

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Гимназия № 3 г. Южно-Сахалинска

УТВЕРЖДАЮ

приказ № 735

от 05.09.2019г.

Директор


А.В. Умнова

СОГЛАСОВАНО

на НМС

Протокол № 1

от 05.09.2019г.

Председатель

НМС
И.А.Ли 

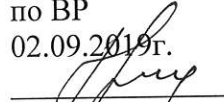
ПРОВЕРЕНО

заместителем

Директора

по ВР

02.09.2019г.


Е.А. Хворостян

РАССМОТРЕНО

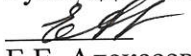
на ПМГ хореографических

дисциплин

протокол №1

от 30.09.2019г.

Руководитель ПМГ


Е.Е. Алексеева

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа по предмету
«Бальный танец»
Срок реализации: 8 лет
1-8 классы

г. Южно - Сахалинск
2019/2020 уч. г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по предмету «Бальный танец» разработана в соответствии с:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
5. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
7. Уставом МАОУ Гимназии №3 г.Южно-Сахалинска;

и на основе:

- программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г.;
- Авторская образовательная программа «Спортивный бальный танец» 7 лет, утверждена Министерством культуры Московской области 2007г., авторы: Чекушина Т. К. И Чекушин В.П.;
- перечень допустимых фигур Союза танцевального спорта России

Программа «Бальный танец» предназначена для использования при обучении детей спортивному (бальному) танцу в учреждениях дополнительного образования.

Данная программа рассчитана на 8 лет занятий с детьми 7-15 лет, не имеющих начального хореографического образования. Успешное освоение программы позволяет учащимся достичь уровня «Д» (в редких случаях «С») класса. Промежуточными уровнями обучения являются ступени - различные уровни танцевального мастерства, этапы овладения программным материалом, характеризующие степень мастерства танцора.

Актуальность программы объясняется высоким социальным спросом на данный вид образовательной деятельности и необходимостью более полного использования эмоционально волевой сферы учащихся в образовательном процессе. Программа позволяет расширить картину мира современного подростка, сделать её ярче и многообразнее, способствует расширению путей восприятия и познанию окружающего мира, воспитанию толерантности, как значимой ценности нашего времени.

Содержание программы позволяет формировать у учащихся навыки асертивного (ответственного) поведения детей, так как процесс овладения хореографическими умениями и навыками требует от ученика дисциплины, точности и ответственности.

Содержание программы позволяет любому воспитаннику овладеть им, и в результате этого формирует ситуацию успеха что, в свою очередь способствует формированию положительного психо-эмоционального фона занятий.

Особенностью данной программы является её интегрированный характер. Она представляет широкие возможности для установления межпредметных связей с учебными дисциплинами гуманитарного и естественно научного циклов. Это создает хорошие условия для усвоения программного материала, развитие креативных возможностей детей, что является надежной основой для формирования дивергентного (разнообразного, многогранного) процесса мышления и широкого круга компетенций.

Одним из основных условий полноценного развития подростка является включение его в активную деятельность. Программа предусматривает для этого широкие возможности, так как изначально подразумевает огромное разнообразие форм и видов деятельности детей на уроке.

Логика данного курса заключается в органичном соединении историко-культурного, этно-культурного и социо-культурного подходов к изучению бального танца, междисциплинарной интеграции содержания образования и поэтапном освоения учебного материала.

Данная программа является инструментом для изучения бального танца, средством для развития ребенка с учетом его возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностей.

Задачи курса:

1. дать учащимся представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки. Зная общее, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;
2. использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами историко-бытового танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;
3. использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
4. обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
5. обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами классического, народного и бального танцев, воспитать культуру движения;
6. увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Данная программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

В программу ритмики включены, упражнения и движения классического, народного и бального танцев, доступные детям 7-14 летнего возраста, обеспечивающие

формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Цели и задачи обучения

Образовательная цель, профессиональная – освоение учащимися специфических хореографических знаний умений и навыков, относящихся к сфере танцевального спорта. Формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни и знаний о нем.

Развивающая цель программы: развитие индивидуальных способностей учащихся средствами бального танца. Совершенствование их физического развития и различных физических характеристик (сила, скорость, выносливость, координация, гибкость, пластика) и психических процессов (восприятие, мышление, память и т.д.)

Воспитательная цель программы: Формирование и совершенствование комплекса морально-волевых качеств необходимых для достижения целей программы и решения её задач. Воспитание у учеников патриотизма, ответственности и других качеств личности, наличие которых говорит о воспитанности ребенка.

Задачи:

- дать всем учащимся первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- способствовать эстетическому развитию и самоопределению учащегося;
- привитие интереса к занятиям, любовь к танцам;
- гармоничное развитие танцевальных и музыкальных способностей, памяти и внимания;
- дать представление о танцевальном образе;
- развитие выразительности и осмысленности исполнения танцевальных движений;
- воспитание культуры поведения и общения;
- развитие творческих способностей;
- воспитание умений работать в коллективе;
- развитие психических познавательных процессов — память, внимание, мышление, воображение;
- организация здорового и содержательного досуга.

Почасовое планирование

На 1 этапе — общекультурном (1-4 классы, начальная школа) «16 ступеней мастерства» занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, в 1 классе 2 раза в неделю 60 минут.

На 2 этапе — углубленный (5-8 класс, среднее звено) «Восходящие звезды» занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Организация образовательного процесса

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Программой предусмотрены получение учащимися теоретических знаний необходимых для успешного овладения хореографическими умениями и навыками, их получение происходит в непосредственной связи с практической деятельностью и является неотъемлемой частью учебного процесса (Основы музыкальной грамоты, история хореография, основы этикета, а также интегрированная информация из школьных предметов). Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На начальном этапе беседы краткие. С детьми 3-8 классов проводятся беседы — диалоги, обсуждения, которые помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Программой обучения предусматривается в старших классах ведение тетрадей, в которых дети записывают профессиональные танцевальные термины, изучаемые танцевальные фигуры и их комбинации.

Критерии оценки

Программа «Бальный танец» ведется в рамках школьного компонента и предусматривает оценивание учащихся.

При оценивании учащихся принимаются во внимание следующие критерии:

- Ритмичность и музыкальность исполнения;
- Интегральное соединение музыки, ритма, координации движения;
- Правильность исполнения изучаемых фигур и комбинаций (направление и построение шагов, работа стопы, спуски и подъемы, наклоны, позиции противодвижения корпуса);
- Постановка корпуса (степень выпрямления позвоночника, правильность постановки тазобедренного сустава, положение веса тела относительно стопы, линий верхнего плечевого пояса и их сохранение во время движения, позиции в стопах);
- Презентация (умение выигршно подать себя в танце);
- Ориентация в зале (соблюдение направление движения, построение шагов относительно зала);
- Знание специализированной терминологии.

Принципы обучения

Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на реализацию дидактических принципов.

Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

Принцип гуманности в воспитательной работе выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

Методы обучения:

1. Методы в основе которых лежит репрезентативный канал получения информации:
 - Словесный метод (рассказ, беседа, объяснение, инструктаж, комментирование) — универсальный метод организации занятий. Задействует аудиальный канал получения информации. Незаменим при подачи нового материала, корректировки действия учащихся.
 - Наглядный метод (показ, применение различного вида наглядного материала) — в основе своей является иллюстративным и вспомогательный к словесному методу. Способ созданию четкой картины выполняемых действий, иллюстрирует сказанное учителем и способствует повышению эффективности учебного процесса.
 - Практический метод (упражнения) — позволяет сформировать у учащихся специфические хореографические навыки. Метод заключается в многократном повторении определенного набора движений с целью выработки автоматизма при их исполнении.

**Учебно-тематический план
1 класс**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	6	6	-
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	14	-	14
3.	Основы музыкальных ритмов	2	1	1
4.	Общая и спортивная этика	2	2	-
5.	1 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	25	4	21
6.	2 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	25	4	21
7.	3 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	25	4	21
8.	4 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	25	4	21
9.	Контрольный урок	8	-	8
	Итого:	132	27	109

СОДЕРЖАНИЕ

Переход учащихся с одной ступени на другую происходит по результатам контрольных уроков и зависит от индивидуальных особенностей учащихся, их уровня физической подготовки. Переход на следующую ступень обучения может осуществляться в разные сроки и зависит от степени усвоения учебного материала.

Вводное занятие. Знакомство с учащимися, анкетирование, собеседование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности. История бальных танцев.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений:

Это комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

Основы музыкальных ритмов. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Ча-ча-ча — 4/4, Полька — 4/4, Дisko — 4/4.

Основные музыкальные ритмы:

- Медленный вальс — счет 1,2,3.
- Ча-ча-ча — 1) счет 1,2,3,4 и.
2) 1,2,3, ча-ча.
- Полька — счет 1,2,3,4.
- Дisko — счет 1,2,3,4.

Общая спортивная этика. Правила и нормы поведения в обществе. Правила поведения на танцевальном паркете.

Программа «16 ступеней мастерства»:

- Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене);
- Танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция);
- Практическая часть. Промежуточная и итоговая проверка качества усвоений знаний и навыков. Открытый урок, конкурс исполнительского мастерства.

1 ступень мастерства:

Медленный вальс:

- закрытая перемена с правой ноги - «маленький квадрат».

Ча-ча-ча:

- смена ног на месте.

Полька:

- галоп, кавырялочка, хлопки.

Дisko-танец «Слонёнок»:

- Движения руками, прыжки, хлопки.

2 ступень мастерства:

Медленный вальс:

- закрытая перемена с левой ноги - «маленький квадрат».

Ча-ча-ча:

- Смена ног на месте с добавлением шага на счет «1».

Полька:

- подскоки, галоп.

Диско-танец «Слонёнок»:

- Движения ногами, прыжки, хлопки.

3 ступень мастерства:

Медленный вальс:

- закрытая перемена с правой ноги - «маленький квадрат», закрытая перемена с левой ноги.

Ча-ча-ча:

- «шассе», смена ног на месте с добавлением шага на счет «1».

Полька:

- композиция в парах.

Диско-танец «Слонёнок»:

- Композиция.

4 ступень мастерства:

Медленный вальс:

- левый поворот по четвертям - «большой квадрат».

Ча-ча-ча:

- основной шаг.

Полька:

- закрепление изученного материала.

Диско-танец:

- «Слонёнок».

Ожидаемый результат

В конце 1 года обучения учащийся должен знать:

- требования к правильной осанке;
- понятия об основных положениях рук (в сторону, вверх, вперед и т.д.), основные позиции ног (1 не выворотная, 2 не выворотная, 6);
- опорные точки в зале (4 основных опорных точки);
- основные музыкальные ритмы;
- правила поведения на танцевальном паркете.

В конце 1 года обучения учащийся должен уметь:

- исполнять программу «16 ступеней мастерства» в объеме с 1 по 4 ступени;
- прохлопывание и протопывание основных ритмов;
- координировать выполняемые движения с ритмом и темпом музыкального сопровождения;
- выполнять комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений;
- показывать свое исполнительное мастерство на выступлениях и конкурсах.

Контрольный урок в форме конкурса по программе «Танцевальный мир» (по программе 4 танцев).

**Учебно-тематический план
2 класс**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	8	8	-
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	16	-	16
3.	Основы музыкальных ритмов	10	1	9
4.	Общая и спортивная этика	5	1	4
5.	5 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
6.	6 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
7.	7 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
8.	8 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
9.	Контрольный урок	8	-	8
	Итого:	136	34	102

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Знакомство с учебной программой, правила поведения, инструктаж по технике безопасности.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений:

Это комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

Основы музыкальных ритмов. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Квикстеп — 4/4, Самба — 2/4, Ча-ча-ча — 4/4.

Основные музыкальные ритмы:

- Медленный вальс — счет 1,2,3.
- Квикстеп — 1) 1,2,3,4;
2) медленно, медленно, медленно, быстро, быстро;
- Самба — 1) 1,и,2;
2) медленно И, медленно;
- Ча-ча-ча — 1) счет 1,2,3,4 и.
2) 1,2,3, ча-ча.

Общая спортивная этика. Правила и нормы поведения в коллективе, в танцевальной паре. Правила поведения на контрольных уроках и соревнованиях. Правила танцевального костюма для начинающих танцоров.

Программа «16 ступеней мастерства»:

- Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале:

- введения понятия «линия танца»,
- спиной по линии танца,
- лицом к стене,
- спиной к стене,

- Танцевальные позиции:
 - Учебная позиция для Европейской программы (соло, в паре);
 - Учебная позиция для Латиноамериканской программы (соло, в паре).
- Ритмические навыки:
 - прохлопывание и протопывание основных ритмов;
 - координировать выполняемые движения с ритмом и темпом музыкального сопровождения;
- Изучение простейших фигур.

5 ступень мастерства:

Медленный вальс:

- соединение закрытых перемен с правой и левой ноги с «малым правым и левым квадратом».
- изучение подготовительных упражнений для исполнения спусков, подъемов и выработки баланса;
- работа над правильной постановкой корпуса.

Квикстеп:

- изучение «малого квадрата» (3 шага вперед в ритме медленно + шаг в ВЛ. в ритме быстро, быстро + 3 шага назад в ритме «медленно» + шаг ВП. В ритме быстро, быстро);
- изучение подготовительных упражнений для исполнения спусков, подъемов и выработки баланса;
- работа над правильной постановкой корпуса.

Самба:

- баунс движение на месте и в сторону;
- баунс движение на шагах в сторону;
- Принцип выполнения основных технических движений.
- Соединение баунса на месте с шагами в сторону, вперед, назад.
- изучение подготовительных упражнений для исполнения спусков, подъемов и выработки баланса;
- работа над правильной постановкой корпуса.
-

Ча-ча-ча:

- «шассе» ВП, ВЛ.
- Соединение «шассе» ВП, ВЛ. со сменой ног на месте.
- «Тайм - степ».
- изучение подготовительных упражнений для исполнения спусков, подъемов и выработки баланса;
- работа над правильной постановкой корпуса;
- Работа над положением стоп.

Полька:

- Шаги с подскоком в продвижении;
- Работа над качеством изученного материала.

Диско-танец «Слонёнок»:

- Смена направлений в танце «Слоненок» (поворот на $\frac{1}{4}$ ВП.)
- Работа над качеством изученного материала (точность позиций: рук и ног).

6 ступень мастерства:

Медленный вальс:

- Комбинация: (закрытая перемена с ПН. вперед, закрытая перемена с ЛН. вперед, «Малый правый квадрат», закрытая перемена с ПН. назад, закрытая перемена с ЛН. назад, «Малый левый квадрат».)
- Комбинация: (закрытая перемена с ЛН. вперед, закрытая перемена с ПН. вперед, «Малый левый квадрат», закрытая перемена с ЛН. назад, закрытая перемена с ПН. назад, «Малый правый квадрат».)

Квикстеп:

- изучение «большого квадрата» (3 шага вперед в ритме медленно + шаг в ВЛ. в ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо) + 3 шага назад в ритме «медленно» + шаг ВП. В ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо), 3 шага вперед в ритме медленно + шаг в ВЛ. в ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо) + 3 шага назад в ритме «медленно» + шаг ВП. В ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо);
- введение понятия «поворот».

Самба:

- Закрепление ранее изученного материала.
- Работа над техникой исполняемых движений.
- Введение понятия счета «и» (1/8).

Ча-ча-ча:

- Закрепление ранее изученного материала.
- Работа над техникой исполняемых движений.
- Введение понятия счета «и» (1/8).
- Исполнение композиций в паре.

Контрольный урок: Участие в конкурсе по программе «Танцевальный мир» (по программе 6 танцев).

7 ступень мастерства:

Медленный вальс:

- Комбинация: (закрытая перемена с ПН. вперед, закрытая перемена с ЛН. вперед, «Малый правый квадрат», закрытая перемена с ПН. назад, закрытая перемена с ЛН. назад, «Малый левый квадрат».)
- Комбинация: (закрытая перемена с ЛН. вперед, закрытая перемена с ПН. вперед, «Малый левый квадрат», закрытая перемена с ЛН. назад, закрытая перемена с ПН. назад, «Малый правый квадрат».)

- Работа над качеством изученного материала.
- Изучение композиции в паре.

Квикстеп:

- изучение «большого квадрата» (3 шага вперед в ритме медленно + шаг в ВЛ. в ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо) + 3 шага назад в ритме «медленно» + шаг ВП. В ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо), 3 шага вперед в ритме медленно + шаг в ВЛ. в ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо) + 3 шага назад в ритме «медленно» + шаг ВП. В ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо).
- Исполнение композиции в паре;
- Работа над техникой исполнения поворота в паре.

Самба:

- основное движение с правой ноги вперед и назад,
- «виск» вправо,
- «виск» влево;

Ча-ча-ча:

- Введение понятия позиции «Чек»;
- «Чек» вперед с ПН.;
- «Чек» вперед с ЛН.;
- Соединение «Чек» вперед с ЛН. с «шассе» влево, «Чек» вперед с ПН. с «шассе» вправо.

8 ступень мастерства:

Медленный вальс:

- Комбинация: (закрытая перемена с ПН. вперед, закрытая перемена с ЛН. вперед, «Малый правый квадрат», закрытая перемена с ПН. назад, закрытая перемена с ЛН. назад, «Малый левый квадрат».
- Комбинация: (закрытая перемена с ЛН. вперед, закрытая перемена с ПН. вперед, «Малый левый квадрат», закрытая перемена с ЛН. назад, закрытая перемена с ПН. назад, «Малый правый квадрат».
- Работа над качеством изученного материала.
- Работа над качеством изученного материала в паре.

Квикстеп:

- изучение «большого квадрата» (3 шага вперед в ритме медленно + шаг в ВЛ. в ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо) + 3 шага назад в ритме «медленно» + шаг ВП. В ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо), 3 шага вперед в ритме медленно + шаг в ВЛ. в ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо) + 3 шага назад в ритме «медленно» + шаг ВП. В ритме быстро, быстро (с поворотом на $\frac{1}{4}$ вправо).
- Исполнение композиции в паре;
- Работа над техникой исполнения поворота в паре.

Самба:

- основное движение с правой ноги вперед и назад,
- «виск» вправо,
- «виск» влево;

Ча-ча-ча:

- Введение понятия позиции «Чек»;
- «Чек» вперед с ПН.;
- «Чек» вперед с ЛН;
- Соединение «Чек» вперед с ЛН. с «шассе» влево, «Чек» вперед с ПН. с «шассе» вправо.

Контрольный урок: Участие в конкурсе по программе «Танцевальный мир» (по программе 6 танцев).

Ожидаемый результат

В конце 2 года обучения учащийся должен знать:

- требования к правильной осанке;
- основные позиции рук, ног, головы;
- направления движения и построение комбинаций относительно зала;
- основные музыкальные ритмы;
- работу стопы;
- правила поведения на танцевальной паре.

В конце 2 года обучения учащийся должен уметь:

- исполнять программу «16 ступеней мастерства» в объеме с 5 по 8 ступени;
- ритмически верно исполнять изученные фигуры и комбинации.
- Сохранять позицию корпуса и рук при исполнении изученных фигур и комбинаций;
- Демонстрировать правильную технику при исполнении изученных фигур и комбинаций (построение и направления шагов);
- показывать свое исполнительное мастерство на выступлениях и конкурсах.

**Учебно-тематический план
3 класс**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	8	8	-
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	16	-	16
3.	Основы музыкальных ритмов	10	1	9
4.	Общая и спортивная этика	5	1	4
5.	9 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
6.	10 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
7.	11 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
8.	12 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
9.	Контрольный урок	8	-	8
	Итого:	136	34	102

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Знакомство с учебной программой на первое полугодие, второе полугодие. Инструктаж по технике безопасности.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений:

Это комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика). Дополнительные упражнения на баланс и вращение.

Основы музыкальных ритмов. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Квикстеп — 4/4, Венский вальс — 3/4, Танго — 2/4, Самба — 2/4, Ча-ча-ча — 4/4, Румба — 4/4, Джайв — 4/4.

Основные музыкальные ритмы:

- Медленный вальс — счет 1,2,3.
- Танго — быстро, быстро, медленно.
- Венский вальс — счет 1,2,3;
- Квикстеп — 1) Медленно, медленно;
2) Быстро, быстро, медленно;
- Самба — 1) 1,и,2;
2) медленно И, медленно;
- Ча-ча-ча — 1) счет 1,2,3,4 и.
2) 1,2,3, ча-ча.
- Румба — счет 4,1,2,3.
- Джайв — счет 1,2,3 и 4.

Общая спортивная этика. Взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками. Бальный этикет. Правила поведения на соревнованиях. Правила танцевального костюма.

Программа «16 ступеней мастерства»:

- Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале:
 - лицом по линии танца,
 - спиной по линии танца,
 - лицом к стене,
 - спиной к стене,
 - лицом по диагонали к стене,
 - спиной по диагонали к стене,
 - лицом по диагонали к центру,
 - спиной по диагонали к центру.
- Танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы : -основная закрытая позиция,
 - основная открытая позиция;
- Степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4).
Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

9 ступень мастерства:

Медленный вальс: Натуральный спин поворот, синкопированное шоссе;

Танго : Правый повороты по четвертям

Венский вальс: Правый поворот в линию;

Квикстеп: Комбинация: Шаг вперед+типль шассе влево+локстеп назад+шаг назад+типль шассе вправо+локстеп вперед по квадрату;

Самба: Самба ход на месте;

Ча-ча-ча: «Три ча-ча».

Джайв: смена рук за спиной.

Контрольный урок - мастер-класс

10 ступень мастерства:

Медленный вальс: Композиция;

Танго: Квадраты «маленькие» и «большие».

Венский вальс: Правый поворот по линии танца;

Квикстеп: Комбинация в линию в учебной позиции;

Самба: Ботафога;

Ча-ча-ча: «Клюшка».

Джайв: Стоп энд гоу.

Контрольный урок — участие в конкурсе по программе «Танцевальный мир»

11 ступень мастерства:

Медленный вальс: Плетение;

Танго: Звено, закрытый променад по квадрату;

Венский вальс: Правый поворот в парах по линии танца;

Квикстеп: Композиция по линии танца в учебной стойке;

Самба: Ботфога в теневой позиции;

Ча-ча-ча: Открытый хиптвист.

Джайв: Американский спин поворот.

Контрольный урок — участие в конкурсе по программе «Танцевальный мир»

12 ступень мастерства:

Медленный вальс: Композиция

Танго: Рок поворот, Роки;

Венский вальс: Правый поворот в конкурсной стойке;

Квикстеп: Композиция по линии танца в конкурсной стойке.

Самба: Ботафога под рукой;

Ча-ча-ча: Композиция;

Румба: Основной шаг;

Джайв: Композиция.

Контрольный урок — школьный концерт или мастер-класс.

Ожидаемый результат

В конце 3 года обучения учащийся должен знать:

- элементарные основы анатомии (название и место расположения основных суставов и мышц);
- требования к учебной стойке;
- основные позиции рук, ног, головы;
- направления движения и построение комбинаций относительно зала;
- основные музыкальные ритмы;
- работу стопы;
- понятие веса тела;
- понятие движения веса тела;
- правила поведения на танцевальной паре.

В конце 3 года обучения учащийся должен уметь:

- исполнять программу «16 ступеней мастерства» в объеме с 9 по 12 ступени;
- прохлопывание и протопывание основных ритмов;
- выполнять комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений;
- умение перемещать вес тела по стопе;
- умение находить и называть различные мышцы;
- соблюдать верные направления и построение комбинаций;
- показывать свое исполнительное мастерство на выступлениях и конкурсах.

**Учебно-тематический план
4 класс**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	8	8	-
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	16	-	16
3.	Основы музыкальных ритмов	10	2	8
4.	Общая и спортивная этика	5	1	4
5.	13 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
6.	14 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
7.	15 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
8.	16 ступень мастерства «16 ступеней мастерства»	24	6	18
9.	Контрольный урок	8	-	8
	Итого:	136	35	101

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Знакомство с учебной программой на первое полугодие, второе полугодие. Инструктаж по технике безопасности.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений:

Дополнительные упражнения для развития пластики корпуса, упражнения на баланс и вращения. Специальные танцевальные упражнения для танцев европейской и латиноамериканской программ, специфические движения характерные для различных танцев латиноамериканской программы(кик, кик бол ченч).

Основы музыкальных ритмов. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Квикстеп — 4/4, Венский вальс — 3/4, Танго — 2/4, Самба — 2/4, Ча-ча-ча — 4/4, Румба — 4/4, Джайв — 4/4.

Основные музыкальные ритмы:

- Медленный вальс — счет 1,2, и 3.
- Танго — быстро, быстро, медленно.
- Венский вальс — счет 1,2,3;
- Квикстеп — 1) Медленно, медленно;
2) Быстро, быстро, медленно;
- Самба — 1) 1,и,2;
2) медленно и медленно и медленно и медленно;
3) медленно, медленно, быстро, быстро, медленно;
- Ча-ча-ча — счет 1,2,3,4 и
- Румба — счет 4,1,2,3.
- Джайв — счет 1,2,3 и 4 .

Общая спортивная этика. Взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками. Бальный этикет. Правила поведения на соревнованиях. Правила танцевального костюма.

Программа «16 ступеней мастерства»:

- Углубление и закрепление полученных ранее знаний по общим принципам ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале:
 - лицом по линии танца,
 - спиной по линии танца,
 - лицом к стене,
 - спиной к стене,
 - лицом по диагонали к стене,
 - спиной по диагонали к стене,
 - лицом по диагонали к центру,
 - спиной по диагонали к центру.
- Актуализация знаний о танцевальных позициях в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы : - основная закрытая позиция,
 - основная открытая позиция;
 - закрытая променадная позиция;
 - открытая променадная позиция;
 - позиция противодвижения корпуса.
- Степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4).
Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

13 ступень мастерства:

Медленный вальс: Наружная перемена с выходом в променадную позицию;

Танго : Форстеп;

Венский вальс: Начало изучения левого поворота («малый квадрат»);

Квикстеп: Быстрый открытый левый поворот;

Самба: Вольтовый поворот на месте;

Ча-ча-ча: «Кортаджака».

Румба: Веер;

Джайв: Основной шаг в повороте влево.

Контрольный урок мастер-класс

14 ступень мастерства:

Медленный вальс: Крыло;

Танго: Композиция по линии танца: Форстеп+звено+закрытый променад+ левый поворот+звено+ рок поворот+роки+закрытая перемена с ПН назад.

Венский вальс: Левый поворот по четвертям ;

Квикстеп: Спит поворот, шассе;

Самба: Композиция;

Ча-ча-ча: Композиция.

Румба: Нью-йорк, Рука к руке.

Джайв: Композиция.

Контрольный урок участие в конкурсе по программе «Танцевальный мир»

15 ступень мастерства:

Медленный вальс: Композиция;

Танго: Композиция;

Венский вальс: Левый поворот («большой квадрат»);

Квикстеп: Композиция по линии танца в учебной стойке;

Самба: Левый поворот;

Ча-ча-ча: Турецкое полотенце.

Румба: Композиция.

Джайв: Носок-каблук свивлы.

Контрольный урок — участие в конкурсе по программе «Танцевальный мир»

16 ступень мастерства:

Медленный вальс: Закрепление изученной композиция

Танго: Композиция в учебной стойке;

Венский вальс: Левый поворот с уменьшенной степенью вращения на 270 градусов;

Квикстеп: Бегущее окончание по квадрату.

Самба: Композиция;

Ча-ча-ча: Композиция;

Джайв: Композиция.

Контрольный урок — школьный концерт или мастер-класс.

Ожидаемый результат

В конце 4 года обучения учащийся должен знать:

- элементарные основы анатомии(название и место расположения основных суставов и мышц);
- требования к учебной стойке;
- основные позиции рук, ног, головы;
- направления движения и построение комбинаций относительно зала;
- основные музыкальные ритмы;
- работу стопы;
- понятие веса тела;
- понятие движения веса тела;
- правила поведения на танцевальной паре.

В конце 4 года обучения учащийся должен уметь:

- исполнять программу «16 ступеней мастерства» в объеме с 13 по 16 ступени;
- выполнять комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений;
- умение перемещать вес тела по стопе;
- умение находить и называть различные мышцы и суставы;
- соблюдать верные направления и построение комбинаций;
- показывать свое исполнительное мастерство на выступлениях и конкурсах.

**Учебно-тематический план
5 класс**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	8	8	-
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	16	-	16
3.	Общая и спортивная этика	5	1	4
	1 ступень программы «Восходящие звезды»:			
4.	Техника исполнения танцев европейской программы	24	6	18
5.	Техника исполнения танцев латиноамериканской программы	24	6	18
6.	Изучение и отработка композиций танцев европейской программы	24	6	18
7.	Изучение и отработка композиций танцев латиноамериканской программы	24	6	18
8.	Контрольный урок	8	-	8
	Итого:	136	35	101

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Актуализация полученных ранее знаний. Краткий рассказ о планах работы на год. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном зале.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений:

Изучение комплекса развивающих упражнений предназначенных для разработки суставов и групп мышц задействованных в специальных специфических движениях танцев европейской и латиноамериканской программам.

Программа «Восходящие звезды» 1 ступень:

- Изучение фигур и композиций европейской и латиноамериканской программ соответствующих требованиям предъявляемых танцорам «Д», «С классов.
- Изучение биомеханики танцев европейской программы;
- Изучение биомеханики танцев латиноамериканской программы;
- Конкурсные практики

Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Техника исполнения танцев европейской программы:

Введение основных технических понятий европейской программы:

- свинг
- слайдинг
- свей(метрономический и маятникообразный)
- упражнения для овладения начальными умениями по исполнению выше перечисленных технических действий.

- Применение полученных знаний на ранее изученных фигурах.

Техника исполнения танцев латиноамериканской программы:

Введение основных технических понятий латиноамериканской программы:

- контракция
- ротация
- свинг бедра
- упражнения для овладения начальными умениями по исполнению выше перечисленных технических действий.
- Применение полученных знаний на ранее изученных фигурах.

Изучение и отработка композиций танцев европейской программы:

- повторение и закрепление вариаций изученных в начальной школе с учетом новых знаний по технике исполнения танцев европейской программы;
- Новые фигуры в европейской программе:

Медленный вальс: фоллоуей, слип пивот;

Танго: фоллоуей, слип пивот, венский кросс;

Венский вальс: левый поворот по линии танца;

Квикстеп: Бегущее окончание.

Изучение и отработка композиций танцев латиноамериканской программы:

- повторение и закрепление вариаций изученных в начальной школе с учетом новых знаний по технике исполнения танцев латиноамериканской программы;
- новые фигуры латиноамериканской программы:

Самба: Променадный бег, Открытый и закрытый рок повороты;

Ча-ча-ча: трехшаговый поворот, волчок, усложненный хиптвист;

Румба: кукарача вправо и влево, леска спиненга;

Джайв: Хлыст, кики.

Контрольный урок — класс концерт.

Ожидаемый результат

В конце 5 года обучения учащийся должен знать:

- основные теоретические понятия по технике исполнения европейской программы;
- основные теоретические понятия по технике исполнения латиноамериканской программы;
- знание техники исполнения вновь изученных фигур (построение и направление шагов, позиций корпуса и рук);
- направления движения и построение комбинаций относительно зала.

В конце 5 года обучения учащийся должен уметь:

- исполнять изученные комбинации танцев Европейской и Латиноамериканской программ в соответствии с требованиями предъявляемыми к танцорам «Е» класса;
- учащиеся должны продемонстрировать начальные умения при исполнении основных технических действий танцев европейской и латиноамериканской программ, изученных по программе «Восходящие звезды» в объеме 1 ступени.
- соблюдать верные направления и построение комбинаций;
- показывать свое исполнительное мастерство на выступлениях и конкурсах.

**Учебно-тематический план
6 класс**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	10	-	10
3.	Психо-эмоциональная гимнастика	10	3	7
4.	Психологические основы лидерства	5	1	4
5.	2 ступень программы «Восходящие звезды»:			
6.	Техника исполнения танцев европейской программы	24	6	18
7.	Техника исполнения танцев латиноамериканской программы	24	6	18
8.	Изучение и отработка композиций танцев европейской программы	24	6	18
9.	Изучение и отработка композиций танцев латиноамериканской программы	24	6	18
10.	Контрольный урок	8	-	8
	Итого:	136	35	101

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Актуализация полученных ранее знаний. Краткий рассказ о планах работы на год. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном зале.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений:

Изучение комплекса развивающих упражнений предназначенных для разработки суставов и групп мышц задействованных в специальных специфических движениях танцев европейской и латиноамериканской программам.

Психо-эмоциональная гимнастика: начальный этап овладения учащимися основ психологической саморегуляции. Психологические этюды. Психологические тренинги на умение чувствовать партнёра. Актерские тренинги.

Психологические основы лидерства: Комплекс урочных мероприятий направленных на повышение уровня самооценки учащихся, выявление и развитие их лидерских качеств.

Программа «Восходящие звезды» 2 ступень:

- Повторение пройденных и изучение новых фигур и композиций европейской и латиноамериканской программ соответствующих требованиям предъявляемых танцорам «Д», «С классов.
- Закрепление пройденного и продолжение изучения биомеханики танцев европейской программы;
- Закрепление пройденного и продолжение изучения биомеханики танцев латиноамериканской программы;
- Конкурсные практики

Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Техника исполнения танцев европейской программы:

Закрепление и корректировка изученных ранее основных технических понятий и действий танцев европейской программы:

- свинг
- слайдинг
- свей(метрономический и маитникообразный)
- упражнения для овладения начальными умениями по исполнению выше перечисленных технических действий.
- Применение полученных знаний на ранее изученных фигурах.

Введение новых технических понятий:

- центр вращения;
- ось вращения;
- шейп;
- фигуры — линии;

Техника исполнения танцев латиноамериканской программы:

Закрепление и корректировка изученных ранее основных технических понятий и действий танцев латиноамериканской программы:

- контракция
- ротация
- свинг бедра
- упражнения для овладения начальными умениями по исполнению выше перечисленных технических действий.
- Применение полученных знаний на ранее изученных фигурах.

Введение новых технических понятий:

- взаимодействие партнеров во время контактного танцевания при исполнении латиноамериканской программы;

Изучение и отработка композиций танцев европейской программы:

- повторение и закрепление вариаций изученных в начальной школе и на 1 ступени программы «Восходящие звёзды» с учетом новых знаний по технике исполнения танцев европейской программы;
- Новые фигуры в европейской программе:

Медленный вальс: Пивот-поворот;

Танго: пивот-поворот;

Венский вальс: пивот-поворот;

Квикстеп: пивот-поворот.

Изучение и отработка композиций танцев латиноамериканской программы:

- повторение и закрепление вариаций изученных в начальной школе с учетом новых знаний по технике исполнения танцев латиноамериканской программы;
- новые фигуры латиноамериканской программы:

Самба: пивот-поворот;

Ча-ча-ча: свивлы;

Румба: свивлы;

Джайв: пивот-поворот.

Контрольный урок — класс концерт.

Ожидаемый результат

В конце 6 года обучения учащийся должен знать:

- основные теоретические понятия по технике исполнения европейской программы;
- основные теоретические понятия по технике исполнения латиноамериканской программы;
- знание техники исполнения вновь изученных фигур(построение и направление шагов, позиций корпуса и рук);
- технику и основные принципы исполнения вновь изученных фигур(pivot-повороты европейской и латиноамериканской программах, свивлы);
- направления движения и построение комбинаций относительно зала.

В конце 6 года обучения учащийся должен уметь:

- исполнять изученные комбинации танцев Европейской и Латиноамериканской программ в соответствии с требованиями предъявляемыми к танцорам «Е» и «D» классов;
- учащиеся должны продемонстрировать умения при исполнении основных технических действий танцев европейской и латиноамериканской программ, изученных по программе «Восходящие звезды» в объеме 1 ступени и начальные умения при исполнении основных технических действий изученных по программе «Восходящие звезды» в объеме 2 ступени .
- соблюдать верные направления и построение комбинаций;
- показывать свое исполнительное мастерство на выступлениях и конкурсах.

**Учебно-тематический план
7 класс**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	10	-	10
3.	Психо-эмоциональная гимнастика	10	3	7
4.	Презентация в танце	5	1	4
5.	3 ступень программы «Восходящие звезды»:			
6.	Техника исполнения танцев европейской программы	24	6	18
7.	Техника исполнения танцев латиноамериканской программы	24	6	18
8.	Изучение и отработка композиций танцев европейской программы	24	6	18
9.	Изучение и отработка композиций танцев латиноамериканской программы	24	6	18
10.	Контрольный урок	8	-	8
	Итого:	136	35	101

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Актуализация полученных ранее знаний. Краткий рассказ о планах работы на год. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном зале.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений:

Изучение комплекса развивающих упражнений предназначенных для разработки суставов и групп мышц задействованных в специальных специфических движениях танцев европейской и латиноамериканской программам.

Психо-эмоциональная гимнастика: начальный этап овладения учащимися основ психологической саморегуляции. Психологические этюды. Психологические тренинги на умение чувствовать партнёра. Актерские тренинги.

Презентация в танце: Понятие презентации, как умения выгодно подавать себя во время исполнения танца. Составляющие успешной презентации, психологические основы удачной презентации. Изучение комплекса упражнений способствующих появлению правильной презентации.

Программа «Восходящие звезды» 3 ступень:

- Повторение пройденных и изучение новых фигур и композиций европейской и латиноамериканской программ соответствующих требованиям предъявляемых танцорам «Д», «С классов.
- Закрепление пройденного и продолжение изучения биомеханики танцев европейской программы;
- Закрепление пройденного и продолжение изучения биомеханики танцев латиноамериканской программы;
- Конкурсные практики

Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Техника исполнения танцев европейской программы:

1. Закрепление и корректировка изученных ранее основных технических понятий и действий танцев европейской программы:
 - свинг
 - слайдинг
 - свей (метрономический и маитникообразный)
 - Применение полученных знаний на ранее изученных фигурах.
 - центр вращения;
 - ось вращения;
 - шейп;
 - фигуры — линии;
2. Биомеханика основного хода вперед и назад (базовые принципы работы ног);

Техника исполнения танцев латиноамериканской программы:

1. Закрепление и корректировка изученных ранее основных технических понятий и действий танцев латиноамериканской программы:
 - контракция
 - ротация
 - свинг бедра
 - Применение полученных знаний на ранее изученных фигурах.
 - взаимодействие партнеров во время контактного танцевания при исполнении латиноамериканской программы;
2. Введение понятия работа тела, как совокупности движений разных частей тела совершаемых не зависимо друг от друга и скоординированных относительно центра тела и времени.

Изучение и отработка композиций танцев европейской программы:

- повторение и закрепление вариаций изученных в начальной школе и на 3 ступени программы «Восходящие звёзды» с учетом новых знаний по технике исполнения танцев европейской программы;
- Новые фигуры в европейской программе:

Медленный фокстрот: Шаг-перо, тристеп, ховер-кросс, чейз, смена направления.

Изучение и отработка композиций танцев латиноамериканской программы:

- повторение и закрепление вариаций изученных в начальной школе с учетом новых знаний по технике исполнения танцев латиноамериканской программы;
- новые фигуры латиноамериканской программы:

Пасодобль: Аппель, твист поворот, плац, прогрессивный ход.

Контрольный урок — класс концерт.

Ожидаемый результат

В конце 7 года обучения учащийся должен знать:

- основные теоретические понятия по технике исполнения европейской программы;
- основные теоретические понятия по технике исполнения латиноамериканской программы;
- знание техники исполнения вновь изученных фигур (построение и направление шагов, позиций корпуса и рук);
- технику и основные принципы исполнения вновь изученных понятий: ось вращения; шейп; фигуры — линии европейской программы;

- технику и основные принципы исполнения вновь изученных понятий контракция; ротация; свинг бедра в латиноамериканской программе;
- направления движения и построение комбинаций относительно зала.

В конце 7 года обучения учащийся должен уметь:

- исполнять изученные комбинации танцев Европейской и Латиноамериканской программ в соответствии с требованиями предъявляемыми к танцорам «Е» и «D» классов;
- учащиеся должны продемонстрировать умения при исполнении основных технических действий танцев европейской и латиноамериканской программ, изученных по программе «Восходящие звезды» в объеме 1 ступени и начальные умения при исполнении основных технических действий изученных по программе «Восходящие звезды» в объеме 3 ступени.
- соблюдать верные направления и построение комбинаций;
- показывать свое исполнительное мастерство на выступлениях и конкурсах.

**Учебно-тематический план
8 класс**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теор.	Практ.
1.	Вводное занятие	4	4	-
2.	Комплекс физических и танцевальных упражнений	10	-	10
3.	Подготовка к итоговой аттестации	10	3	7
4.	Составление композиций из изученных фигур	5	1	4
5.	4 ступень программы «Восходящие звезды»:			
6.	Техника исполнения танцев европейской программы	24	6	18
7.	Техника исполнения танцев латиноамериканской программы	24	6	18
8.	Изучение и отработка композиций танцев европейской программы	24	6	18
9.	Изучение и отработка композиций танцев латиноамериканской программы	24	6	18
10.	Контрольный урок	8	-	8
	Итого:	136	35	101

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Актуализация полученных ранее знаний. Краткий рассказ о планах работы на год. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в танцевальном зале.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений:

Изучение комплекса развивающих упражнений предназначенных для разработки суставов и групп мышц задействованных в специальных специфических движениях танцев европейской и латиноамериканской программам.

Подготовка к итоговой аттестации: актуализация, повторение и закрепление материала пройденного за годы обучения. Систематизация изученного. Подготовка к сдаче теоретической части итоговой аттестации (работа с тестами). Повторение вариаций, фигур и тренировочных упражнений (экзерсис).

Составление композиций из изученных фигур: рассказ об основных принципах составления вариаций европейской и латиноамериканской программ (логичность, последовательность, соответствие Правилам о допустимых фигурах и совместимость фигур). Корректировка результатов учащихся.

Программа «Восходящие звезды» 4 ступень:

- Повторение пройденных и изучение новых фигур и композиций европейской и латиноамериканской программ соответствующих требованиям предъявляемых танцорам «Д», «С классов.
- Закрепление пройденного и продолжение изучения биомеханики танцев европейской программы;
- Закрепление пройденного и продолжение изучения биомеханики танцев латиноамериканской программы;

- Конкурсные практики

Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Техника исполнения танцев европейской программы:

1. Закрепление и корректировка изученных ранее основных технических понятий и действий танцев европейской программы изученных за весь период обучения.

2. Биомеханика основного хода вперед и назад (базовые принципы работы ног);

Техника исполнения танцев латиноамериканской программы:

1. Закрепление и корректировка изученных ранее основных технических понятий и действий танцев латиноамериканской программы изученных за весь период обучения.

2. Отработка различных типов движения тела и актуализация теоретической базы необходимой для их исполнения.

Изучение и отработка композиций танцев европейской программы:

- повторение и закрепление вариаций изученных в начальной школе и на 4 ступени программы «Восходящие звёзды» с учетом новых знаний по технике исполнения танцев европейской программы;

Изучение и отработка композиций танцев латиноамериканской программы:

- повторение и закрепление вариаций изученных в начальной школе с учетом новых знаний по технике исполнения танцев латиноамериканской программы;

Контрольный урок — класс концерт.

Ожидаемый результат

В конце 8 года обучения учащийся должен знать:

- основные теоретические понятия по технике исполнения европейской программы;
- основные теоретические понятия по технике исполнения латиноамериканской программы;
- знание техники исполнения вновь изученных фигур(построение и направление шагов, позиций корпуса и рук);
- технику и основные принципы исполнения изученных фигур;
- направления движения и построение комбинаций относительно зала.

В конце 8 года обучения учащийся должен уметь:

- исполнять изученные комбинации танцев Европейской и Латиноамериканской программ в соответствии с требованиями предъявляемыми к танцорам «Е» и «D» классов;
- учащиеся должны продемонстрировать умения при исполнении основных технических действий танцев европейской и латиноамериканской программ, изученных по программе «Восходящие звезды» и «Танцевальный мир» в полном объеме .
- соблюдать верные направления и построение комбинаций;
- показывать свое исполнительное мастерство на выступлениях и конкурсах.
- Самостоятельно составлять комбинации уровня «Н» - «Е» класса.

Критерии оценки знаний учащихся

Оценка «5»

– ставится в том случае, если учащийся даёт полный и исчерпывающий ответ самостоятельно без подсказок, наводящих вопросов со стороны учителя. При ответе используется ранее теоретический материал, профессиональные понятия определения и термины.

– Показ соответствует правилам и требованиям, технически верен и точен, соответствует технике исполнения и осуществляется с сохранением основных требований хореографии (постановка корпуса, баланс, презентация и взаимодействие с партнёром, в соответствии с ритмом музыкального сопровождения)

Оценка «4»

– ставится в том случае, если ученик полностью овладел программным материалом и хорошо знает основные теоретические понятия, определения и термины. Отвечает свободно, правильно применяет полученные знания на практике. Однако при ответе совершает незначительные ошибки и неточности.

– Показ учащегося в общем верен, соответствует требованиям учителя, производится без грубых технических ошибок, с соблюдением общих хореографических требований. Однако во время демонстрации допускаются мелкие и не значительные погрешности, принципиально не влияющие на качество показа.

Оценка «3»

– ставится в случае если учащийся в общем и в целом усвоил программный материал, но забывает понятия определения и термины или путается в них, но при помощи наводящих вопросов самостоятельно вносит корректировки в ответ и вспоминает забытое.

– Показ не точный, допускаются технические ошибки и достаточно серьезные неточности, не соответствует отдельным требованиям хореографии (невнятная постановка корпуса, периодическое нарушение баланса и ритма.

Оценка «2»

– ставится в том случае, если учащийся не знает большую часть программного материала, отвечает только на наводящие вопросы учителя, допускает серьезные и частые ошибки.

– Показ слабый неуверенный, содержит большое количество грубых технических ошибок, которые самостоятельно исправить не в состоянии

Используемая литература:

1. Учебники ведущих мировых специалистов по европейским танцам: Англия «Техника европейских танцев»
2. Алекс Мур, Имперское общество учителей танцев, Англия «Европейские танцы»
3. Гай Говард «Техника европейских танцев», Англия
4. Васильева Т. К. «Секрет танца» С.-П.: Диамант, 1997
5. Волтер Лаэрд «Техника латиноамериканских танцев», издательство английского Имперского общества учителей танцев;
6. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». М.: ВАКО, 2007
7. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. Волгоград: Учитель, 2008
8. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». М.: ВАКО, 2009
9. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг» М.: Новая школа, 1998
10. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» М.: Просвещение, 1989

Список литературы для родителей

1. Влияние технологий Артпедагогике на личностный рост преподавателей эстетического цикла. - Южно-Сахалинск, СОИПиПКК, 2008.
2. Иванов М.А. Прежде всего мы родители – М., Сов. Россия. 1992.-220с.
3. Суперинтеллект. Практикум по развитию. - М., Мир книги, 2066-320с.