- для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
- для корпуса и бедер;
- для ног (икроножные мышцы и стопы);
- для развития плавности движений рук;
- у станка (плие, батманы, адажио, фрапе);
- исполнять простейшие акробатические элементы;
- исполнять танцевальные движения, танцевальные комбинации и танцевальные

номера в паре и коллективе;

- выступать на публике с устным докладом;
- осознанно делать выбор и аргументировать его.

4 год обучения

Учащиеся будут знать

- технику исполнения танцевальных движений;
- виды и классификацию гимнастических растяжек;
- технику и меры предосторожности при выполнении акробатических движений;
- этику выступлений на различных концертных площадках; - основные движения

танцев «Румба», «Квикстеп».

Учащиеся будут уметь

- технически правильно выполнять основные акробатические элементы:
- «колесо»;
- «переворот»;
- «стойка»;
- рондат;
- колесо со шпагатом;
- колесо на одной руке;
- самостоятельно делать разминку у станка и на середине;
- выполнять партерную гимнастику и различные виды растяжек;
- исполнять основные движения, различные комбинации и постановочные танцы

латиноамериканской и европейской программ;

- работать в коллективе.

5 год обучения

Учащиеся будут знать

- построение комбинаций из ранее изученных движений;
- работа с музыкальным материалом;
- правила проведения соревнований по спортивным бальным танцам
- основные движения танцев европейской и латиноамериканской программ.

Учащиеся будут уметь

- технически правильно выполнять основные танцевальные и акробатические элементы;
- самостоятельно работать над постановкой танцевальных номеров;
- коллективно взаимодействовать.

2. Оценочные материалы

Оценивание предметных результатов обучения по программе:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики	Степень выраженности оцениваемого качества		
			Низкий уровень (1-3 балла)	Средний уровень (4-7 баллов)	Высокий уровень (8-10 баллов)
Теоретические знания по основным разделам программы	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	Наблюдение, тестирование, контрольные опрос и др.	Учащийся овладел менее чем половиной знаний, предусмотренных программой	Объем усвоенных знаний составляет более 1/2	Учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренный программой за конкретный период
Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Контрольное задание	Практические умения и навыки неустойчивые, требуется постоянная помощь по их использованию	Овладел практическими умениями и навыками, предусмотренными программой, применяет их под руководством педагога	Учащийся овладел в полном объеме практически всеми умениями и навыками, практически е работы выполняет самостоятельно, качественно

Оценивание метапредметных результатов обучения по программе:

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Методы диагностики	Степень выраженности оцениваемого качества		
			Низкий уровень (1-3 балла)	Средний уровень (4-7 баллов)	Высокий уровень (8-10 баллов)
Учебно-познавательные умения	Самостоятельность в решении познавательных задач	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	Учащийся выполняет работу с помощью педагога	Учащийся выполняет работу самостоятельно, не испытывает особых затруднений

Учебно-организационные умения и навыки	Умение планировать, контролировать и корректировать учебные действия, осуществлять самоконтроль и самооценку	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, собственные возможности оценивает с помощью педагога	Учащийся испытывает некоторые затруднения в анализе правильности выполнения учебной задачи, не всегда объективно осуществляет самоконтроль	Учащийся делает осознанный выбор направления учебной деятельности, самостоятельно планирует выполнение учебной задачи и самостоятельно осуществляет самоконтроль
Учебно-коммуникативные умения и навыки	Самостоятельность в решении коммуникативных задач	Наблюдение	Учащийся испытывает серьезные затруднения в решении коммуникативных задач, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	Учащийся выполняет коммуникативные задачи с помощью педагога и родителей	Учащийся не испытывает трудностей в решении коммуникативных задач, может организовать учебное сотрудничество
Личностные качества	Сформированность моральных норм и ценностей, доброжелательное отношение к окружающим, мотивация к обучению	Наблюдение	Сформировано знание на уровне норм и правил, но не использует на практике	Сформированы, но не достаточно актуализированы	Сформированы в полном объеме

Условия реализации программы

Материально-технические ресурсы:

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Ступени+" необходимо иметь:

1. Просторный паркетный хорошо отапливаемый спортивный или актовый зал (наличие зеркал приветствуется);
2. Технические средства обучения и информационные ресурсы;
3. Раздевалки, туалеты.
- 4.

№	Название	Количество
1	Учебная аудитория (групповые занятия)	1
2	Доска магнитно-маркерная	1
3	Акустическая система (звуковая)	1
4	Проекционный экран	1
5	Видеопроектор	1

Информационные ресурсы: оргтехника, интернет-ресурсы.

№	Название	Количество
1	Компьютер (планшетный)	1
2	Флэш-накопитель (USB)	1
3	Программа замедления и ускорения темпа музыки	1
4	Программа "Аудиоредактор"	1
5	Интернет-соединение	1

Методические ресурсы:

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Ступени+" необходимы методики преподавания в детском танцевально-спортивном коллективе, подборки упражнений для общей физической подготовки, подборки упражнений для танцевального спорта, образовательные программы.

№	Название
1	Учебные пособия "Техника исполнения европейских танцев" (основные принципы) Гая Ховарда; "Венский вальс" Техника исполнения, рекомендованная Британским советом по танцам Имперского общества учителей танцев; "Бальные танцы" Алекса Мура; "Техника латиноамериканских танцев" Часть I. Уолтера Лэрда; "Техника латиноамериканских танцев" Часть II. Уолтера Лэрда; "Современный бальный танец" В. М. Стриганова и В. И. Уральской.
2	Энциклопедии и справочники "Танцевальный спорт" Правила вида спорта.
3	Медiateка Видеофрагменты, аудиозаписи, элементы учебного видео.

4	Электронные образовательные ресурсы	<p>Электронные ресурсы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ballroom Dance Teachers United: сайт. URL: https://www.facebook.com/groups/ballroomunited/ (дата обращения – 02.03.2016). 2. Общероссийская программа возрождения танца как массовой культуры и спорта. URL: https://www.facebook.com/groups/multilewta/ (дата обращения – 25.05.2016). 3. Положение ФТСР о допустимых танцах и фигурах - www.ftsr.ru. 4. Союз танцевального спорта России: сайт. URL: http://www.rusdsu.ru/ (дата обращения – 12.04.2016).
5	Методические материалы	Методические материалы по обучению основ техники исполнения европейских и латиноамериканских танцев, конспекты занятий и мастер-классов, контрольно-измерительные материалы.
6	Дидактические материалы	Программы, комплекты дидактических материалов по танцевальному спорту.

Расходные материалы (приобретаются учащимися самостоятельно)

№	Название	Количество
1	Репетиционный костюм	1 шт.
2	Обувь	1 шт.

Кадровые ресурсы: преподаватель, с опытом работы в танцевально-спортивном коллективе и знаниями европейской и латиноамериканской программ танцев.

Использование дистанционных образовательных технологий:

Программа может быть реализована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в соответствии с локальными актами учреждения. Возможна реализации программы в дистанционном формате. Занятия проходят на площадке социальной сети ВКонтакте в сообществах объединений и на платформе Zoom. При разработке дистанционного занятия принимается во внимание изолированность учащихся. Учебные материалы сопровождаются необходимыми пояснениями и инструкциями. Предусмотрена консультационная зона, которая позволяет учащимся задавать вопросы

Воспитательная работа

Воспитательная работа построена с учётом ценностных установок: патриотизм,

гражданственность, социальная солидарность, семья, труд, творчество, природа, искусство, человечество, и ориентирована на современный национальный воспитательный идеал — высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа РФ.

Реализация процесса воспитания основывается на принципах взаимодействия субъектов образовательного процесса через создание детско-взрослых общностей, организации основных совместных дел, аксиологичности, системности, целесообразности и нешаблонности воспитания как условия его эффективности.

Общая цель воспитания - личностное развитие учащихся, проявляющееся:

- в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе общественных ценностей;
- в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям;
- в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике.

Воспитательная работа в рамках программы «Ступени+» реализуется в соответствии с календарным планом воспитательной работы, который разрабатывается на основе рабочей программы воспитания МБОУ ДО ШРДТ города Пензы им. Ю.Е. Яничкина и включает следующие направления:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся, выявление и поддержка талантливых детей и молодежи;
- духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры учащихся, профилактика экстремизма и радикализма в молодежной среде;
- социализация, самоопределение и профессиональная ориентация;
- формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и профилактической работы.

Направления воспитательной работы соотносятся с направленностью и содержанием образовательной программы «Ступени+».

Список литературы:
Литература для преподавателей

1. Бекина С. И. и др. Музыка и движение. М., 1983.
2. Брусницына А.Н. Воспитание танцевальной культуры школьников в хореографическом коллективе учреждений дополнительного образования детей: личностно-деятельностный подход / А. Н. Брусницына; Моск. гос. ун-т культуры и искусств. - Москва, 2007.
3. Бурмистрова И. Школа танца для юных / И. Бурмистрова, К. Силаева. - С-Пб.: Терция, 2003.
4. Валукин Е. П. Проблемы наследия в хореографическом искусстве М., 1992.
5. Говард Г. Техника европейских танцев. М.: Артис, 2003.
6. Грачев О. К. Физическая культура для детей». М.: «МарТ», 2005.
7. Кочетков А. Ф., Сычева Г. А., Климова А. С. 6 ступеней мастерства: авторская образовательная программа доп. образования детей. – М., 2005.
8. Красовская В. М. О классическом танце // Азбука классического танца / Н. Базарова, В. Мей. Л., 1983.
9. Лечебная физическая культура / под ред. С. Н. Попова. 3-е изд. М.: Академия, 2006.
10. Мессер А. М. Танец. Мысль. Время. М., 1990.
11. Неверкович С. Д., Хозяинов Г. И. Основы обучения и воспитания. М., 1997.
12. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта, или Что нужно знать, чтобы стать первым. М., 2000.
13. Семенова И. Е. Преподавание хореографических дисциплин для тренеров и исполнителей спортивных танцев. М.: РГАФК, 1999.
14. Слонимский Ю. В честь танца. М., 1988.
15. Современные балльные танцы / под. ред. В. М. Стриганова, В. И. Уральской. М.: Просвещение, 1979.
16. Спортивно-танцевальная классификация фигур и вариаций по программе сложности / под ред. В. Н. Савичкого. М.: РГАФК, 1996.
17. Тарасов Н. И. Классический танец. М., 1981.
18. У. Лэрд. Техника латиноамериканских танцев. Ч. 1, 2. М.: Артис, 2003.
19. Учебная программа по спортивным балльным танцам для культурно-досугового центра / сост. А. А. Ковалнко. М. 1995.
20. Филатов С. В. От образного слова – к выразительному движению. М., 1993.
21. Холфина С. Воспоминания классического балета. М., 1990.
22. Шульгина А. Балльные танцы с конца XIX века до наших дней / А. Шульгина. – ГИТИС, 2012

Литература для учащихся

1. Мессер А.М. Танец. Мысль. Время, М., 1990.
2. Базарова Н. П. Азбука классического танца / Н. П. Колодницкий, В. Л. Мей. - СПб.: 1998.
3. Боттомер П. Уроки танца / П. Боттомер. - М.: ЭКСМО, 2003.
4. Бурмистрова И. Школа танца для юных / И. Бурмистрова, К. Силаева. - С-Пб.: Терция, 2003 .

5. Гринберг Е. Я. Растем красивыми / Е. Я. Гринберг. - Новосибирск, 1992.
6. Е.П. Валукин Проблемы наследия в хореографическом искусстве, М., 1992.
7. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки / Е. И. Зуев. - М., 1990.
8. Рубштейн Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым», М., 2000.
9. Тарасов Н.И. Классический танец, М., 1981.
10. Пин Ю. С. Перспективные направления и формы обучения танцам / Ю. С. Пин. - С-Пб, 1995.
11. С.В. Филатов От образного слова - к выразительному движению, М., 1993.
12. С.И. Бекина и др. Музыка и движение, М., 1983.
13. Стриганов В. М. Современный балльный танец / В. М. Стриганов, В. И. Уральская. - М.: Просвещение, 1978.
14. Строганов В. М. Современный балльный танец / В. М. Строганов. - М., 1975.
15. Тарасов К. А. Классический танец / К. А. Тарасов. - М.: Просвещение, 1991.
16. Слонимский Ю. В честь танца, М., 1988.
17. Барышникова Т. М. Азбука хореографии / Т. М. Барышникова. - С.- Пб.: Респекс, 1996.

Электронные ресурсы

1. Ballroom Dance Teachers United: сайт. URL: <https://www.facebook.com/groups/ballroomunited/> (дата обращения – 05.05.2022).
2. Общероссийская программа возрождения танца как массовой культуры и спорта. URL: <https://www.facebook.com/groups/murlewttta/> (дата обращения – 05.05.2022).
3. Положение ФТСР о допустимых танцах и фигурах - www.ftsr.ru.
4. Союз танцевального спорта России: сайт. URL: <http://www.rusdsu.ru/> (дата обращения – 12.04.2016).