

Пояснительная записка

Человечество танцует с незапамятных времен, непрерывно рождая новые ритмы, новую музыку, новую пластику движений. В одном только XX веке появилось огромное количество танцевальных направлений, которые тут же находили как своих приверженцев, так и оппонентов. И тот, кто предан танцу, кто стремится к совершенству и вершинам танцевального Олимпа, знают, что красоте и легкости движений, артистичному и одухотворенному исполнению предшествует напряженная, кропотливая, с колоссальными затратами энергии работа.

С каждым годом растет авторитет России в танцевальном мире, появляются прекрасные дуэты международного уровня. С 1994 г. Россия стала полноправным членом IDSF и получила право участвовать в официальных чемпионатах Европы и мира. Данный факт послужил огромным стимулом для развития конкурсного танцевания не только среди взрослых, но и среди школьников. Не остались в стороне и петербургские танцоры, в том числе и воспитанники клуба «Ритм».

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Школа танцев» (далее, программа) клуба спортивного бального танца «Ритм» является обобщением 80-летнего педагогического опыта работы клуба, современных достижений в области бальной хореографии, традиций клуба в организации досуга учащихся, клубных массовых мероприятий и направлена на поддержку, популяризацию и развитие танцев категории «массовые виды спорта».

Массовый спорт - часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическое развитие граждан посредством проведения организованных занятий, а также участия в физкультурных мероприятиях, массовых спортивных и спортивно-зрелищных мероприятиях. Массовые спортивно-зрелищные мероприятия, официальные физкультурные мероприятия - мероприятия, проводимые с целью популяризации спортивных танцев (Европейской и Латиноамериканской программ), а также танцев Полька, Вару-вару, Сударушка или Русский лирический. Особенности танцевальных направлений, специфичные для данной программы представлены в Положении о массовом спорте общероссийской общественной организации «Всероссийская федерация танцевального спорта и акроботического рок-н-ролла». Уровни и требования к спортивному результату приведены в УМК к образовательной программе (Приложение №11).

Представленная программа может быть использована для обучения детей по направлению «Школа танца» в других танцевальных коллективах спортивного бального танца начального уровня обучения.

Направленность: художественная

Адресат программы

Программа предназначена для учащихся 6-11 лет, имеющих интерес к занятиям спортивными бальными танцами, успешно прошедших отбор в группы согласно уровню необходимой подготовки.

Актуальность программы:

Одной из задач, сформулированной в «Концепции развития дополнительного образования», является задача формирования «социокультурной среды свободного выбора различных видов деятельности, возможностей личностного и профессионального

самоопределение детей и подростков». Образовательная среда спортивного клуба «Ритм» - это спроектированное пространство для персонального развития, самоопределения и самореализации личности, предоставляющая учащимся возможность занятий спортом и сохранения здоровья и физического развития.

Программа отвечает потребностям современных детей и их родителей на занятия спортом и формирования установки на здоровый образ жизни. Многие годы коллектив пользуется повышенным детским и родительским спросом. Высокий спрос на занятия в клубе «Ритм» определяется не только интересом к бальным танцам, но и позитивной образовательной средой клуба, крепкими традициями коллектива, установкой на формирование культуры здорового образа жизни, а также высоким социальным и профессиональным статусом коллектива: клуб входит в ТОП 100 – лучших танцевальных клубов России.

Уровень освоения программы Базовый

Цель:

Формирование базовых танцевальных навыков и творческих способностей учащихся.

Задачи

Обучающие

- Владение основными видами движения (самостоятельно, в паре и в коллективе) ритмично и выразительно
- Освоение программы танцевального мастерства Н2+Полька, Н3, Н4, Н5,Н6 по программе «Массовый спорт»;
- Владение навыками танцевания, необходимыми для участия в соревнованиях по спортивным бальным танцам в категории «Массовый спорт»

Развивающие

- Формирование коммуникативной компетентности в соответствии с возрастными особенностями;
- Развитие творческих навыков, артистичности и выразительности движений.
- Адаптация в творческом коллективе.

Воспитательные

- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Формирование устойчивую мотивацию к занятиям танцами.
- Формирование личностных качеств, необходимых для успешного выступления (трудолюбие, ответственность, аккуратность, музыкальность, выносливость, координация, гибкость, терпение, дисциплинированность, упорство, целеустремленность, психологическая устойчивость,)

Условия реализации программы

Условия набора и формирование групп:

Для обучения по данной программе принимаются учащиеся, имеющие устойчивый интерес к занятиям танцами. При приеме на обучение учащиеся проходят предварительный творческий просмотр, с целью определения уровня подготовленности и сформированности творческих способностей. Это необходимо для распределения учащихся по группам. Учащиеся должны иметь медицинский допуск.

Требования к учащимся каждого года обучения:

- 1 год, учащиеся 6-9 лет:

Учащиеся не имеющие предварительной танцевальной подготовки, прошедшие творческие испытания, заключающиеся в выполнении тестовых заданиях на проверку чувства ритма и координации движений. Группы комплектуются парами, равными по количеству мальчиков и девочек, наполняемость в группе не менее 16 человек.

- 2 год – 7-10 лет

Учащиеся, успешно окончившие обучение по программе «Школа танцев» 1 год обучения. Все учащиеся должны пройти медицинское обследование в специализированном спортивном диспансере и получить допуск к занятиям. Группы комплектуются парами, равными по количеству мальчиков и девочек, наполняемость в группе не менее 12 человек.

- 3 год 8-11 лет

Обучаться по данной программе могут учащиеся 8-11 лет имеющие устойчивый интерес к занятиям спортивными бальными танцами, успешно окончивших обучение по программе «Школа танцев» 2 год, имеющих опыт выступления на конкурсах в категории «Массовый спорт». Группы комплектуются парами, равными по количеству мальчиков и девочек, наполняемость в группе не менее 10 человек.

Возможен дополнительный набор учащихся в течение учебного года на 1 и 2 и 3 годов обучения. Поступающие должны пройти предварительный творческий просмотр, с целью определения уровня подготовленности и творческих способностей для распределения по группам, иметь медицинский допуск.

Особенности организации образовательного процесса

Обучение по программе предполагает применение современных образовательных технологий. Это, в первую очередь, игровые и эдоровьесберегающие технологии, которые используются на занятиях регулярно.

Возраст учащихся

Данная Программа предназначена для учащихся 6-11 лет, прошедших обучение по программе клуба «Ритм» для младшего возраста и имеющих устойчивый интерес к танцам и танцеванию.

- 1 год – 6-9 лет
- 2 год – 7-10 лет
- 3 год 8-11 лет

Объем и срок освоения

- 1 год 144 часа
- 2 год 216 часов
- 3 год 216 часов

Режим занятий

Занятия проходятся:

1 год - 2 раза в неделю по 2 часа.

2 год - 3 раза в неделю по 2 часа.

3 год - 2 раза в неделю по 2 часа и 2 раза в неделю по 1 часу

Формы организации деятельности детей, используемые на занятиях:

групповые, индивидуально-групповые и коллективные.

Формы занятий: практическое занятие, лекция-визуализация, игра-путешествие, создание проектов, коллажей, викторины, конкурсы, экскурсии, занятие-праздник, ролевые игры, интегрированное занятие, мастер-класс.

Формы занятий

- Теоретическое занятие
- Практическое занятие
- Беседа
- Репетиция
- Зачет
- Открытые уроки
- Конкурсы
- Викторины, игры
- Соревнование
- Занятие-праздник
- Показательные выступления

Кадровое обеспечение

Для реализации программы используется следующий кадровый потенциал:

- Педагоги дополнительного образования специалисты в области бальной хореографии.
- Также в режиме социального партнерства возможно приглашение специалистов по спортивному бальному танцу, преподавателей высшей школы.

Материально-техническое обеспечение

- ✓ Танцевальный зал (паркет, зеркала) оснащенный мультимедийным оборудованием
- ✓ CD , DVD, MD проигрыватели
- ✓ Усилитель, микшерский пульт
- ✓ звуковые колонки
- ✓ музыкальные центры
- ✓ Электронный клавишный музыкальный инструмент
- ✓ Телевизор
- ✓ Видеокамеры
- ✓ Ноутбук, планшет
- ✓ Ксерокс, принтер
- ✓ Раздевалки
- ✓ Тренажер для фиксации позиции партнера в танцах европейской программы.

Также программой предусмотрено проведение праздников в Парадных залах Аничкова дворца и фойе КЗ «Карнавал».

Планируемые результаты.

Предметные результаты.

- Учащиеся овладеют основными видами движения (самостоятельно, в паре и в коллективе будут исполнять движения ритмично и выразительно)
- Освоение программы танцевального мастерства Н2+Полька, Н3, Н4, Н5,Н6 по программе «Массовый спорт»* (Требования к уровням танцевального мастерства см. в УМК Приложение № 11);
- Овладение навыками танцевания, необходимыми для участия в соревнованиях по спортивным бальным танцам в категории «Массовый спорт»

Метапредметные результаты

- Сформирована коммуникативная компетентность в соответствии с возрастными особенностями;
- Сформированы творческих навыков, артистичности и выразительности движений.
- Успешная адаптация в коллективе.

Личностные результаты

- Сформированы установки на здоровый образ жизни,
- Сформирована устойчивая мотивация к занятиям танцами.
- Сформированы личностные качества, необходимых для успешного выступления (трудолюбие, ответственность, самоконтроль).

**Учебный план
«Школа танцев» 1 год**

	Тема	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	2	2		Входной контроль. Педагогическое наблюдение
2	Элементы музыкальной грамоты	16	6	10	Тестовые задания Викторина
3	Танцевальная азбука	40	6	34	Задания на сформированность понятийного аппарата. Викторина <i>Тестовые задания</i>
4	Массовые танцы и музыкальные игры	26	4	22	Педагогическое наблюдение. Взаимооценка учащихся
5	Историко - бытовые танцы	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Взаимооценка учащихся
6	Отечественные танцы	4	1	3	Зачет
7	Европейская программа	16	4	12	Зачет
8	Латиноамериканская программа	24	6	18	Зачет
9	Праздники	6		6	Педагогическое наблюдение
10	Показательные выступления	6		6	Выполнение контрольных заданий
	Всего	144	30	114	

**Учебный план
«Школа танцев» 2 год.**

№	Название темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	2	2		Педагогическое наблюдение
2	Элементы музыкальной грамоты	12	4	8	Игровой тест
3	Танцевальная азбука	56	16	40	Игровой тест
4	Историко-бытовые и отечественные танцы	8	2	6	Взаимооценка учащихся
5	Спортивные танцы – европейская программа	40	10	30	Зачет
6	Спортивные танцы – латиноамериканская программа	54	14	40	Зачет
7	Праздники клуба	8		8	Педагогическое наблюдение
8	Выступления	36	2	34	Педагогическое наблюдение, Результаты конкурса
	ИТОГО	216	50	166	

**Учебный план
«Школа танцев» 3 год**

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие	2	2		Входной контроль Педагогическое наблюдение
2.	Элементы музыкальной грамоты	20	6	14	Тестовые задания на знание элементов музыкальной грамоты
3.	Танцевальная азбука	44	12	32	Задания на сформированность понятийного аппарата
4.	Спортивные танцы	94	12	82	Зачет
5.	Просмотр учебного видеоматериала	10	2	8	Фронтальный опрос
6.	Праздники и показательные выступления	10		10	Педагогическое наблюдение
7.	Конкурсы	36	6	30	Педагогическое наблюдение, Результаты конкурса.
	Всего	216 час.	40	176	

Рабочая программа «Школа танцев» 1 год

Задачи

Обучающие

- Научить исполнению простых танцевальных композиций под музыку, в различных ритмах, по одному и в паре.
- Научить ориентироваться в танцевальном зале: исполнять определенные танцы в центре зала и двигаться по линии танца в паре.
- Сформировать базовые знания и умения, необходимые для выступлений на уровне учреждения.

Развивающие

- Сформировать коммуникативные навыки для творческого взаимодействия в парах.
- Развить первичные природные возможности координации движений и чувства ритма.
- Сформировать основы самооценки и навыки простейшей рефлексии личностных достижений

Воспитательные

- Сформировать позитивное и ответственное отношение к занятиям танцами.
- Сформировать позитивное отношение к физическим упражнениям и нагрузкам.
- Работать над формированием личностных качеств, необходимых для успешного выступления (трудолюбие, аккуратность, координация)

Планируемые результаты

Предметные

- Сформированы навыки исполнения простых танцевальных композиций под музыку, в различных ритмах, по одному и в паре.
- Сформированы основы координации в пространстве, ориентации в танцевальном зале.
- Сформированы базовые знания и умения, необходимые для успешного выступления на уровне Учреждения.

Метапредметные

- Сформированы коммуникативные навыки для творческого взаимодействия в парах.
- Сформированы основы координации движений и чувства ритма.
- Сформированы основы самооценки и навыки простейшей рефлексии личностных достижений

Личностные

- Сформированы позитивное и ответственное отношение к занятиям.
- Сформировано позитивное отношение к физическим упражнениям и нагрузкам.
- Сформированы личностные качества, необходимые для успешного выступления (трудолюбие, аккуратность, музыкальность, терпение, дисциплинированность)

Особенности конкретного года обучения

Учащиеся начинают четко выполнять танцевальные движения под руководством и по требованию педагога, осознанно координировать движения под музыку по одному и паре. Учащиеся получают первые навыки выступления, участвуют в танцевальных учебных конкурсах.

Содержание программы «Школа танцев» 1 год

1. Вводное занятие

Теория Беседа по технике безопасности. Правила поведения во Дворце. Требования к внешнему виду учащихся.

2. Элементы музыкальной грамоты

Теория.

Элементы музыкальной грамоты: ритм, темп, динамика. Музыкальность и движение в динамике. Демонстрация всех элементов на клавишном электронном музыкальном инструменте.

Практика.

Отработка простейших движений, их сочетание с выразительными средствами музыки (темп, ритм, динамику). Отработка ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко/тихо), переход от быстрого темпа к медленному постепенно и, наоборот, через паузу. Работа над сильной долей такта, изменение движения в соответствии с музыкальными фразами.

3. Танцевальная азбука

Теория

Знакомство с упражнениями, направленными на развитие и совершенствование движений. Свобода владения телом. Принципы выразительности при выполнении основных видов естественных движений (ходьбы, подскоков, прыжков), освоение элементов танцев, обучение навыкам пространственной ориентации. Принципы упражнений на развитие чувства ритма, координации. Подробный и неоднократный разбор и демонстрация каждого действия.

Практика

Коллективно-порядковые упражнения

- Организованный вход в танцевальный зал.

Положение рук:

- руки свободно опущены
- руки на талии
- руки за платье
- руки за спину

- Построение, перестроение и передвижение в танцевальном зале в различных направлениях:

- по линиям
- по кругу и в круг
- по квадратам
- по диагоналям

Все перестроения могут быть исполнены на музыкальный размер 4/4; 2/4; 3/4.

- Используются различные виды шагов:

- шаги с носка, с каблука, на полупальцах, на внутренних и наружных ребрах стопы;
- легкий бег с носка и бег с подъемом колена вперед, с отбрасыванием ноги от колена назад;
- подскоки на месте и с продвижением
- танцевальный шаг
- шаг полонеза
- русский, переменный шаг

- тройной ход с ударом
- па галопа
- па шоссе
- па польки

- Знакомство с правилами ориентации в танцевальном зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене и к центру, против линии танца.

- Прыжки (по линиям):

- на двух ногах
- на одной ноге

с ноги на ногу

- типа «ножницы»

- Координационные упражнения рук для восстановления дыхания (одновременные и поочередные движения кистями).

- 7. Поклон.

Ритмические упражнения

- Хлопки в ладоши, соблюдая ритмический рисунок на музыкальный размере 4/4, 2/4, 3/4, акцентируя равные доли такта.

- Сочетание ритмических хлопков с разными видами

- танцевальных шагов

- прыжков

- движения рук, головы и корпуса.

Тренировочные упражнения

- Поклон (мальчика, девочки)

- Позиции ног (1-ая, 2-ая, 3-ая, 6-ая)

- Позиции рук (подготовительная, 1-я, 2-я, 3-я)

- Деми плие (по 1-й; 2-й; 3-й; 6-й позициям), с выдвиганием ноги вперед, в сторону, назад.

- Батман тандю с деми плие (по 1-й; 3-1 позициям вперед, в сторону, назад)

- Батман тандю с деми плие (по 1-й; 3-й позиции вперед, в сторону, назад)

- Батман тандю с сокращением стопы (по 1-й; 3-й позициям вперед, в сторону, назад).

- Батман тандю с деми плие (по 1-й; 3-й позициям вперед, в сторону, назад).

- Батман тандю с сокращением стопы (по 1-й; 3-й позициям вперед, в сторону, назад)

- Релеве (подъем на полупальцы по 1-й, 2-й, 3-й, 6-й позициям.

- Пор де бра (переводы рук)

- Наклоны (в сторону, вперед, назад) и повороты корпуса.

4. Массовые танцы и музыкальные игры

Теория

Главный принцип обучения: от простого к сложному. Массовые танцы, виды, основные движения. Правила исполнения основных танцевальных элементов. Сочетание отдельных элементов с музыкой, исполнение знакомых элементов в различных ритмах, разучивание и исполнение танцевальных элементов, законченная танцевальная композиция, ориентация в зале, умение танцевать в паре и группой, правила танцевальных игр.

Практика

Работа над осанкой, манерой исполнения, умением пригласить и красиво поблагодарить партнера за танец. Разучивание и исполнение массовых танцев, музыкальных игр. Игры на исполнении простых и более сложных танцевальных композиций, игровое разучивание массовых танцев. Каждое занятие - это новый танец, новая музыка, новые впечатления. Музыкальные игры для разрядки обстановки и снятия

усталости, отработка движений и ритмических рисунков, развитие координации движений, реакции, ориентации в зале.

Линейные танцы

«Зеленая дверь»

«Вару – вару»

Произвольные композиции диско.

Круговые массовые танцы

Судмалиняс

1,2,3 – хоровод

Парные массовые танцы

«Бесконечный»

«Большая прогулка»

«Вальс дружбы» – с переходом и без перехода

«Веселый вальс»

«Модный рок» – без перехода и с переходом

«Конькобежцы»

«Американская кадриль»

«Круговая кадриль»

«Русский» 4-ми

«Веселый рок-н-ролл»

Музыкальные игры

Танец сидя

«Полька 3-ми» -танец-игра

«Плетень»

«Коробочка»

«Снежный танец»

«Капканы»

«Упади»

«Запрещенное движение»

«Музей восковых фигур»

5. Историко-бытовые танцы

Теория.

Историко-бытовые танцы в атмосфере бала. Стиль, манера исполнения танцев в разные эпохи.

Практика

«Полонез» - польский национальный танец – шествие. Музыкальный размер 3/4 темп умеренный.

«Падеграс». Постановка Э.Филиппова. Музыкальный размер 4/4 темп умеренно медленный.

6. Отечественные танцы.

Теория

Элементы танцев своей страны и народных танцев других стран. Национальный колорит, манера исполнения, элементы народных танцев в балльных танцах, созданных на национальном материале.

Практика

Полька. Свободная композиция, построенная на простейших танцевальных элементах. Музыкальный размер 2/4.

Танец конькобежцев. Постановка танца Н.Гавликовского.

Танец состоит из двух фигур, занимая 4 такта музыки. Музыкальный размер 4/4, темп. Возможно исполнение с переходом.

7.Европейская программа

Теория

Знакомство с основами: ритм, основной шаг. Правильная осанка, постановка рук, головы, правильные мышечные ощущения в корпусе. Исполнение танцевальных элементов в паре – только в учебной позиции.

Практика

Фокстрот (для начинающих). Исполняется в медленном и быстром темпе. Изучение этого танца дает подготовку для освоения квикстепа (быстрого фокстрота). Фокстрот относится к танцам, которые не имеют установленной последовательности фигур.

Танец построен на простых шагах, тройных шагах и «шоссе», сочетающихся с поворотами в различных направлениях на $\frac{1}{4}$. Исполняется фокстрот плавно и легко. Музыкальный размер 4/4. Количество тактов музыкального сопровождения произвольное – от 32 -34 до 48 т/м.

Медленный вальс (английский вальс). Обязательное исполнение подъема на полупальцы и опускания на всю ступню. Исполняя шаг, необходимо проводить ногу через 6-ую позицию. На протяжении всего танца та или иная часть ступни должна быть в контакте с полом.

Музыкальный размер $\frac{3}{4}$, акцент на первую и третью четверть такта, темп 32-43 т/м

- перемена вперед
- перемена назад
- правый поворот
- левый поворот

по одному и в паре в учебной позиции.

8. Латиноамериканская программа

Ритмический рисунок латиноамериканских танцев (далее по тексту LA). Различные ритмические упражнения и элементарные танцевальные движения: хлопки, притопы, прыжки, шоссе, шаги и т.д. - изучение основ LA.

Необходимо добиваться естественного исполнения основного движения в работе ног и корпуса, бедер.

Ча-ча-ча – основное движение самый простой ритмический рисунок: $\frac{1}{4}$; $\frac{1}{4}$; $\frac{1}{8}$; $\frac{1}{8}$; $\frac{1}{4}$. Это занимает 1 такт музыкального сопровождения

- пересечение /вправо
- рука к руке / влево
- повороты/разучивание танцевальной композиции в паре.

Самба-основное движение; виск.

Джайв -основное движение.

9. Праздники.

Практика

Подготовка и участие в традиционных праздниках клуба:

Декабрь: «День рождения клуба»

Март: «Первые шаги» танцевальный праздник-конкурс с родителями.

Апрель: «Заккрытие танцевального сезона»

10.Показательные выступления.

Практика: Показательные выступления перед родителями, педагогами клуба. Выполнение тестовых заданий по базовым фигурам и основным шагам.

Рабочая программа «Школа танцев» 2 год

Задачи

Обучающие

- Сформировать навыки танцевального мастерства Н2+Полька, Н3, Н4 по программе «Массовый спорт»;
- Сформировать базовые знания и умения, необходимые для выступления на уровне учреждения.

Развивающие

- Сформировать коммуникативные навыки, культуру общения и взаимоуважительного отношения в паре и в группе.
- Развить физические возможности учащихся для освоения танцевания уровня Н4, Н5 по программе «Массовый спорт» СТСР.
- Сформировать навыки запоминания танцевальных фигур в различной последовательности и конфигурации.

Воспитательные

- Сформировать серьезное, осознанное отношение к тренировочному и соревновательному.
- Сформировать установки на здоровый образ жизни.
- Работать над формированием личностных качеств, необходимых для успешного выступления (трудолюбие, ответственность, аккуратность, музыкальность, выносливость, координация, гибкость, терпение, дисциплинированность, упорство)

Планируемые результаты

Задачи

Обучающие

- Сформированы навыки танцевального мастерства Н2+Полька, Н3, Н4 по программе «Массовый спорт»;
- Сформированы базовые знания и умения, необходимые для выступления на уровне учреждения.

Развивающие

- Сформированы коммуникативные навыки, культура общения и взаимоуважительного отношения в паре и в группе.
- Сформированы физические возможности учащихся для освоения танцевания уровня Н4, Н5 по программе «Массовый спорт» СТСР.
- Сформированы навыки запоминания танцевальных фигур в различной последовательности и конфигурации.

Воспитательные

- Сформировано серьезное, осознанное отношение к тренировочному и соревновательному.
- Сформированы установки на здоровый образ жизни.
- Сформированы личностные качества, необходимые для успешного выступления (трудолюбие, ответственность, аккуратность, музыкальность, выносливость, координация, гибкость, терпение, дисциплинированность, упорство)

Содержание программы

«Школа танцев 2 год»

1. Вводное занятие.

Теория.

Беседа по технике безопасности. Правила поведения во Дворце. Требования к внешнему виду учащихся.

2. Элементы музыкальной грамоты.

Упражнения этого раздела способствуют формированию чувства ритма, развитию музыкальной памяти,

Теория.

Синкопированный ритм, метр(сильная и слабая доля такта), музыкальная фраза, развитие музыкальной памяти, мелодического и гармонического слуха.

Слушание и разбор музыкальных фрагментов. Прослушивание специально подобранных фонограммам с ритмически выразительными мелодиями и яркой гармонической поддержкой..

Практика.

Упражнения на отработку ритмических движений в соответствии с различным характером музыки, в соответствии с музыкальными фразами. Ритмические упражнения с набором чередующихся танцевальных шагов, прыжков, движений рук, головы, корпуса.

3. Танцевальная азбука

Теория.

Специфика движений классических, народно - характерных танцев, основных танцевальных шагов. Знакомство с направлениями движения в зале (по и против линии танца, диагоналям), с ориентирование в пространстве, передвижение по танцевальной площадке согласно определенному рисунку по одному и в паре.

Практика.

Тренировочные упражнения на различные групп мышц, помогающие улучшить осанку, усилить выразительность исполнения элементов хореографии, эффективнее освоить элементы танцев и согласовать их с музыкой:

- Упражнения для разминки.
- Ритмические упражнения.
- Координационные упражнения.
- Тренировочные упражнения.
- Упражнения для развития пространственной ориентации в танцевальном зале.

4. Историко-бытовые и отечественные танцы

Теория.

Знакомство с историей возникновения танцев, особенностями техники, стиля и манеры их исполнения, костюмами. Пластические возможности музыкально и выразительно передавать стиль эпохи и национальный характер родины танца.

Практика.

Разучивание отечественных и историко-бытовых танцев согласно программе курса: «Миньон», «Сударушка», «Карнавальная полька», «Рилио».

Отработка композиционной последовательности, развитие зрительной и мышечной памяти, выразительности движений рук, выворотности и красивой линии ног, умение танцевать корпусом:

«Миньон» -автор Гавликовский Н.Л.. Танец создан в конце 19 века. Музыкальный размер 3/4

«Сударушка». Авторская композиция . Хореография А.Тарасова. Музыкальный размер 2/4.

«Карнавальная полька». Постановка И.Маркина и В.Смирнова

Музыкальный размер 2/4, темп умеренно быстрый.

«Рилио». Постановка А.Генейтис, музыка Вайткевичюс. Музыкальный размер 4/4.

5. Спортивные танцы. Европейская программа.

Теория.

Основные позиции рук, ног, ступней, корпуса (мужского, женского), направлений движения по отношению к залу (линии танца): основные, промежуточные. Знакомство с видами баланса (индивидуального, дуэтного) и специальными тренировочными упражнениями для формирования грамотного, естественного основного движения и согласованного движения в паре.

Практика.

Упражнения на развитие физических кондиций, функциональной выносливости, пластики, координации. Выполнение комплекса общеразвивающих упражнений интенсивного тренажа. Разучивание и отработка конкурсных композиций в латиноамериканской и европейской программах. Танцевальные программы Н2 + полька, Н3, Н4 по программе «Массовый спорт» в соответствии с правилами СТСП:

«Медленный вальс»

Правый поворот,

Левый поворот,

Перемены с правой и левой ноги,

Виск,

Шоссе.

«Квикстеп»

Четвертные повороты;

Локстеп вперед, назад;

6. Спортивные танцы. Латиноамериканская программа.

Теория

Понятие презентации, артистичности, выразительности исполнения танцев в танцевальном спорте. Принципы ведения и взаимодействия в паре.

Практика

Комплекс упражнений с учетом особенностей работы стоп, коленей, бедер, хореография рук, этнические особенности характерного исполнения танцев. Тренаж: разучивание и отработка комбинаций фигур. Освоение танцевальной программы Н2 + полька, Н3, Н4 по программе «Массовый спорт» в соответствии с правилами СТСП:

«Самба»

Стационарный сама ход

Виск вправо, влево

Прогрессивный сама ход

Бота-фого

Вольта

«Ча-ча-ча»

Нью-йорк

Рука к руке

Три ча-ча

Спот поворот

«Джайв»

Смена мест

Смена рук за спиной

Американский спин

Стой, иди

Отработка выразительности, согласованности с музыкой, навыков пространственной ориентации, движение в парах в учебной и основной позиции.

7. Праздники клуба

Практика.

Подготовка и участие в традиционных праздниках клуба:

Декабрь: «День рождения клуба»

Март: «Первые шаги» танцевальный праздник-конкурс с родителями.

Апрель: «Заккрытие танцевального сезона».

9. Выступления на конкурсах.

Теория.

Изучение правил участия в конкурсах для начинающих спортсменов по программе «Массовый спорт».

Чтение и разъяснение правил допустимых фигур и спортивного костюма в соответствии с правилами СТСР.

Практика.

Участие в конкурсах по спортивным бальным танцам Н2+ полька, Н3, Н4, по программе «Массовый спорт» проводимых согласно графикам турниров СФТС СПб .

Рабочая программа «Школа танцев» 3 год

Задачи

Обучающие

- Формирование теоретических и практических знаний в области бальной хореографии на уровне ступеней Н5 и Н6.
- Сформировать знания по правилам участия в соревнованиях по спортивным бальным танцам уровня Н5 и Н6, в городских конкурсах в открытой группе «Н» + «Е» класс

Развивающие

- Формирование коммуникативной компетентности в соответствии с возрастными особенностями;
- Способствовать социальной адаптации.
- Сформировать творческие навыки, артистичности и выразительности движений.

Воспитательные

- Сформировать личностные качества, необходимые для успешного выступления (трудолюбие, ответственность, аккуратность, музыкальность, выносливость, координация, гибкость, терпение, дисциплинированность, упорство, целеустремленность, психологическая устойчивость).
- Сформировать культуру здорового и безопасного образа жизни.
- Формирование культуры общения и поведения.

Планируемые результаты.

Задачи

Обучающие

- Сформированы теоретические и практические знания в области бальной хореографии на уровне ступеней Н5 и Н6.
- Сформированы знания по правилам участия в соревнованиях по спортивным бальным танцам уровня Н5 и Н6, в городских конкурсах в открытой группе «Н» + «Е» класс

Метапредметные

- Сформирована коммуникативная компетентность в соответствии с возрастными особенностями;
- Достигнута адаптация в коллективе и социуме.
- Сформированы творческие навыки, артистичность и выразительность движений.

Личностные

- Сформированы личностные качества, необходимые для успешного выступления (трудолюбие, ответственность, аккуратность, музыкальность, выносливость, координация, гибкость, терпение, дисциплинированность, упорство, целеустремленность, психологическая устойчивость).
- Сформирована культура здорового и безопасного образа жизни.
- Сформированы культура общения и поведения.

Особенности конкретного года обучения

Учащиеся начинают стабильно танцевать в определенной паре и начинают принимать участие в конкурсах по программе СВД (Спорт Высших Достижений)

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория

Беседа по технике безопасности. Правила поведения во Дворце. Требования к внешнему виду учащихся. План мероприятий на учебный год.

2. Элементы музыкальной грамоты.

Теория: обзор ритмических построений (формул) в танцах по классификации

- Музыкальная фраза,
- Сильной и слабой ее долей,
- Музыкальный размер.

Практика: Выполнение упражнений на освоение ритмов танцев по классификации Н5 и Н6, разучивание танцев, способствующих овладению конкурсными программами.

3. Танцевальная азбука.

Теория. Изучение каталога основных фигур в европейской и латиноамериканской программах в рамках Н5 и Н6. Знакомство с техникой исполнения основных шагов.

Практика: Работа над базовыми элементами танца и основных шагов. Отработка основных, базовых фигур в европейской и латиноамериканской программах согласно каталогу фигур.

4. Спортивные танцы

Теория: Постановка в пару, формирование грамотного, естественного основного движения, специфика взаимодействия в паре.

Практика: Разучивание учебно-тренировочных соединений для отработки грамотной ориентации в зале. Разучивание и отработка конкурсных композиций в Латиноамериканской и Европейской программах. Работа над развитием физических кондиций, пластики, выносливости. Освоение танцевальной программы Н5 и Н6, согласно правилам ограничения фигур по классам.

- *Европейская программа:*

- «Медленный вальс»
- «Венский вальс»
- «Квикстеп»

- *Латиноамериканская программа:*

- «Самба»
- «Ча-ча-ча»
- «Джайв»

5. Просмотр учебного видеоматериала

Теория.

Разбор и анализ материалов учебных фильмов для знакомства с:

- каталогом фигур в исполнении лучших танцевальных пар мира;
- техникой исполнения основных шагов;
- конкурсными выступлениями учащихся с анализом ошибок;
- конкурсными выступлениями чемпионатов и первенств России в группах Дети1 и Дети2.

Практика. Экспертиза, самооценка, рефлексия.

6. Праздники и показательные выступления

Практика.

Подготовка и участие в традиционных праздниках клуба и выступлениях:

Декабрь: «День рождения клуба»

Март: «Первые шаги» танцевальный праздник-конкурс с родителями.

Апрель: «Закрытие танцевального сезона»

7. Конкурсы

Теория.

Правила участия в конкурсах Российского уровня. Разъяснение правил спортивного костюма.

Практика: Участие в конкурсах по спортивным бальным танцам в Санкт-Петербурге согласно графику турниров ФТССПб, СТСП

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

год обучения	дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	02.09.19	18.05.20	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
2	04.09.19	20.05.20	36	72	216	3 раза в неделю по 2 часа
3	01.09.19	24.05.20	36		216	2 раза в неделю по 1 часу и 2 раза в неделю по 2 часа

Методические материалы

Для успешной реализации программы и достижения желаемого результата, в образовательной процессе широко используются игровые, здоровьесберегающие и информационно-коммуникационные технологии.

1. Игровые технологии.

При больших физических нагрузках учащихся, проходящих обучение по программе, игра является элементом разрядки, переключения, а также упрощения в процессе многочисленного повторения и отработки отдельных танцевальных элементов. Для этого широко используются танцевальные игры. Игра – хороший стимул в достижении успеха там, где порой оказываются неэффективными многочисленные традиционные упражнения. Занятие с использованием танцевальных игр становится незабываемым путешествием в мир танца, дает возможность не только сильным, но и слабым ученикам проявить свой творческий потенциал. Даже самый незначительный успех – огромный шаг на пути развития. Игра влияет на развитие познавательной активности. Она таит в себе огромное нравственное начало, так как делает труд радостным, творческим и увлекательным.

Игровая форма занятий дает возможность развить ориентацию в зале, внимание, чувство ритма, координацию движений, взаимодействие в паре, быстроту реакции. Игра снимает напряжение, дает возможность детям отдохнуть, опосредовано переключить их внимание на другую тему на занятиях. При помощи игровых приемов и ситуаций, которые выступают как средство побуждения, стимулирования учащихся к учебной деятельности, достигается высокий образовательный результат.

2. Здоровьесберегающие образовательные технологии - это совокупность психолого-педагогических приемов, методов, форм и упражнений, которые направлены на формирование культуры здорового образа жизни и поведения, воспитание культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Бальные танцы сегодня признанный вид спорта. Поскольку спортсмены испытывают большие физические нагрузки, формирование основ здорового образа жизни и культуры здоровьесбережения является основой их спортивной успешности. Для этого в программе используются следующие методы и формы:

здоровье сберегающие (обеспечение стабильной и постепенно возрастающей двигательной активности), оздоровительные (ежедневная физическая подготовка и гимнастика), теоретическое обучение основам здоровья (включение соответствующих тем на занятиях, концентрация внимания учащихся на особенностях здоровьесберегающего танцевания), формирование культуры здорового досуга (клубные мероприятия, участие в конкурсах, учебно-тренировочные сборы и т.д.)

При построении занятия с позиции здоровьесберегающих технологий педагог придерживается основных правил.

Правило 1. Правильная организация занятия. Правило 2. Использование каналов восприятия (аудиальное; визуальное; кинестетическое).

Правило 3. Распределение интенсивности умственной деятельности - 5-25-я минута — 80%; - 25-35-я минута — 60-40%; - 35-40-я минута — 10%. Правило 4. Снятие эмоционального напряжения. Правило 5. Создание благоприятного психологического климата на занятиях.

Правило 6. Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.

3. Информационно-коммуникативные технологии

Информационно-коммуникативные технологии – это особая составляющая образовательной среды клуба «Ритм». Просмотр видеofilьмов с выступлений и соревнований, прослушивание музыкальных ритмов, презентации, демонстрирующие специфику движений разных танцевальных школ и направлений и даже возможность заснять и посмотреть со стороны на собственное выступление, позволяет формировать у учащихся навыки

экспертизы, самоанализа и самооценки, рефлексии собственных возможностей и поиска путей работы над собственными недостатками.

Оценочные материалы

Формы выявления и предъявления результата

- Конкурсы. Соревнования. Концерты. Викторина. Праздничные мероприятия
- Анализ мероприятий. Наблюдение. Анализ результатов участия детей в мероприятиях, в социально-значимой деятельности.
- Выполнение контрольных упражнений.
- Тестирование. Опрос. Зачет
- Собеседование.
- Самооценка обучающихся. Взаимоаттестация
- Диагностические игры. Анкетирование

Формы фиксации результата

- Информационные карты.
- Портфолио достижений учащихся.
- Фото-видеозапись.

Система контроля результативности освоения учащимися программы

Виды	Формы и методы	Периодичность
Входной	-конкурсный просмотр абитуриентов -анкетирование родителей -собеседование	1 раз в год
Текущий	-наблюдение -практические задания -опрос (освоение теоретического материала) -анализ результатов конкурсных выступлений учащихся на городских конкурсах -индивидуальные беседы с учащимися и родителями.	Ежеурочно 1 раз в месяц 1 раз в месяц 1 раз в 2 месяца еженедельно
Промежуточный	-открытый урок , -анкетирование родителей и учащихся	1 раз в п/г 1 раз в год
Итоговый	-зачет (итоговый урок , тестирование) -анкетирование учащихся и родителей	1 раз в год

Приложение № 2.
Бланк протокола отбора в группу «Школа танцев»
1 год обучения 20 / учебный год.

Педагог:

№	ФИО	Ритмические отхлопывания 2/4,3/4,4/4	Марш 4/4, подскоки, прыжки	Чередование прыжков, подскоков хлопков, шагов по кругу	Танцевальная композиция	Внешний вид	Медицинский допуск
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							
13.							
14.							
15.							
16.							
17.							
18.							
19.							
20.							
21.							
22.							
23.							
24.							
25.							
26.							
27.							
28.							
29.							
30.							

Число

Подпись

На основании данных этой таблицы педагог формирует группу 1 обучения года «Школы танцев.».

Приложение № 3.
Бланк протокола отбора в группу «Школа танцев»

2 и 3 год обучения.

Педагог:

№ п/п	ФИО	Уровень танцевания	Медл. вальс	Квик степ	Самба	Чачача	Джайв	Медицинский допуск
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								
11.								
12.								
13.								
14.								
15.								
16.								
17.								
18.								
19.								
20.								
21.								
22.								
23.								
24.								
25.								

Число

Подпись

На основании данных этой таблицы педагог формирует группу 2 и 3 обучения года «Школы танцев».

Приложение № 4.
ИТОГИ КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫХ ИСПЫТАНИЙ
«ШКОЛА ТАНЦЕВ 2 и 3 год » «20__-20__ уч. год.

Группа № _____

Ф.И.	Медленный вальс	Фокстрот от Квикстеп	Самба	Ча-ча-ча	Джайв	Участие в конкурсах и праздниках	Итог
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							
13.							
14.							
15.							

Педагог: _____

На контрольно- переводных испытаниях, во время зачетного занятия, учащимся предлагается исполнить основные шаги, движения и фигуры в ритме конкретного танца. Во время испытаний учащийся получает оценку по трех бальной системе: 3 балла - хорошо; 2 балла – удовлетворительно; 1 балл – не удовлетворительно. По итогам испытаний принимается решение об уровне освоения каждым учащимся учебной программы и переводом его на следующий курс обучения. Учащиеся, набравшие за испытания в сумме 12 баллов и более, зачет сдали и переходят на обучение по следующей программе. В случае не сдачи зачета учащимся, рекомендуется курс повторить.

Приложение № 5.
Информационная карта
Результаты освоения учащимися образовательной программы «Школа танцев»
20 / 20 учебный год.

Группа:

Педагог:

№	Фамилия имя	Участие в праздниках, показательных выступлениях	Количество конкурсов в категории массовый спорт	Присвоен класс	Присвоен спортивный разряд
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					
13.					
14.					
15.					

Число

Подпись

Приложение № 6.
ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ КЛУБА СПОРТИВНОГО БАЛЬНОГО ТАНЦА
«РИТМ» СДЮСШОР №1 В РАМКАХ ЕЖЕГОДНОЙ ЦИКЛОГРАММЫ

Месяц	Формы работы
Сентябрь	<ul style="list-style-type: none"> - Запись детей в клуб. Индивидуальные беседы с родителями. - Родительское собрание учащихся 1 года обучения. «Школа танцев», «Ритмика», «Музыкально-ритмическое развитие и основы хореографии». - Родительское собрание учащихся 2 года обучения «Школа танцев» и групп «Спортивного бального танца» 3-10 годов обучения. - Индивидуальные консультации с родителями.
Октябрь	<ul style="list-style-type: none"> - Групповые консультации с родителями по организации выездов на конкурсы в России и за рубежом. - Родительское собрание учащихся выезжающих на учебно-тренировочные сборы в з/ц «Зеркальный» на весенние каникулы. - Индивидуальные консультации с родителями.
Ноябрь	<ul style="list-style-type: none"> - Открытые уроки для родителей. - Групповые консультации по подготовке ко Дню рождения клуба. - Индивидуальные консультации с родителями.
Декабрь	<ul style="list-style-type: none"> - Традиционный праздник клуба «День рождения КЮЗ - Ритм» - Итоговые уроки 1 полугодия и Новогодние праздники с участием родителей. - Родительское собрание учащихся выезжающих на учебно-тренировочные сборы в з/ц «Зеркальный» на зимние каникулы. - Индивидуальные консультации с родителями.
Январь	<ul style="list-style-type: none"> - Групповые и индивидуальные и консультации для родителей по подготовке детей к Чемпионату ФТС СПб. Мастер –класс по прическам и макияжу, согласно правилам СТСР.
Февраль	<ul style="list-style-type: none"> - Праздник «Первые шаги» для учащихся 1 года обучения «Школа танцев» с танцевальными конкурсами для родителей. - Индивидуальные консультации с родителями.
Март	<ul style="list-style-type: none"> - Открытые уроки для родителей. - Индивидуальные консультации с родителями.
Апрель	<ul style="list-style-type: none"> - Индивидуальные и групповые консультации с родителями по подготовке к итоговому празднику клуба. - Традиционный праздник клуба «Закрытие сезона» для детей с родителями. Финал танцевального конкурса с родителями «Первые шаги». Поздравления «Звезд Дворца» и выпускников.
Май	<ul style="list-style-type: none"> - Итоговые годовые открытые и зачетные уроки. - Итоговые родительские собрания по группам. - Родительские собрания по выездам на летние учебно-тренировочные сборы в з/ц «Зеркальный», ДОЛ «Чайка» выездов на соревнования в России и за рубежом.

Приложение № 7.
**ПЛАН РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ УЧАЩИХСЯ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ КЛУБА
СПОРТИВНОГО БАЛЬНОГО ТАНЦА «РИТМ»**

1. Знакомство с педагогами клуба.
2. Краткое знакомство с историей и традициями клуба.
3. Краткое знакомство с образовательными программами клуба «РИТМ».
4. Правила поведения учащихся во Дворце творчества юных.
5. Правила техники безопасности при проведении занятий по спортивным танцам
6. Оформление медицинской справки 086, для представления в медицинский кабинет СДЮСШОР№1 и получения допуска врача.
7. Правила оформления договоров на оказание образовательных услуг во Дворце (бюджетные и платные группы). Правила расторжения договоров.
8. Правила и сроки отплаты обучения в платных группах.
9. Представление списка необходимого клубу материально- технического оснащения в данном учебном году. Правила оформления договоров добровольного пожертвования и договоров на охрану.
10. Расписание учебных занятий групп 1 года обучения на учебный год.
11. Форма одежды для учебных занятий, конкурсных выступлений согласно правилам СТСР.
12. График массовых мероприятий для учащихся и родителей на учебный год.
13. График открытых, итоговых уроков, родительских собраний на учебный год.
14. Индивидуальные консультации с родителями: периодичность, темы.
15. Ответы на вопросы родителей.
16. Индивидуальные вопросы родителей к педагогам групп 1 года обучения.
17. График массовых мероприятий для учащихся и родителей на учебный год.
18. График открытых, итоговых уроков, родительских собраний на учебный год.
19. Индивидуальные консультации с родителями: периодичность, темы.
20. Ответы на вопросы родителей.
21. Индивидуальные вопросы родителей к педагогам групп 1 года обучения.

Приложение № 8.
ПЛАН РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ УЧАЩИХСЯ
«Школа танцев» 2 год

1. Расписание учебных занятий на учебный год.
2. Правила поведения учащихся во Дворце творчества юных.
 - а. Правила техники безопасности при проведении занятий по спортивным бальным танцам и хореографии.
3. Знакомство с «Дополнительной образовательной общеразвивающей программой Школа танцев».
4. Расписание занятий в бассейне..
5. Правила оформления договоров на оказание образовательных услуг во Дворце (бюджетные и платные группы). Правила расторжения договоров.
6. Правила и сроки оплаты обучения в платных группах.
7. Представление списка необходимого клубу материально-технического оснащения и командировок в данном учебном году. Правила оформления договоров добровольного пожертвования и договоров на охрану.
8. График контрольных и итоговых уроков.
9. План массовых мероприятий клуба «Ритм» для учащихся и родителей на учебный год.
10. Участие в конкурсах ФТССПб в категории массовый спорт. График конкурсов на 1 полугодие.
11. Правила ограничения фигур и спортивного костюма СТСР..
12. Организация учебно-тренировочных сборов и выездов на конкурсы для учащихся 2-10 годов обучения.
13. Индивидуальные консультации с родителями: периодичность, темы.
14. Ответы на вопросы родителей.
15. Индивидуальные вопросы родителей к педагогам клуба.

Приложение № 9.
ПЛАН РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ УЧАЩИХСЯ КЛУБА «РИТМ»
«Школа танцев» 3 год

1. Расписание учебных занятий на учебный год.
2. Правила поведения учащихся во Дворце творчества юных.
3. Правила техники безопасности при проведении занятий по спортивным бальным танцам и хореографии.
4. Расписание занятий в бассейне.
5. Оформление договоров на оказание образовательных услуг (бюджетные группы).
6. Диспансеризация учащихся. Оформление специальных медицинских страховок.
7. Представление списка необходимого клубу материально-технического оснащения и командировок в данном учебном году. Правила оформления договоров добровольного пожертвования и договоров на охрану.
8. График контрольных и итоговых уроков.
9. План массовых мероприятий клуба «Ритм» для учащихся и родителей на учебный год.0
10. Участие в конкурсах ФТССПб. График конкурсов на 1 полугодие.
11. Правила ограничения фигур и спортивного костюма СТСР.
12. График выездных турниров в России и за рубежом.
13. График выездов на учебно-тренировочные сборы в течении учебного года в з/ц «Зеркальный».
14. Индивидуальные консультации с родителями: периодичность, темы.
15. Ответы на вопросы родителей.
16. Индивидуальные вопросы родителей к педагогам клуба

Приложение № 10.
АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
Уважаемые родители!

Для повышения эффективности нашей работы просим Вас принять участие в опросе.

- ✓ Что Вы ожидаете для своего ребенка от его занятий? (нужное отметить)
- ✓ Приобретение определенных умений
- ✓ Возможность участия в соревнованиях
- ✓ Познание себя и своих возможностей
- ✓ Возможность участия в поездках
- ✓ Расширение кругозора
- ✓ Возможность получения Свидетельства о дополнительном образовании
- ✓ Приобретение новых друзей
- ✓ Возможность творчества
- ✓ Занятость в свободное время
- ✓ Профессиональные знания и умения

Возраст ребенка _____ пол: мужской, женский(нужно подчеркнуть)
Сколько лет ребенок занимается в объединении? _____

**Приложение №11.
Стартовые группы**

Программа, с которой выступают участники, определяется принадлежностью к стартовой группе согласно таблице.

Стартовая группа	Количество танцев	Перечень танцев*
Н-2(1+1) Хобби-2	2	МВ, Ч
Н-3	3	МВ, Ч, Полька
Н-3(1+2) Хобби-3	3	МВ, С, Ч
Н-4(1+3)	4	МВ, С, Ч, Д
Н-4(2+2) Хобби-4	4	МВ, БФ, С, Ч
Н-5 Хобби-5	5	МВ, БФ, С, Ч, Д
Н-6 Хобби-6	6	МВ, ВВ, БФ, С, Ч, Д
Хобби-8	8	МВ, Т, ВВ, БФ, С, Ч, Р, Д
Хобби-10	10	МВ, Т, ВВ, МФ, БФ, С, Ч, Р, П, Д

* МВ - Медленный вальс

Т - Танго

ВВ - Венский вальс

МФ - Медленный фокстрот

БФ - Быстрый фокстрот

С - Самба

Ч - Ча-ча-ча

Р - Румба

П - Пасодобль

Д - Джайв

Литература для педагогов:

1. Андерсон Боб «Растяжка для поддержания гибкости мышц и суставов»- М.,2007.
2. Бабанский, Ю. К. Методические основы оптимизации учебно - воспитательного процесса [Текст] / Ю. К. Бабанский. – М., 1982.
3. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность.- М.,1987.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца.-Л.: Искусство, 1963
5. Диментман И.М Методическое пособие для учителей балетных танцев М.: Искусство 1967
6. Дубровский В «Гигиена физического воспитания и спорта» -«Владос» 2003.
7. Звездочкин В.А. Классический танец.-М. Феникс, 2005.
8. Кроповницкий О.В. «Психология подростка. Тренинг личностного роста»- М.,2001. Кузнецов А.Ю. «Анатомия фитнеса. 2-е издание»- М., 200
9. Лаерд. Б «Техника исполнения латиноамериканских танцев»- Лондон, Неоднократное переиздание. 2014.
10. Положение СТСР о допустимых танцах и фигурах.- М. 2012.
11. Правила спортивного костюма СТСР. М.,2014.
12. Правила проведения соревнований по программе «Массовый спорт» М. 2014.
13. Полятков С.С. Основы современного танца.-Ростов-на-дону: Феникс, 2005.
14. Руднева С., Фин Э. «Балетные танцы» М.: Просвещение. 1970.
15. РудневаС., Фин Э., «Музыкальное движение» М.: Просвещение. 1972.
16. Рябчиков А. Методические рекомендации по работе со спортивными парами.- Кафедра гимнастики РГПУ им. А.И. Герцена-СПб ., 2003.
17. Сборник нормативных документов. Составитель исполком Союза танцевального спорта России.- М., ЗАО ФИД Деловой экспресс. 2010.
18. Соколова, О. А. Здоровьесберегающие образовательные технологии [Электронный ресурс] / О. А. Соколова. – Режим доступа : <http://www.shkolnymir.info/>.
19. ТуртоваТ., Беликова А., Цветная О. Учить детей танцевать. Гуманитарный издательский центр «Владос».-М. 2003.
20. Ткаченко Т. Народный танец.-М.: Искусство,1967.
21. Ховард Г. «Техника исполнения европейских танцев» - Лондон. Новое издание.2011.
22. ШипилинаИ.А.Хореография в спорте.-Ростов-на-дону: Феникс, 2005.
23. Видео фильмы: «Шедевры мирового балетного искусства».ООО «Минелла»
24. Диментман И.М Методическое пособие для учителей балетных танцев М.: Искусство 1967

Литература для учащихся и родителей:

1. Базарова Н.П., Мей Б.П. Азбука классического танца.-Л.:Искусство, 1983.
2. Дубровский В «Гигиена физического воспитания и спорта» -«Владос» 2003.
3. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. «Твое здоровье» - СПб., Акцент, 2003
4. Иванова О. Детские праздники в школе, оздоровительном лагере, дома. – М.,
5. Малов В.И. « Сто великих спортивных достижений»- М., Вече, 2007.
6. Основы европейских и латиноамериканских танцев. – Т. Артис, 2003.
7. Положение СТСР о допустимых танцах и фигурах.- М. 2012.
8. Правила проведения соревнований по программе «Массовый спорт» М. 2014.

9. Правила спортивного костюма СТСР. М.,2014.
10. Рубинштейн Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым»,- М., Просвещение, 2000.
11. Худенков С.Н. «Всеобщая история танца» - М.,Эксмо, 2006.

Электронные ресурсы

- <https://www.minsport.gov.ru> – Министерство спорта РФ
- <http://kfis.spb.ru/> - Комитет по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга
- <http://k-obr.spb.ru/> - Комитет по образованию
- <https://fdsarr.ru/> - Всероссийская федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-рола
- <http://www.ftsspb.ru/> – Федерация танцевального спорта Санкт-Петербурге
- <https://rdsu.info/> - Единый федеральный информационный портал о танцевальном спорте в Российской Федерации
- <http://www.ballroom.ru/> - Каталог, объединяющий информацию о танцевальных клубах и турнирах по спортивным бальным танцам в России
- <http://dancesport.ru/> - каталог, объединяющий информацию о танцевальных клубах и турнирах по спортивным бальным танцам в России
- <https://interdance.ru/> - каталог, объединяющий информацию о танцевальных клубах и турнирах по спортивным бальным танцам в России