

# СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Комплекс основных характеристик программы** |  |
| 1.1 | Пояснительная записка | 2 |
| 1.2 | Цель и задачи программы | 5 |
| 1.3 | Содержание программы | 6 |
| 1.4 | Планируемые результаты | 8 |
| **2** | **Комплекс организационно-педагогических условий** |  |
| 2.1 | Формы аттестации | 9 |
| 2.2 | Методическое обеспечение | 12 |
| 2.3 | Календарный учебный график | 14 |
| 2.4 | Рабочая программа | 14 |
| 2.5 | Условия реализации программы | 30 |
| **3** | **Иные компоненты** |  |
| 3.1. | Воспитательная работа | 32 |
| 3.2. | Работа с родителями (законными представителями) | 33 |
| **4** | **Список литературы** | 34 |

# Комплекс основных характеристик образования

# Пояснительная записка

Для того, чтобы танец жил, необходимо, чтобы его знали самые широкие круги исполнителей – это условие его существования. Отсюда следует необходимость строгой системы в обучении бальному танцу.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа художественной направленности «Танца утонченная душа» (далее программа) выстроена по принципу программы «Шесть ступеней мастерства» по ред. Климовой А.С.

Программа разработана на основе нормативно-правовой документации:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012) (ред. от 31.07.2020 г.)
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (ред. от 30.09.2020 г.)
3. Приказ Минобрнауки от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Зарегистрировано в Минюсте России от 18.09.2017№ 48226)
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Федеральный Закон от 31.07.2020 г. № 304 «О внесении изменений в ФЗ «Об образовании в РФ» по вопросам воспитания обучающихся»
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

**Программа стартового уровня обучения** предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. Предполагается минимальным уровень сложности программы, обеспечивающий прием всех обучающихся без предъявления специальных

требований.

В репертуар ансамбля входят популярные танцевальные композиции многих стилей и направлений, что позволяет не только удовлетворить естественную физическую потребность учащегося в разнообразных формах движения, но и максимально расширить его художественный кругозор, стремление к прекрасному, познаваемому им через разные формы танцевального искусства.

# Направленность программы – художественная

Программа предоставляет учащимся дополнительные возможности по развитию творческих и образовательных потребностей для духовного и интеллектуального развития посредством приобщения их к миру танца. Данная программа реализует комплексный подход в обучении детей хореографии:

* развитие мотивации детей к познанию и творчеству,
* содействие личностному и профессиональному самоопределению, обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе,
* приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству.

# Новизна программы

Данная программа позволяет решить задачи начального и последующего спортивного танцевального обучения с учётом индивидуальных и возрастных особенностей учащихся. В основе программы лежит комплексный подход к обучению спортивным танцам. Он заключается в гармоничном сочетании основ хореографии, музыки, пластики и танцев народов мира.

Учащемуся прививаются необходимые двигательные навыки, умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм. Способность согласовывать движения своего тела с музыкой вызывает комфортное состояние, и танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая те или иные задачи, которые ставит перед ним педагог. При этом происходит общее укрепление организма и физическое развитие учащегося.

# Актуальность программы

Актуальность программы в освоении бальных спортивных танцев, связана с определенной тренировкой тела. Особенностью танца является физическое развитие тела, без гипертрофии тех или иных мышц.

Систематические занятия танцем развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность. Танец учит логическому, целесообразно организованному, а потому грациозному движению. Эти качества танца поднимают значение преподавания бальной хореографии в системе воспитания.

Бальный танец оказывает также большое влияние и на формирование внутренней культуры человека. Занятия бальным танцем органически связаны с усвоением норм этики, немыслимы без выработки высокой культуры общения между людьми. Выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, простота, скромность, внимание к окружающим, их настроению, доброжелательность,

приветливость – вот те черты, которые воспитываются у учащихся в процессе занятий танцем и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Так занятия танцем помогают воспитывать характер человека.

Танцевальное искусство, давая выход энергии молодежи, наполняет ее бодростью, удовлетворяет потребность человека в празднике, в зрелище, игре, выступает также как средство массового общения людей, дает возможность содержательно провести время, познакомиться, подружиться.

# Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в воспитании молодежи. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно- физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. Конечно, в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

С первых занятий учащиеся вовлекаются в мир творчества с помощью развивающих игр. Например, знакомство проходит в танце-представлении своего имени. Каждый участник демонстрирует в движении образ своего «Я», воплощённый в собственном имени. Эта игра показывает степень раскрепощённости учащегося, богатство его фантазии, умение выразить себя на языке танца. Так учащиеся познают непосредственную связь Слова и Жеста, Звука и Движения, а, значит, Музыки и Танца. Раскованные, готовые к восприятию чётких танцевальных форм, они легко и с интересом усваивают понятия танцевальной азбуки: ритм, размер, темп, характер музыкального произведения. Здесь заложена основа методики систематической подготовки начинающих танцоров, которая отражает педагогическую целесообразность её реализации.

# Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной программы является то, что в ней использованы особые формы организации образовательного процесса: применение игровых технологий, групповая работа, импровизация. В процессе обучения значимое место уделяется методу интеграции, который позволяет соединить элементы различных предметов: музыки, театра, гимнастики, что способствовало рождению качественно новых практических знаний и умений. Учащиеся могут начать обучение по программе согласно своему возрасту и при прохождении проверки знаний, умений и навыков (предварительная аттестация).

# Адресат программы

Программа построена с учетом возрастных и психологических особенностей учащихся, реализуется для всех желающих в разновозрастных группах; рассчитана на любой социальный статус учащихся, имеющих различные интеллектуальные, технические, творческие способности, не имеющие противопоказаний по здоровью.

Набор в ансамбль осуществляется без специальной подготовки, от обучающихся не требуется специальных знаний и умений.

# Режим занятий

Продолжительность и режим занятий в ансамбле спортивного бального танца «Фламенко» устанавливается локальным нормативным актом в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.

Занятия проводятся два раза в неделю по три часа. Продолжительность одного занятия составляет 30 минут. После 30 минут занятий организовывается обязательный перерыв длительностью 10 минут для проветривания помещения и отдыха учащихся.

Общее количество часов в неделю по программе - 6 часов для одной группы учащихся включая учебные занятия в выходные дни с учетом пожеланий родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся и с целью создания наиболее благоприятного режима занятий и отдыха детей

Сроки реализации программы-01.09.2022-31.05.2023.

Объем программы-216 часов (в том числе: теория-59 час., практика-157 час.) 36 недель/9 месяцев/1 год

Форма обучения - очная

Особенности организации образовательного процесса - язык реализации программы - государственный русский

Целевая аудитория по возрасту 7-14 лет.

# Цель и задачи программы

**Цель программы:** создание условий для гармоничного развития личности, обогащение духовной культуры через обучение основам танцевального искусства, развитие способности к самовыражению языком танца.

# Задачи программы. Образовательные:

* знакомство с различными стилями, историей и географией танцевального искусства.

# Развивающие:

* развитие чувства ритма, музыкальной памяти и внимательности.

# Воспитательные:

* воспитание гражданственности и патриотизма, приобщение учащихся к лучшим образцам мировой культуры, возрождению культурных ценностей;
* формирование культуры поведения и культуры общения учащихся;
* воспитание чувства ответственности, взаимовыручки.

# Содержание программы Учебный план

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **п/п** | **ТЕМА** | **Кол-во**  **часов** | **В том числе** | | **Форма аттестации/**  **контроля** |
| **Теория** | **Практика** |
| **2 год обучения** | | | | | |
| **1.** | **Вводное занятие** | **3** | **1** | **2** | **Входной контроль. Собеседование. Смотр** |
| **2.** | **Модуль: Элементы общей физической подготовки**  **(разминка/тренаж)** | **18** | **6** | **12** |  |
| 2.1 | Верхний плечевой пояс | 3 | 1 | 2 |  |
| 2.2 | Брюшной пресс | 3 | 1 | 2 |  |
| 2.3 | Отделы позвоночника | 6 | 2 | 4 |  |
| 2.4 | Мышцы ног и суставы. Стопа | 6 | 2 | 4 |  |
| **3.** | **Модуль: Танцевальная азбука** | **12** | **5** | **7** |  |
| 3.1 | Музыкальный размер | 6 | 3 | 3 |  |
| 3.2 | Направления движения | 3 | 1 | 2 |  |
| 3.3 | Степень поворота | 3 | 1 | 2 | **Текущая аттестация. Танцевальные выступления** |
| **4.** | **Модуль: Европейская программа танцев** | **108** | **24** | **84** |  |
| 4.1 | «Медленный вальс» | 27 | 6 | 21 |  |
| 4.2 | «Венский вальс» | 27 | 6 | 21 |  |
| 4.3 | «Быстрый фокстрот» | 27 | 6 | 21 |  |
| **5.** | **Модуль: Латиноамериканская программа танцев** | **75** | **15** | **57** |  |
| 5.1 | «Самба» | 33 | 6 | 27 |  |
| 5.2 | «Ча-ча-ча» | 39 | 9 | 30 |  |
| 5.3 | Приглашение | 27 | 6 | 21 |  |
| **6.** | **Итоговое занятие** | **3** |  | **3** | **Аттестация на завершающем этапе. Итоговое концертное мероприятие** |
|  | **ИТОГО:** | **216** | **51** | **165** |  |

**Содержание учебного плана**

1. **Вводное занятие.** Теория*.* Знакомство с традициями и правилами студии, инструктаж по технике безопасности.

Практика*.* Приветствия (поклон), построение по линиям, повторение изученного ранее.

1. **Модуль: Элементы общей физической подготовки(разминка/тренаж)** Теория. Необходимость предварительного разогрева мышц, знакомство с основными группами мышц.

Практика. Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по специальной системе подготовки танцоров.

# Верхний плечевой пояс.

Теория*.* Основные группы мышц верхнего пояса.

Практика*.* Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса; наклоны головы, сжатие и расслабление пальцев рук, вращение кистей, локтей и плеч.

# Брюшной пресс.

Теория. Укрепление и развитие мышц брюшного пресса как залог формирования мышечного корсета.

Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса: наклоны в стороны и вперед, потягивания в стороны и вверх, круговые вращения корпуса.

# Отделы позвоночника.

Теория. Различные отделы позвоночника и их специфика. Что такое осанка и для чего она нужна.

Практика. Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины: сжатие и растяжение мышц грудного отдела. Растягивание и скручивание мышц поясничного отдела позвоночника.

# Мышцы ног и суставы.

Теория. Суставы и механизм их работы. Основные группы мышц ног.

Практика. Освоение системы упражнений, направленной на развитие подвижности суставных сочленений: в суставах (стопа, колено, бедро); укрепление и развитие мышц ног: различные виды приседаний, прыжки.

# Стопа.

Теория. Механизм работы стопы.

Практика. Освоение упражнений на работу стопы (пятка, носок, плоская стопа).

# Модуль: Элементы классического танца (классический экзерсис)

Теория*.* Знакомство с элементами классического экзерсиса. Практика.

* Позиции ног.
* Позиции рук.
* DEMI-PLIE
* BATTEMENT TENDU
* DOUBLE BATTEMENT TENDU
* BATTEMENT TENDU JETE
* PASSE PAR TERRE
* ROND DE JAMBE
* PAR TERRE EN DEHORS
* RELEVE
* SUR LE COU-DE-PIED
* SAUTE,
* PORT DE BRAS (Первое)
* PORT DE BRAS (Третье)
* ПЕРВЫЙ ARABESQUE
* ВТОРОЙ ARABESQUE
* ТРЕТИЙ ARABESQUE
* BATTEMENT FONDU
* BATTEMENT FRAPPE
* BATTEMENT RELEVE LENT
* PASSE
* BATTEMENT DEVELOPPE
* GRAND BATTEMENTJETE.

# Модуль: Европейская программа танцев.

Теория. Правила исполнения фигур стартовых групп Н-8.

Практика. Разучивание основных фигур стартовых групп Н-8 в танцах – медленный вальс, танго, венский вальс, быстрый фокстрот. Составление танцевальных схем для данных групп на основе разрешенных фигур ФТСАРР (см. Приложение №1).

# Модуль: Латиноамериканская программа танцев.

Теория. Правила исполнения фигур стартовых групп Н-8.

Практика*.* Разучивание основных фигур стартовых групп Н-8 в танцах – самба, ча-ча-ча, румба, джайв. Составление танцевальных схем для данных групп на основе разрешенных фигур ФТСАРР(см. Приложение №1).

# Итоговое занятие.

* 1. **Планируемые результаты**

# Учащиеся познакомятся:

* с информацией развития танцевального спорта в мире;
* с различными танцевальными стилями.

# Учащиеся научатся:

* исполнять спортивную программу стартовых групп Н-6;
* слушать музыку;
* воспринимать и координировать движение;

# Учащиеся освоят приемы:

* психологической концентрации; общения в паре и в детском коллективе

# Комплекс организационно-педагогических условий

# Формы аттестации

В программе применяются технологии, которые дают возможность учитывать индивидуальные способности и возможности каждого обучающегося: хореографические данные, состояние здоровья, уровень мотивации к обучению, степень загруженности каждого ребёнка, профориентацию.

Контроль осуществляется на основе наблюдения за образовательным процессом с целью получения информации о достижении планируемых результатов.

Эффективность и результативность программы отслеживается через образовательную аналитику - сбор, анализ и представление информации об учащихся (включает уровень образованности ребенка - уровень предметных знаний и умений, уровень развития его личностных качеств, параметры входного контроля, промежуточной аттестации и аттестация на завершающем этапе реализации программы, педагогах дополнительного образования, образовательной программе и контенте, необходимые для понимания и оптимизации учебного процесса).

В образовательном процессе педагогами активно используются инновационные образовательные технологии: проектная и исследовательская деятельность, индивидуальный подход, тренировочные упражнения, здоровьесберегающие технологии, что способствует повышению качества знаний, умений и навыков в освоении программы, результативности участия в мероприятиях различного уровня.

В течение года педагоги ансамбля проводят мониторинг по следующим критериям качественного их проявления:

* расширение диапазона знаний, умений и навыков в области выбранного направления;
* достижение определенного уровня эстетической культуры;
* творческая активность (ситуация успеха на занятиях, мероприятиях Центра, мероприятиях областного и Всероссийского уровня);
* уровень самооценки учащегося;
* профессиональное самоопределение учащихся;
* творческое сотрудничество в рамках коллектива.

Аттестация является обязательным компонентом образовательной деятельности и служит оценкой уровня и качества освоения обучающимися образовательной программы.

Входной контроль – оценка исходного уровня знаний учащихся перед началом образовательного процесса.

Промежуточная аттестация – оценка качества усвоения учащимися содержания конкретной общеразвивающей программы по итогам учебного периода (года обучения).

Аттестация на завершающем этапе реализации программы – оценка учащимися уровня достижений, заявленных в программе по завершении всего образовательного курса.

Аттестация учащихся осуществляется в соответствии с критериями оценки сформированности компетенций, заложенными в содержание общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Азбука танца» по уровням освоения материала и определяет переход учащегося на следующую образовательную ступень.

Формы проведения аттестации: собеседование, тестирование, самостоятельные творческие работы, контрольные занятия, практические работы, конкурсы, выступления, отчетные концерты, итоговые занятия и др.

Еще один показатель качества подготовки учащихся – участие и результативность в мероприятиях различного уровня.

# Оценочный лист уровня сформированности знаний, умений и

**навыков**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Параметры оценки** | **Критерии оценки** | |
| + | - |
| Умение маршировать под музыку, ритм и темп которой время от времени меняется |  |  |
| Умение выполнять поклон. |  |  |
| Умение слышать и просчитывать ритм музыки. |  |  |
| Импровизация танца или ритмического рисунка  под музыку |  |  |
| Желание заниматься в ансамбле бального танца |  |  |

# Протокол результатов аттестации учащихся (шаблон)

Вид аттестации: предварительная (сентябрь) / текущая (декабрь) / промежуточная или аттестация на завершающем этапе (май)

Творческое объединение (коллектив):

Наименование программы:

Группа №:

Год обучения:

Кол-во учащихся в группе:

Ф.И.О. педагога:

Дата проведения аттестации:

Форма проведения: собеседование, практическое задание, ролевая игра, конкурс, викторина, игра, итоговый концерт (выставка), тесты и др.)

Форма оценки результатов: уровень (высокий, средний, низкий)

# Результат аттестации

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Фамилия, имя учащегося** | **Результат аттестации** |
| 1. | Иванов Иван Иванович | высокий |
| 2. | ... | ... |

Всего аттестовано из них по результатам аттестации:

* высокий уровень
* средний уровень
* низкий уровень

Подпись педагога

# Оценочные материалы

Содержание аттестации. Сравнительный анализ качества выполненных работ начала и конца учебного года (выявление роста качества исполнительского мастерства)**:**

* исполнение основных движений спортивных бальных танцев;
* ритмичность исполнения произведений в ансамбле;
* степень развития интеллектуальных, художественно-творческих способностей учащегося, его личностных качеств;
* уровень развития общей культуры учащегося. Форма оценки: уровень (высокий, средний, низкий).

Подведение итогов реализации данной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется через тестирование, концертные выступления, отчетные концерты, участие в областных, Всероссийских и международных смотрах, конкурсах и фестивалях.

Примерные параметры и критерии оценки уровня усвоения программы.

Ознакомительный уровень

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Параметры оценки*** | | ***Критерии оценки*** | | | | |
| ***Высокий*** | ***Средний*** | | ***Низкий*** | |
| Знание позиций рук и ног | | Исполнение без ошибок, с правильной постановкой корпуса, позиции рук и ног | Небольшое количество ошибок,  правильная постановка рук | | Допускает большое количество ошибок, путает позиции рук и ног | |
| Качество и уровень исполнения движений спортивного бального танца | | Исполнение без ошибок, на высоком эмоциональном и техническом уровне | Исполнение немузыкально, небольшим  количеством ошибок | с | Исполнение неточное,  допускает ошибки. | |
| Умение  основные | исполнять  элементы | Исполнение  характерное движений | Исполнение  эмоциональное, с | | Исполнение  большим | с |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| танцев Европейской и Латиноамериканской программы:  «Приглашение»  «Берлинская полька»  «Медленный вальс»  «Быстрый фокстрот»  «Ча-ча-ча» | русского танца, без ошибок, на высоком техническом уровне | небольшим количеством ошибок | количеством ошибок |
| Проявляемый интерес к занятиям,  творческая активность | Потребность в постоянном творческом росте, выполнение танцевальных  движений на высоком качественном уровне | Интерес стабильный | Минимальный интерес |
| Посещение занятий | Регулярное  ансамблевых занятий | Регулярное, пропуски связаны с  болезнью. | Нерегулярное |
| Участие в концертах | Участие в конкурсах, фестивалях. | Небольшие концертные номера, подтанцовки, выступления на мероприятиях ансамбля спортивного  бального танца  «Фламенко» | Только на  открытом занятии |

# Методическое обеспечение

Разработка методических рекомендаций, практикумов, сценариев по различным формам работы с детьми: беседы, игры, конкурсы, соревнования.

Разработка методических пособий, иллюстративного и дидактического материала.

Разработка эскизов костюмов.

Различные формы и методы обучения в программе реализуются различными способами и средствами, способствующими повышению эффективности условия знаний и развитию творческого потенциала личности учащегося.

# Методы обучения

**Наглядный:**

* непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку;
* опосредованный показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
* использование графических материалов, различных приспособлений при объяснении;
* дидактическая игра.

**Словесный:** обращение к сознанию учащегося, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

**Практический:** в его основе лежит многократное повторение и отработка движений.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Методы** | **Формы** | **Приемы** |
| Объяснительно- иллюстративный метод | Лекции, беседы, рассказы, обсуждения, консультации, презентации,  демонстрации | Демонстрация наглядных материалов, пособий, беседы. |
| Метод частично- поисковый | Работа по схемам. Работа с литературой, постановка проблемных вопросов | Самостоятельная разработка эскизов сценических костюмов,  самостоятельное изучение литературы, подбор репертуара. |
| Репродуктивный метод | Воспроизведение знаний, применение знаний на практике | Самостоятельная практическая работа: отработка новых и совершенствование ранее изучаемых |
| Мониторинг эффективности  программы обучения | Первичная диагностика, итоговая диагностика | Анкетирование, практическая работа участие в концертах, мероприятиях, фестивалях, конкурсах |
| Контроль знаний, умений и навыков | Отработка хореографических навыков, участие в конкурсах | Фестивали, конкурсы, викторины внутри творческого объединения, участие в отчетном концерте |
| Метод игры | Игры и упражнения на развитие внимания и воображения | Проведение культурно-досуговых мероприятий и игровых программ |

* Разработка методических рекомендаций, практикумов, сценариев по различным формам работы с детьми: беседы, игры, конкурсы, соревнования.
* Разработка методических пособий, иллюстративного и дидактического материала.

**Методы контроля и управления образовательным процессом** – это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия воспитанников коллектива в мероприятиях, оценка зрителей, членов жюри, анализ результатов выступлений на различных областных, всероссийских мероприятиях, конкурсах. Принципиальной установкой программы (занятий) является отсутствие назидательности и прямолинейности в преподнесении актерского материала.

При работе по данной программе вводный (первичный) контроль проводится на первых занятиях с целью выявления образовательного и творческого уровня обучающихся, их способностей. Он может быть в форме собеседования или тестирования (см. пр. №1; 2). Текущий контроль проводится для определения уровня усвоения содержания программы. Формы контроля традиционные (концертные выступления, спектакли, фестивали, конкурсы)

# Календарный учебный график

График учитывает возрастные психофизические особенности учащихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья. Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования Липецкой области» в установленном законодательством Российской Федерации порядке несет ответственность за реализацию в полном объеме дополнительных общеразвивающих программ в соответствии с календарным учебным графиком.

Начало учебных занятий – 01.09.2022 Количество учебных групп – 2

# Регламент образовательного процесса.

Группа № 1: 6 занятий в неделю. Группа № 2: 6 занятий в неделю.

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором ГБУ ДО «Центр дополнительного образования Липецкой области", занятия начинаются в 09.00 и заканчиваются не позднее 20.00.

# Продолжительность занятий.

Группа № 1: 30 минут

Группа № 2: 30 минут

После 45 минут занятий организовывается перерыв длительностью 10 минут для проветривания помещения и отдыха учащихся

# 2.5. Рабочая программа

**Группа 1, 2**

* Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа на базе МБОУ СОШ № 50 последующему расписанию:
* группа 1 – среда, пятница-14.00-14.30, 14.40-15.10, 15.20-15.50
* группа 2: вторник, четверг-18.00-18.30, 18.40-19.10, 19.20-19.50

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата проведения занятий | Теория | Время | Практика | Время | Другие формы работы | Время | Кол-во часов |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Ча-ча-ча»***  Техника ног (стопа  ,колено) | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Ча-ча-ча»***  Работа стопы и  колена | 55 | Тренинг *«Танго»* | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Танго»*** Обьяснение движения  «поступательный боковой шаг» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Танго»*** Отработка движения  «поступательный боковой шаг» | 55 | Беседа *«Румба»* | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»***  Обьяснение движения  «Закрытый импетус поворот» (Импетус) | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Медленный вальс»***  Отработка движения  «Закрытый импетус поворот» (Импетус) | 55 | Малоподвижная игра  «Плавно, мелодично» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»*** Обьяснение движения  «Закрытые роки на ПН и ЛН  (Закрытые роки)» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»*** Отработка движения  «Закрытые роки на ПН и ЛН  (Закрытые роки)» | 55 | Беседа  *«Венский вальс. Музыкальный такт. Ритм»* | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с | 10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, | 55 | Игровые упражнения  *«Пасодобль. Основные движения»* | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | демонстрацией педагога  ***«Самба»*** Обьяснение движения  «Открытые роки вправо и влево (Открытые роки)» | 10 | мышц и суставов ног  ***«Самба»*** Отработка движения  «Открытые роки вправо и влево (Открытые роки)» |  |  |  | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»***  Обьяснение движения  «Открытый импетус поворот (Импетус в ПП) | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Медленный вальс»***  Отработка движения  «Открытый импетус поворот (Импетус в ПП) | 55 | Подвижная игра  *«Пасодобль. Следи за ритмом»* | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Танго»*** Обьяснение движения  «поступательное звено» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Танго»*** Отработка движения  «поступательное звено» | 55 | Тренинг  *«Медленный фокстрот»* | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Джайв»*** Обьяснение движения  «Альтернативные методы исполнения Шассе Джайва:  -«Джайвронд шассе» | 10  10 | Работа верхнего  плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Джайв»*** Отработка движения  Альтернативные методы  исполнения Шассе Джайва:  -«Джайвронд шассе» | 55 | Беседа  *«Медленный фокстрот.*  *Взаимоотношения в паре»* | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении  физической | 10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов | 55 | Малоподвижная игра  «Передай другому» | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Джайв»*** Обьяснение движения  «Альтернативные методы исполнения Шассе Джайва:  -«Бегущее шассе» | 10 | позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Джайв»*** Отработка движения  Альтернативные методы  исполнения Шассе Джайва:  -«Бегущее шассе» |  |  |  | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Левый поворот» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»*** Отработка Обьяснение  движения  «Левый поворот» | 55 | Беседа  *«Медленный вальс. Взаимоотношения в паре»* | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Левый поворот» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»*** Отработка Обьяснение  движения  «Левый поворот» | 55 | Игровые упражнения с предметами | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»*** Обьяснение движения  «Роки назад на ПН и ЛН  (Закрытые роки)» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»*** Отработка движения  «Роки назад на ПН и ЛН  (Закрытые роки)» | 55 | Подвижная игра  «Почувствуй ритм» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога | 10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов  ног | 55 | Тренинг  «Музыка, такт» | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***«Самба»*** Обьяснение движения  «Коса» | 10 | ***«Самба»*** Отработка движения  «Коса» |  |  |  | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»***  Обьяснение работы стопы и колена | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Медленный вальс»***  Отработка  движения стопы и колена | 55 | Беседа  *«Ча-ча-ча»*  *чувство ритма* | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Танго»*** Обьяснение движения  «Альтернативные методы выхода в ПП (**Тэп-**  **Альтернативный выход в ПП)** | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Танго»*** Отработка движения  «Альтернативны е методы выхода в ПП (**Тэп- Альтернативны й выход в ПП)** | 55 | Малоподвижная игра  «Змейка» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»*** Обьяснение движения  «Раскручивание» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»*** Отработка движения  «Раскручивание» | 55 | Беседа  *«Медленный вальс» чувство ритма* | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»*** Обьяснение движения  «Аргентинские кроссы»» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»*** Отработка движения  «Аргентинские кроссы»» | 55 | Игровые упражнения  «Угадай танец» | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о | 10 | Работа мышц на расслабление и  растяжение | 55 | Подвижная игра  «Танцуй с нами» | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»***  Обьяснение движения  «Кросс  хезитейшн**(Кросс хезитейшн из ПП**)» | 10 | ***«Медленный вальс»***  Отработка движения  «Кросс  хезитейшн**(Крос с хезитейшн из ПП**)» |  |  |  | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение работы  ног (стопа,колено) | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»***  Отработка техники ног  (стопа,колено) | 55 | Тренинг Чувство ритма | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Ча-ча-ча»*** Обьяснение движения  «Кросс бэйсик» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Ча-ча-ча»*** Отработка движения  «Кросс бэйсик» | 55 | Беседа  *«Пасодобль»* | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Ча-ча-ча»*** Обьяснение движения  «Левый волчок» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Ча-ча-ча»*** Отработка движения  «Левый волчок» | 55 | Малоподвижная игра  «Мелодика» | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Танго»***  Обьяснение ритма в | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Танго»***  Отработка ритма | 55 | Беседа  *«Быстрый*  *фокстрот. Опасный угол»* | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | танго и его значение |  |  |  |  |  | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»***  Обьяснение работы шейпа | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Медленный вальс»***  Отработка шейпа | 55 | Игровые упражнения  «Весело, задорно» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»***  Обьяснение счета в танце | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»***  Отработка счета на основе  основного движения | 55 | Подвижная игра  ***«Джайв»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»*** Обьяснение движения  «Основное движение (Основное движение в  закрытой позиции)» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»***  Отработка счета на основе  основного движения | 55 | Беседа ***«Быстрый фокстрот»*** | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Быстрый фокстрот»*** Обьяснение движения  «Закрытый импетус поворот **(Импетус)»** | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Быстрый фокстрот»*** Отработка с движения  «Закрытый  импетус поворот  **(Импетус)»** | 55 | Малоподвижная игра  ***«Самба»*** | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о  распределении | 10 | Работа мышц на расслабление и растяжение | 55 | Беседа ***««Самба»*** | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | физической нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Перемена вперед с ПН – из правого поворота в левый» | 10 | ***«Венский вальс»***  Отработка движения  «Перемена  вперед с ПН – из правого поворота в левый» |  |  |  | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»***  Понятие «скорость» в танце «самба»  Обьяснение  распределения физической  нагрузки на ноги для ускорения  движения | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»***  Отработка  скорости в танце  «самба» | 55 | Игровые упражнения  «Плавно, мелодично» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»***  Понятие «скорость» в танце «самба»  Обьяснение  распределения физической  нагрузки на ноги для ускорения  движения | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»***  Отработка  скорости в танце  «самба» | 55 | Подвижная игра  «Калейдоскоп» | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»***  Обьяснение движения  «Крыло» (Крыло из ПП) | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Медленный вальс»***  Отработка движения  «Крыло» (Крыло из ПП) | 55 | Тренинг «История и терминология  бальных танцев» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  Обьяснение о распределении | 10 | Работа верхнего  плечевого пояса, брюшного | 55 | Беседа «Самба» | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | физической нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»*** Обьяснение движения  «Основное движение в  открытой позиции» | 10 | пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»*** Отработка движения  «Основное движение в  открытой позиции» |  |  |  | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Быстрый фокстрот»*** Обьяснение движения  «Левый пивот» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Быстрый фокстрот»***  Отработка движения  «Левый пивот» | 55 | Малоподвижная игра  ***«Медленный вальс. Пригласительный букет»*** | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Перемена вперед с ПН – из правого поворота в левый» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»***  Отработка движения  «Перемена  вперед с ПН – из правого поворота в левый» | 55 | Малоподвижная игра  «Танцующая перчатка» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»*** Обьяснение движения  «Альтернативные основные  движения» | 10  10 | Работа верхнего  плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»*** Отработка движения  «Альтернативны е основные  движения» | 55 | Игровые упражнения  «Плавно, мелодично» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога | 10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов  ног | 55 | Подвижная игра  «Змейка» | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***«Румба»*** Обьяснение движения  «Поступательные  шаги вперед или назад» | 10 | ***«Румба»*** Отработка движения  «Поступательны  е шаги вперед или назад» |  |  |  |  |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Быстрый фокстрот»*** Обьяснение движения  «Двойной левый спин» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Быстрый фокстрот»***  Отработка движения  «Двойной левый спин» | 55 | Тренинг ***«Танго. Основные движения»*** | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»*** Обьяснение работы корпуса и рук | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Медленный вальс»***  Отработка  работы корпуса и рук | 55 | Беседа ***«Румба»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Джайв»*** Обьяснение движения  «Флик болдчеиндж (Альтернативные метолы исполнения шагов 1-2 фигуры Звено)» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Джайв»*** Отработка движения  «Флик  болдчеиндж (Альтернативные метолы  исполнения шагов 1-2  фигуры Звено)» | 55 | Малоподвижная игра  «Танцующая перчатка» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Джайв»*** | 10 | Работа верхнего  плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Джайв»*** | 55 | Беседа  ***«Венский***  ***вальс.Взаимоотнош ения в паре»*** | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Обьяснение движения  «Сайд рок» | 10 | Отработка движения  «Сайд рок» |  |  |  |  |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Перемена вперед с ЛН – из левого  поворота в правый» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»***  Отработка движения  «Перемена  вперед с ЛН – из левого поворота  в правый» | 55 | Игровые упражнения  ***«Пасодобль. Танцующий коридор»*** | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Быстрый фокстрот»*** Обьяснение движения  «Быстрый открытый левый поворот  **(Открытый левый поворот)»** | 10  10 | Работа мышц на  расслабление и растяжение  ***«Быстрый фокстрот»***  Отработка движения  «Быстрый открытый левый поворот **(Открытый**  **левый**  **поворот)»** | 55 | Подвижная игра  ***«Пасодобль. Танцующая перчатка»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Джайв»*** Обьяснение движения  «Брейки в джайве» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Джайв»*** Отработка движения  «Брейки в джайве» | 55 | Тренинг  ***«Медленный фокстрот»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Джайв»***  Обьяснение партий партнера и  партнерши в | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Джайв»***  Отработка  партий партнера и партнерши в | 55 | Беседа  ***«Медленный***  ***фокстрот. Опасный угол»*** | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | движении  «Перекрученныйфо ллевэйтроуэвэй» |  | движении  «Перекрученный  фоллевэйтроуэвэ й» |  |  |  |  |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Перемена вперед с ЛН – из левого  поворота в правый» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»***  Отработка движения  «Перемена  вперед с ЛН – из левого поворота  в правый» | 55 | Малоподвижная игра  «Передай другому» | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Быстрый фокстрот»*** Обьяснение движения  «Бегущий правый поворот» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Быстрый фокстрот»***  Отработка движения  «Бегущий  правый поворот» | 55 | Беседа  ***«Медленный вальс»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»*** Обьяснение движения  «Спиральный поворот дамы на трех шагах (Двойной  спиральный поворот)» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»*** Отработка движения  «Спиральный поворот дамы на трех шагах (Двойной  спиральный поворот)» | 55 | Игровые упражнения с предметами | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»***  Обьяснение | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»***  Отработка | 55 | Подвижная игра  «Почувствуй ритм» | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | движения  «Спиральный поворот дамы на трех шагах (Двойной  спиральный поворот)» |  | движения  «Спиральный поворот дамы на трех шагах (Двойной  спиральный поворот)» |  |  |  |  |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»***  Обьяснение движения  «Закрытое крыло (Крыло)» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Медленный вальс»***  Отработка движения  «Закрытое  крыло (Крыло)» | 55 | Тренинг  «Музыка, такт» | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Танго»***  Обьяснение отличия танго от свинговых  танцев | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Танго»*** Отработка партий  партнерши и партнера с  учетом отличия | 55 | Беседа  ***«Ча-ча-ча»***  ***чувство ритма*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»***  Обьяснение партий партнера и  партнерши в движении  «Поступательные шаги вперед в правой боковой  позиции или в левой боковой позиции» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»***  Отработка  партий партнера и партнерши в  движении  «Поступательны е шаги вперед в правой боковой позиции или в  левой боковой позиции» | 55 | Малоподвижная игра  «Змейка» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»*** | 10 | Работа верхнего  плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»*** | 55 | Беседа  ***«Медленный вальс» чувство ритма*** | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Обьяснение партий партнера и  партнерши в  движении «Шаги в сторону влево и вправо» | 10 | Отработка  партий партнера и партнерши в  движении Шаги в сторону влево и вправо» |  |  |  |  |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Быстрый фокстрот»*** Обьяснение движения  «Четыре быстрых бегущих» | 10  10 | Работа мышц на  расслабление и растяжение  ***«Быстрый фокстрот»***  Отработка движения  «Четыре быстрых бегущих» | 55 | Игровые упражнения  «Угадай танец» | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Перемена назад с  ЛН – из правого поворота в левый» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»***  Отработка движения  «Перемена назад с ЛН – из  правого поворота в левый» | 55 | Подвижная игра  «Танцуй с нами» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»*** Обьяснение движения  « Самба-локи в открытой контр ПП и открытой ПП  (Самба локи, дама с левой стороны или с правой стороны)» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»*** Отработка движения  « Самба-локи в открытой контр ПП и открытой ПП (Самба локи, дама с левой  стороны или с правой  стороны)» | 55 | Тренинг  «Чувство ритма» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога | 10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов  ног | 55 | Беседа  ***«Пасодобль»*** | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***«Самба»*** Обьяснение движения  « Самба-локи в открытой контр ПП и открытой ПП  (Самба локи, дама с левой стороны или с правой стороны)» | 10 | ***«Самба»*** Отработка движения  « Самба-локи в открытой контр ПП и открытой ПП (Самба локи, дама с левой  стороны или с правой  стороны)» |  |  |  |  |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Медленный вальс»***  Обьяснение движения  «Двойной левый спин» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Медленный вальс»***  Отработка движения  «Двойной левый спин» | 55 | Малоподвижная игра  «Мелодика» | 15 | 3 |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Танго»*** Обьяснение движения  «Открытое окончание» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Танго»*** Отработка движения  «Открытое окончание» | 55 | Беседа  ***«Быстрый фокстрот»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»***  Обьяснениедвижене ия «Кукарача» | 10  10 | Работа верхнего  плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»*** Отработка движенеия  «Кукарача» | 55 | Игровые упражнения  «Весело, задорно» | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»*** | 10 | Работа верхнего  плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»*** | 55 | Подвижная игра  ***«Джайв»*** | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ОбьяснениеОбьясне ниедвиженеия  «Шаги в сторону и кукарача» | 10 | Отработка движенеия  «Шаги в сторону и кукарача» |  |  |  |  |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Перемена назад с  ЛН – из правого поворота в левый» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»***  Отработка движения  «Перемена назад с ЛН – из  правого поворота в левый» | 55 | Беседа ***«Быстрый фокстрот»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Самба»***  Обьяснение партий партнерши и  партнера в движении  «Самба шассе в сторону» | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Самба»*** Отработка партий  партнерши и партнера в  движении  «Самба шассе в сторону» | 55 | Малоподвижная игра  ***«Самба»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»***  Обьяснениедвижене ия  «Шаги в сторону и кукарача» в  редакции (3) | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»*** Отработка движенеия  «Шаги в сторону и кукарача» в  редакции (3) | 55 | Беседа ***««Самба»*** | 15 | 3 |
|  | **Разминка.** Обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Румба»***  Обьяснениедвижене ия  «Веер», | 10  10 | Работа верхнего плечевого пояса, брюшного  пресса, отделов позвоночника, мышц и суставов ног  ***«Румба»*** Отработка виженеия  «Веер», | 55 | Игровые упражнения  «Плавно, мелодично» | 15 | 3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | «Хоккейнаякоюшка  » |  | «Хоккейнаякою  шка» |  |  |  |  |
|  | **Классический экзерсис**  обьяснение о распределении физической  нагрузки с  демонстрацией педагога  ***«Венский вальс»***  Обьяснение движения  «Перемена назад с ПН – из левого поворота в правый» | 10  10 | Работа мышц на расслабление и растяжение  ***«Венский вальс»***  Отработка движения  «Перемена назад с ПН – из левого поворота в  правый» | 55 | Подвижная игра  «Змейка» | 15 | 3 |
|  | Итоговое занятие |  |  |  |  |  | 3 |
|  | Итого |  |  |  |  |  | 216 |

# 

# 2.5. Условия реализации программы

* светлое, просторное репетиционное помещение (сцена);
* записи фонограмм в режиме «+» и «**-**»;
* наличие музыкальной аппаратуры;
* подборка репертуара;
* записи аудио, видео, формат CD, MP;
* записи выступлений, концертов;
* наличие методических пособий;
* наличие костюмов, реквизита наличие фонотеки с различной музыкой;
* стулья для учащихся;
* возможности для документальной видео и фото съемки.

# Иные компоненты

# Воспитательная работа

Воспитательная работа с учащимися образцового детского коллектива – ансамбля спортивного бального танца «Фламенко» проводится в целях приобщения обучающихся к культурным ценностям своего народа, базовым национальным ценностям российского общества, общечеловеческим ценностям в контексте формирования у них российской гражданской идентичности.

Учащиеся коллектива принимают участие как в общих мероприятиях Центра, так и в мероприятиях внутри своего творческого объединения.

Мероприятия воспитательного характера проводятся в рамках Плана воспитательной работы ГБУ ДО «Центр дополнительного образования Липецкой области» и в рамках Календаря образовательных событий, приуроченных к государственным и национальным праздникам Российской Федерации, памятным датам и событиям российской истории и культуры на 2022/23 учебный год, утвержденного Министерством просвещения РФ.

В плане воспитательной работы предусмотрены как активные, так и дистанционные формы организации деятельности.

# План воспитательной работы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название мероприятия** | **Время проведения** | **Ответственный** |
| **Мероприятия, посвящённые Дню солидарности в борьбе с терроризмом** | | | |
| 1 | Беседа на тему: «Как я провел лето» | сентябрь | С.Н.Колесников |
| 2 | Организация и проведения акции  «Доброта, мир и справедливость»,  приуроченной к Дню солидарности и борьбе с терроризмом | сентябрь | Ю.И.Иванова  С.Н.Колесников |
| **Воспитательно-образовательные мероприятия** | | | |
| 1 | Флешмоб «Скажем спасибо Учителю!» | сентябрь | Ю.И.Иванова  С.Н.Колесников |
| 2 | «Региональный этап Всероссийского конкурса социальной рекламы в области формирования культуры здорового и безопасного образа жизни «Стиль жизни –  здоровье!» | октябрь | Ю.И.Иванова  С.Н.Колесников |
| 3 | «Дорогим учителям! (поздравляем  любимых педагогов) | октябрь | С.Н.Колесников |
| 4 | Воспитательная ьеседа на тему: «День  матери России» | ноябрь | С.Н.Колесников |
| 5 | Праздничное занятие «Новый год к нам  мчится»» | декабрь | С.Н.Колесников |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 6 | Урок памяти в рамках Всероссийской  акции памяти «Блокадный хлеб» | январь | Ю.И.Иванова  С.Н.Колесников |
| 7 | Праздничное мероприятие: «День  защитника Отечества!» | февраль | С.Н.Колесников |
| 8 | Праздничное мероприятие  «Международный женский день» | март | Ю.И.Иванова  С.Н.Колесников |
| 9 | Интерактивный проект «Крымская весна» | март | Ю.И.Иванова  С.Н.Колесников |
| 10 | «Окна Победы» (День Победы в ВОВ  1941-1945 годов) | май | С.Н.Колесников |
| **Мероприятия, приуроченные памятным датам знаменитых людей** | | | |
| 1 | Региональный проект «Всё то, о чём  Некрасов пел» | декабрь | Ю.И.Иванова |
| 2 | Он сказа: «Поехали» (День авиации и  космонавтики) |  | Ю.И.Иванова  С.Н.Колесников |

# Работа с родителями (законными представителями)

Работа с родителями (законными представителями) несовершеннолетних учащихся осуществляется для более эффективного достижения цели воспитания, которая обеспечивается согласованием позиций семьи и Центра.

Работа с родителями или законными представителями осуществляется в рамка х следующих видов и форм деятельности:

* организация родительской общественности, участвующая в управлении Центром и решении вопросов воспитания и социализации детей;
* взаимодействие с родителями посредством сайта и социальных сетей;
* присутствие родителей на отчетных мероприятиях.

Родительские собрания в ансамбле спортивного бального танца «Фламенко» проходят на следующие темы: «Взаимодействие и взаимопонимание дополнительного образования и семьи»; «Роль СМИ в воспитании ребенка»;

«Здоровый образ жизни. Нужные советы»; «Современная семья – какая она?»;

«Мы вместе против проблемы, но не против друг друга».

# Периодичность проведения родительских собраний:

* организационное собрание – сентябрь;
* итоговое собрание – май;
* индивидуальные встречи – в течение года.

# Список литературы Список литературы для педагогов

1.Богомолова Л. Танец: ритм и пластика. – М., 1991. 2.Говард. Г., Техника европейских танцев - М., 2003. 3.Лэрд У. Техника латиноамериканских танцев - М., 2003.

4.Детские танцы с Климовой Анной. Видеолекция. – М., 2003. 5.Классификация фигур // Итоги, МФТС. – 1996-2000.

1. Климова А.С. Методические рекомендации. Технология организации и проведения аттестации школ спортивного танца. – М., 2005.
2. Климова А.С. О методическом обеспечении программы «Шесть ступеней мастерства» // Сотрудники. Научно-методический, нормативно-правовой и информационный вестник МГДД(Ю)Т. – 2005. – № 3.
3. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., Учите детей танцевать.–М., 2003
4. Стриганов В.М., Уральская В.И. Современный бальный танец. М.,

«Просвещение», 1977.

# Список литературы для учащихся

1.Мур А. Пересмотренная техника в стандартных танцах. – СПб., 1993. 2.Информационный бюллетень. – М.: РГАФК, 1996-1998.

1. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. Имперское общество учителей танца. – СПб., 1993.
2. Соколовский Ю.Е. Основы педагогики бальной хореографии. – М., 1976. 5.Сюжетно-ролевые игры: приложение к методике игровогострейтчинга. – СПб., 1994.

6.Тобиас М., Стюарт М. Растягивайся и расслабляйся. – М., 1994