

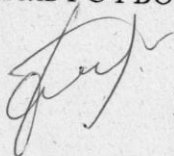
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
**СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 564**  
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
Педагогическим Советом  
ГБОУ СОШ № 564  
Протокол от 31.08.2022 № 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор школы   
И.Л. Корсакова  
Приказ по школе от 31.08.2022 №138-О



Учтено мнение родителей  
Председатель РС ГБОУ СОШ № 564



М.Ю. Богданов

Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Спортивные танцы»

Возраст обучающихся: 6-17 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:  
Хрусталева Василина Леонидовна,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2022

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Спортивные танцы»

Направленность- физкультурно-спортивная, ориентирована на общее развитие личности обучающихся средствами физической культуры и спорта

Вид программы- модифицированная

#### **Основание для разработки дополнительной общеразвивающей программы (далее- программа):**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16).
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций».
- Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 25.08.2022 №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга».

### **Актуальность**

Длительное пребывание ребенка за школьной партой, ограничение движений, мешает правильному развитию костно-мышечной системы, влечет за собой психофизиологическую перегрузку. Занятия по данной программе направлены на снятие мышечного напряжения, устранение физического и психического стресса, вызванного длительным пребыванием в вынужденной позе. Включение в работу многих групп мышц тренирует центральную нервную систему, увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

На занятиях танцами ребенок учится сознательно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой. Ребенок должен не только научиться определенным приемам, связкам движений, но и уметь самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью программы является то, что она

- обеспечивает дифференцированный и индивидуальный подход с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста;
- позволяет достичь высокой моторной плотности и динамичности занятий;
- уделяет внимание психологической подготовке занимающихся: целеустремленности, укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости, ознакомлению с мерами безопасности.
- оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной систем.
- формирует и развивает у детей в процессе занятий танцами и выступлений на различного рода соревнованиях морально-волевые качества.

### **Адресат программы:**

Программа адресована обучающимся в возрасте с 6 до 17 лет, допущенным по состоянию здоровья к занятиям спортивными танцами.

**Уровень освоения:** ознакомительный

**Объем программы:** 136 часов

**Срок реализации:** 1 год

### **Цель программы**

Содействие гармоничному физическому развитию детей и подростков, обучение знаниям, умениям и навыкам спортивных танцев, формирование художественного вкуса детей, развитие их творческого потенциала, трудолюбия, терпения, чувства собственного достоинства и самоуважения.

### **Задачи программы**

**Обучающие:**

- изучить основы музыкально-двигательной культуры;
- обучить элементарной технике исполнения танцев Медленный вальс, Медленный ритмический фокстрот, Ча-Ча-Ча и Самба;
- расширить кругозор;
- изучить историю спортивных бальных танцев Медленный вальс, Медленный ритмический фокстрот, Ча-Ча-Ча и Самба;

**Воспитывающие:**

- воспитать потребность в здоровом образе жизни;
- воспитывать коммуникативные навыки и культуру общения;
- воспитывать трудолюбие, терпение;
- привить учащимся культуру общения между собой в паре, в танце, с окружающими;
- воспитать аккуратность и самостоятельность.

**Развивающие:**

- развивать танцевальные данные и физические качества;
- развивать чувство ритма;
- развивать музыкальность и эмоциональную выразительность;
- сформировать правильную и красивую осанку;
- развивать внимание и наблюдательность;

**Планируемые результаты освоения программы****Предметные:**

Обучающиеся приобретут следующие предметные результаты:

**Будут знать:**

1. общую характеристику изучаемого танца (музыкальный размер, темп, характерные особенности танца, происхождение);
2. позицию ног в латиноамериканской и европейской программах;
3. положение рук;
4. позиции в паре в европейских танцах;
5. позиции в паре в латиноамериканских танцах;
6. линию танца;
7. направление движения;
8. углы поворотов.

**Будут уметь:**

1. правильно ставить корпус тела;
2. правильно и полно переносить веса тела;
3. точно работать стопой ног;
4. устанавливать позицию в паре.
5. владеть техникой исполнения танцев Медленный вальс, Медленный ритмический фокстрот, Ча-Ча-Ча и Самба

**Личностные:**

1. сила воли,
2. трудолюбие, настойчивость, терпеливость,
3. выдержка и самообладание,
4. уверенность в своих силах,
5. дисциплинированность

**Метапредметные:**

1. сформируется умение слушать и правильно реагировать на замечания, следовать инструкциям,
2. сформируется привычка к ЗОЖ

3. будет формироваться монологическая речь за счет проговаривания алгоритма выполнения танцевальных движений,
4. проявится интерес к изучению многообразия спортивных и балльных танцев,
5. улучшатся показатели выносливости, ловкости, быстроты действий.

### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Программа реализуется на русском языке.

#### **Формы и режимы занятий**

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 академических часа для детей с 10 до 17 лет, 2 раза в неделю по 30 минут для детей с 7 до 9 лет.

**Формы проведения занятий:**

- Теоретические (беседы);
- Комбинированные (сочетание теории и практики)
- Тренировочные занятия;
- Соревнования.

**Формы организации деятельности обучающихся на занятии:**

- групповая, по подгруппам (мальми группами);
- индивидуальная работа с учетом способностей и потребностей учащихся;
- фронтальная (одновременно со всеми обучающимися);
- индивидуально-фронтальная (сочетание индивидуальных и фронтальных форм работы)

**Формы подведения итогов освоения программы:** (1 раз в полугодие)

- открытые занятия для учителей и родителей;
- выступления на школьных праздниках;
- соревнования различных уровней (на школьном, районном и региональном уровнях).

#### **Особенности реализации программы**

Программа имеет четкую практическую направленность. Объем и интенсивность нагрузок зависят от возраста.

Для лучшего усвоения программы в зависимости от качества усвоения материала порядок тем занятий может варьироваться.

#### **Условия набора и формирования групп**

Группы формируются до 15 человек.

Комплектование может проходить в течение всего учебного года.

Возраст обучающихся от 6 до 17 лет. Возрастные особенности учитываются при проведении занятий.

К занятиям допускаются дети, не имеющие противопоказаний к занятиям спортивными танцами.

#### **Необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение реализации программы**

**Кадровое обеспечение:**

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий среднее профессиональное или высшее образование по направлению «Образование и педагогика», прошедший профессиональную подготовку (или переподготовку) по направлению

«Педагогика дополнительного образования» и имеющий право ведения профессиональной деятельности в сфере дополнительного образования.  
Требования к стажу работы не предъявляются.

**Материально-техническое обеспечение:**

Спортивный зал площадью 200 кв.м.

Музыкальный центр с аудио колонками мощностью 500 Вт- 1 шт

**Учебный план**

№	Тема	Количество часов			Формы контроля/ промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	
2.	Танцевальная азбука	14	2	12	Опрос, просмотр исполнения
3.	Общая и спортивная этика	12	6	6	Наблюдение за владением танцевальной азбуки
4.	Развивающие танцы	32	2	30	Просмотр исполнения
5.	Европейская программа	36	2	34	Просмотр исполнения
6.	Латиноамериканская программа	36	2	34	Соревнование
7.	Контрольные занятия	2	1	1	Диагностика освоения ДОП
8.	Итоговое занятие	2	-	2	
	Итого	136	16	120	

**Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
Группы 6-17 лет	01.09. текущего учебного года	21.05. текущего учебного года	34	68	136	2 раза в неделю

**Рабочая программа**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**«Спортивные танцы»**

**Особенности организации образовательной деятельности при обучении**  
**детей спортивным танцам.**

Настоящая программа опирается на некоторые понятия и навыки, которые учащиеся получают на других уроках. Он является яркой иллюстрацией применения тех или иных знаний на практике. Непосредственная связь курса «Спортивные танцы» с «Музыкой» прослеживается на всем этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Учащиеся отрабатывают понятия «ритм», «счет», «размер», «такт», при этом дети должны различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение.

При изучении общих понятий в танцах учащиеся сталкиваются с математическими понятиями «угол поворота», «направление движения» (по линии танца, диагонально), «доли счета» ( $1/4$ ,  $2/4$ ,  $3/4$  и т.д.). Существуют понятия «геометрия шагов», «диаграмма шагов».

На занятиях учащиеся пользуются и физическими понятиями «вес тела», «ось поворота», «импульс движения», «ускорение».

Самая тесная связь прослеживается между танцами и физкультурой: и по строению урока и по его насыщенности. Начинаясь с разминки. Имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу.

**Адресат программы**

Программа адресована обучающимся в возрасте с 6 до 17 лет, допущенным по состоянию здоровья врачом к занятиям спортивными танцами.

**Цель программы**

Содействие гармоничному физическому развитию детей и подростков, обучение знаниям, умениям и навыкам спортивных танцев, формированию художественного вкуса детей, развитию их творческого потенциала, трудолюбию, терпению, чувства собственного достоинства и самоуважения

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- изучить основы музыкально-двигательной культуры;
- обучить элементарной технике исполнения танцев Медленный вальс, Медленный ритмический фокстрот, Ча-Ча-Ча и Самба;
- расширить кругозор;
- изучить историю спортивных бальных танцев Медленный вальс, Медленный ритмический фокстрот, Ча-Ча-Ча и Самба;

**Воспитывающие:**

- воспитать потребность в здоровом образе жизни;
- воспитывать коммуникативные навыки и культуру общения;
- воспитывать трудолюбие, терпение;
- привить учащимся культуру общения между собой в паре, в танце, с окружающими;
- воспитать аккуратность и самостоятельность.

**Развивающие:**

- развивать танцевальные данные и физические качества;
- развивать чувство ритма;
- развивать музыкальность и эмоциональную выразительность;
- сформировать правильную и красивую осанку;
- развивать внимание и наблюдательность;

### Планируемые результаты

#### Предметные:

Обучающиеся приобретут следующие предметные результаты:

#### Будут знать:

9. общую характеристику изучаемого танца (музыкальный размер, темп, характерные особенности танца, происхождение);
10. позицию ног в латиноамериканской и европейской программах;
11. положение рук;
12. позиции в паре в европейских танцах;
13. позиции в паре в латиноамериканских танцах;
14. линию танца;
15. направление движения;
16. углы поворотов.

#### Будут уметь:

6. правильно ставить корпус тела;
7. правильно и полно переносить веса тела;
8. точно работать стопой ног;
9. устанавливать позицию в паре.
10. владеть техникой исполнения танцев Медленный вальс, Медленный ритмический фокстрот, Ча-Ча-Ча и Самба

#### Личностные:

6. сила воли,
7. трудолюбие, настойчивость, терпеливость,
8. выдержка и самообладание,
9. уверенность в своих силах,
10. дисциплинированность

#### Метапредметные:

6. сформируется умение слушать и правильно реагировать на замечания, следовать инструкциям,
7. сформируется привычка к ЗОЖ
8. будет формироваться монологическая речь за счет проговаривания алгоритма выполнения танцевальных движений,
9. проявится интерес к изучению многообразия спортивных и бальных танцев,
10. улучшатся показатели выносливости, ловкости, быстроты действий.

### Содержание программы

#### 1. Вводное занятие.

*Теория.* Инструктаж по охране труда. Правила поведения в танцевальном зале во время занятий и во время перерывов. Цель и задачи 1 года обучения. Требования к танцевальной форме, обуви и причёске для занятий. Спортивные танцы – к чему мы стремимся, общие правила и традиции в коллективе. Основное отличие поклона-приветствия девочек и мальчиков.



*Практика.* Веселая разминка. Разучивание поклона-приветствия.

## 2. **Танцевальная азбука**

*Теория.* История возникновения танцевального искусства. Значение танца и музыки в жизни человека. Характер музыки: печальный - веселый, плавный, обрывистый, медленный, быстрый и т.д. Музыкальный размер: 2/4, 4/4,) сильные доли такта, слабые доли, акцент, музыкальные задания по анализу танцевальной музыки. Варианты музыкального сопровождения: электронная аппаратура, один или несколько музыкальных инструментов, вокальное исполнение мелодии. Беседа о музыке – ее стиль, настроение, скорость, сложность ритма.

Правила осанки. Правила безопасного выполнения упражнений разминки и элементов классического экзерсиса. Понятия: «осанка», «прямая нога», «носок натянут», «выпады», «растяжка», «взмах». Правила выполнения специальных танцевальных упражнений. Точки зала. ТБ при перемещении по точкам.

*Практика.* Упражнения на развитие умения слушать музыку – прохлопывание и протоптывание основных ударов (счетов) в такте, упражнения на определение настроения (характера) музыки, на соотнесение своих движений с музыкой, ее счетом, упражнения на координацию, музыкально-ритмические упражнения с использованием различных видов шагов – шаг с переносом веса, шаг с приставкой, шаг с тэпом, шаг с выносом ноги (вперед, назад, в сторону, на носок, на каблук), поворотами, упражнения на дробление ритма, изменение темпа ритма.

Упражнения по развитию музыкальности, ритмичности. Работа над развитием чувства ритма: всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы.

Работа над умением ориентироваться в пространстве: деление зала по точкам; умение держать линию, колонну; соблюдать интервалы, строить круг; соблюдать интервалы во время движения; знать своё место в зале при перестроениях.

Танцевальные элементы: бег; прыжки, приставной шаг; подскоки на месте и в продвижении; галоп. Разогрев разных частей тела (разминка) – наклоны, вращения, растягивания, сокращения. Элементы классического экзерсиса. Упражнения на осанку, деми плие по 1, 2 позиции, батман тандю, релеве, пордебра. Работа над единичными техническими действиями.

## 3. **Общая и спортивная этика**

*Теория.* Танцевальный этикет. Правила и нормы поведения в обществе, в коллективе. Правила спортивного танцевального костюма, прически и макияжа для начинающего танцора.

*Практика:* упражнения на невербальное взаимопонимание в системе «педагог - танцор» во время исполнения танца (системе жестов). Упражнения на умение вести пару – «иди туда, знаю куда», «точка опоры», «тяни-толкай». Упражнения на умение быть ведомым – «резинковая рука», «точка опоры», «тяни-толкай». Творческие игры на взаимодействие в парах и команде «Зеркало», «Капитан», «Повтори за мной».

## 4. **Развивающие танцы.**

*Теория.* Современные детские массовые танцы. Танцы – игры. Сюжетно-ролевые танцы. Последовательные танцы начального уровня в парах. Правила исполнения фигур и схем ритмических комбинаций - «Кулачки», «Ту степ», Модный рок, Полька, «Маленький вальс». Правила игр и ТБ при подвижной игре.

*Практика:* Совместность действий в паре. Ритмические комбинации основанные на простых движениях под музыку с четким ритмом – «Кулачки», «Ту степ», «Модный рок», «Полька», «Маленький вальс» и др.. Музыкально-подвижные игры - «Найди свое место», «Самолетики», «Радуга», а так же творческая музыкальная импровизация «Море волнуется раз...».

## 5. **Европейская программа**

Теория. История возникновения и становления европейских бальных танцев. Музыка, характер и стиль костюмов для европейских бальных танцев. Что такое «танцевальная пара»? Музыкальный размер и основной счет в танцах **Медленный вальс** и **Медленный ритмический фокстрот**. Правила сольного и парного исполнения танцев – их схожесть и различие.

Правила исполнения следующих фигур:

- Медленный вальс – закрытые перемены вперед и назад, с правой и с левой ноги, правый поворот на  $\frac{1}{4}$  на линиях;

- Медленный ритмический фокстрот –  $\frac{1}{4}$  поворота вП и вЛ.

Правила коленных действий.

Практика. Прослушивание музыки для европейских бальных танцев. Упражнения на определение первого счета (сильной доли) в музыке: фокстрота, вальса (прохлопывание и протопывание). Разучивание и отработка танцевального материала: Правила исполнения шагов вперед и назад.

**Медленный Вальс** – основной счет «раз, два, три»; закрытые перемены вперед и назад, лицом и спиной, с правой и с левой ног, правый поворот на  $\frac{1}{4}$  на линиях; Упражнения на дорожках.

**Медленный ритмический фокстрот** – основной счет: 1 и 2 и 3 и 4 и; «slow», «quick»,  $\frac{1}{4}$  поворота вП и вЛ. Основное движение: шаги вперед, назад; шассе влево, вправо. Соло, в паре.

Постановка и отработка танцевальных вариаций для начинающих танцоров. Постановка вариации для движения по ЛТ.

Правила правильных действий при движении в линию с партнером.

#### 6. **Латиноамериканская программа**

Теория. История возникновения и становления латиноамериканских бальных танцев. Музыка, характер и стиль костюмов для латиноамериканских бальных танцев. Беседа о музыкальном размере, и первом счете в танцах **Ча-Ча-Ча** и **Самба**. Особенность вступления в танце Ча-Ча-Ча. Правила сольного и парного исполнения танцев – их схожесть и различие. Правила исполнения следующих фигур:

- **Ча-Ча-Ча** – основной счет «ча-ча-ча, два, три»; Тайм степ, Шассе в сторону, Основное движение, Нью-Йорк;

- **Самба** – основной счет «раз, два»; Баунс, Основное движение - с ПН, с ЛН, вперед, назад; Ленивый Виск, Самба ход на месте.

Практика. Прослушивание музыки. Упражнения на определение первого счета в музыке (прохлопывание и протопывание). Разучивание и отработка танцевального материала:

- Ча-Ча-Ча – Тайм степ, Шассе в сторону, Основное движение, Нью-Йорк;

- Самба – Баунс, Основное движение - с ПН, с ЛН, вперед, назад; Ленивый Виск, Самба ход на месте.

Постановка и отработка танцевальных вариаций для соревнований среди начинающих танцоров. Отработка взаимодействия в паре

#### 7. **Контрольные занятия**

Теория. Опрос по теоретическому материалу.

Практика. Просмотр исполнения танцевального материала на предмет знания танцевальных фигур и технического качества исполнения

#### 8. **Итоговое занятие**

Практика. Подведение итогов года. Танцевальные импровизации. Игровая программа.

### **Тематическое планирование**

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Спортивные танцы»

1 год обучения

№	Тема	Количество часов			Формы контроля/ промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
9.	Вводное занятие	2	1	1	
10.	Танцевальная азбука	14	2	12	Опрос, просмотр исполнения
11.	Общая и спортивная этика	12	6	6	Наблюдение за владением танцевальной азбуки
12.	Развивающие танцы	32	2	30	Просмотр исполнения
13.	Европейская программа	36	2	34	Просмотр исполнения
14.	Латиноамериканская программа	36	2	34	Соревнование
15.	Контрольные занятия	2	1	1	Диагностика освоения ДОП
16.	Итоговое занятие	2	-	2	Опрос, просмотр исполнения
	Итого	136	16	120	

### Методические и оценочные материалы

#### Методические аспекты освоения программы.

В организации освоения программы «Спортивные танцы» определяющими являются общепедагогические принципы и методы преподавания. Одним из основных методов обучения танцу по данной программе является использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний. Изучение и проработка небольшого количества материала (движений) дает возможность качественного усвоения. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создает впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Основными в освоении программы «Спортивные танцы» являются принципы: «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущению». При изучении спортивных танцев используется метод деления движений на простые части с последующей группировкой частей в нужной последовательности.

Целостный метод – разучивание движений целиком в замедленном темпе используется при изучении движений национальных танцев, балансе, в современных танцах. Метод временного упрощения используется, например, при изучении вальса. Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения, его ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно. Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считать движения.

В танцах со сложной координацией необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец начинается «от пола», и следует показать и объяснить в необходимость определенной последовательности в движении ног, рук, тела.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание.

Методические особенности курса «Спортивные танцы» взаимосвязаны между собой. При правильном их применении успешнее решаются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи в формировании гармонично развитой личности. Дидактический материал – аудиозаписи, соответствующие программе и танцевальному репертуару. В

качестве технического оснащения на каждом занятии используется музыкальный центр с аудиоколонками.

### **Диагностические материалы**

Промежуточная диагностика освоения дополнительной общеразвивающей программы: Качество соблюдения последовательности движений в танце.  
(Приложение № 1)

Итоговая педагогическая диагностика освоения дополнительной общеразвивающей программы проводится по следующим критериям:

- Качество самостоятельной работы
  - Устойчивость интереса к предмету
  - Точность и грамотность выполнения задания
  - Творческая активность на занятии
  - Творческий подход к выполнению заданий
  - Умение прогнозировать результаты своей деятельности
- (Форма диагностического материала в Приложении № 2)

Все оценки показателей по каждому критерию суммируются. На основе набранной суммы можно определить уровень усвоения умений и навыков:

17-20- высокий уровень,

13-16- средний уровень,

9-12- низкий уровень.

### **Используемые ресурсы**

#### **Литература для педагога:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 1999.
2. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. М. 2009
3. Захаров В. М. Танцы народов мира. – М., 2008.
4. Захаров Р. Сочинение танца. М. Искусство, Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2006г.
5. Кветная О.В., Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать: Учебное пособие.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.
6. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьники и компьютер. М.: ВАКО, 2007.
7. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М.: Изд-во МГИК, 2013 г.
8. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М.: 2010 г.
9. Латиноамериканские танцы. / Авт.-сост. О.В. Иванникова.- М.: АСТ, 2003.
11. Ритмика и бальные танцы. Программа для начальной и средней школы. Е.И. Мошкова.-М.:Просвещение,1997.
12. Савостьянов А.И. Физическое здоровье школьника. Учебное пособие.- М.: Педагогическое общество России, 1996.
13. Савченко Е. Эстетическое воспитание на уроках хореографии. // Учитель. - 2003.- №3.
14. Современный бальный танец. Учебное пособие. Под редакцией В.М. Стригановой В.И. Уральской. М.: Просвещение, 1977.
15. Ткаченко Т. Народный танец. М. 2011
16. Фокина Е. Танцуют все. // Учитель.-2002.- №6
17. Янкелевич Е.И. Воспитание правильной осанки.- М.: Физкультура и спорт, 1959.

**Обучающие программы на DVD для педагога и родителей:**

1. Латино-американские танцы (самба, джайв). - Данс медиа.
2. Латинский квартал. С.Дуванов, С.Тверьянович. Самба, румба. Ча-ча-ча, пасадобль, джайв. - Данс медиа.
3. Методика преподавания спортивного бального танца. Принципы обучения начинающих. Латиноамериканские танцы.- Видео Мастер.
4. Танцы. Обучающая программа. Выпуск 4. (самба).

Учебное видео по спортивным танцам в соответствии с правилами ФТСР и МФТС. - ООО «Артис-ИС».

**Интернет-ресурсы для педагога и родителей:**

1. [www.dance-city.narod.ru](http://www.dance-city.narod.ru)
2. [www.danceon.ru](http://www.danceon.ru)

**Приложение № 1****Качество выполнения элементов движения в танце**

куда наступает стопа (как переносится вес тела)	Движение ноги (как работает стопа)	движение коленей	движение бедер	движение корпуса	танец рук	направление взгляда (движение головы)
верно	верно	верно	верно	верно	верно	верно
неверно	неверно	неверно	неверно	неверно	неверно	неверно

**Приложение № 2****Освоение ДОП**

Качество самостоятельной работы:	Устойчивость интереса к предмету	Точность и грамотность выполнения задания	Творческая активность на занятии	Творческий подход к выполнению заданий	Умение прогнозировать результаты своей деятельности
0- очень низкий уровень	0-не устойчивый	0-очень низкая	0-очень низкая	0-очень низкая	0-нет
1 -уровень ниже среднего	1-слабо устойчивый	1-низкая	1-низкая	1-низкая	1-скорее нет
2-средний уровень	2- средний	2-средняя	2-средняя	2-средняя	2- иногда
3-уровень выше среднего	3- устойчивый	3-высокая	3-высокая	3-высокая	3-скорее да
4-высокий уровень	4-очень устойчивый	4-очень высокая	4-очень высокая	4-очень высокая	4-да

