

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дворец Творчества Пушкинского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
протокол № 6  
от « 01 » 07 2017г.

**УТВЕРЖДЕНА**



Приказом № 143.1 от 13.04. 2017 г.  
Директор ГБУ ДО ДТ Пушкинского р-на

О.Н.Бугаева

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

## «Импровизация 2»

Возраст учащихся: 10-17 лет

Срок реализации: 3 года

**Разработчики:**

**Морозов Сергей**

**Владимирович,**

**Васенина Юлия**

**Игоревна,**

педагоги дополнительного  
образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Направленность.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Импровизация 2» (далее - Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

### **Актуальность программы.**

Актуальностью программы является активное участие детей в общественной социально-значимой деятельности города и проектах общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников». Большое внимание в программе уделено развитию эстетического видения и восприятия окружающего и спортивного воспитания, что позволяет детям с раннего возраста приобщаться к миру прекрасного. Всё это положительно влияет на учащихся и даёт каждой личности самореализоваться уже с первых дней обучения по Программе. Получение танцевальных классов и спортивных разрядов.

### **Адресат программы.**

Программа предназначена для учащихся в возрасте 10-17 лет, ранее занимавшихся по другим танцевальным программам, и не имеющих противопоказаний к занятиям танцами.

### **Цель программы**

Создание условий для профессиональной ориентации с повышением конкурентоспособности выпускников на основе высокого уровня полученного образования.

### **Задачи.**

#### ***Воспитательные:***

- Преодоление возрастных трудностей в отношениях мальчиков и девочек;
- Расширение круга эстетических представлений и культурных интересов;
- Включение учащихся в социально-значимую деятельность;
- Воспитание спортсменов, умеющих показать свои способности на Всероссийском и Международном уровнях.

#### ***Развивающие:***

- Развитие физических данных (пластики движений, художественного вкуса)
- Совершенствование физических качеств: спортивность, координация и эстетика движения, внимание, мышление, память, моторика, выносливость;
- Развитие способности к художественно-творческому самовыражению;
- Выработка личностных качеств спортсмена-танцора (упорство, трудолюбие, доброжелательность)
- Развитие организаторских способностей учащихся.

#### ***Обучающие:***

- Владение учащимися спортивно-танцевальными знаниями, умениями и навыками;
- Обучение ритму и музыкальности;
- Обучение танцевальной эстетике;
- Обучение теоретическим понятиям танцевальных жанров;
- Обучение применению на практике полученных теоретических знаний;
- Обучение учащихся правилам участия в соревнованиях высокого уровня

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

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

На первый год обучения принимаются дети в возрасте 10-12 лет, имеющие опыт занятий танцами в других коллективах. Формируются разновозрастные группы по уровню танцевания.

В группу второго года обучения могут быть приняты учащиеся в возрасте от 13 до 14 лет, обладающие необходимым уровнем подготовки.

В группу третьего года обучения могут быть приняты учащиеся в возрасте от 15 до 17 лет, обладающие необходимым уровнем подготовки.

Принимаются учащиеся при наличии справки от педиатра об отсутствии противопоказаний к занятиям танцами.

Наполняемость групп:

- Первый год обучения – не менее 15 человек;
- Второй год обучения – не менее 12 человек;
- Третий год обучения – не менее 10 человек.

**Продолжительность образовательного процесса:** 3 года.

**Объем образовательного процесса:** 648 часов

**Уровень освоения программы:** углубленный

Объем и сроки освоения программы, определяются на основании уровня освоения и содержания программы, а также с учетом возрастных особенностей учащихся и требований СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (далее - СанПиН).

### **Форма организации деятельности учащихся на занятии:**

- Фронтальная;
- Групповая;
- Коллективная;
- Индивидуальная.

Занятия могут проводиться со всем составом объединения, в малых группах и индивидуально. При подготовке к мероприятиям, выступлениям и конкурсам могут проводиться индивидуально-групповые и индивидуальные занятия в отдельные дни от основного расписания.

### **Форма проведения занятий.**

*Традиционные формы:*

- Учебное занятие;
- Репетиция;
- Практическое занятие;
- Теоретическое занятие;
- Открытое занятие;
- Итоговое занятие;
- Генеральная репетиция;
- Концертное выступление;

*Нетрадиционные формы:*

- Культурно-массовые мероприятия;
- Конкурсы, соревнования и фестивали;
- Мастер-классы;
- Праздники;
- Экскурсии;
- Просмотры учебных кинофильмов;
- Учебно-тренировочные выезды.

### **Особенности организации образовательного процесса.**

#### Режим занятий:

- 1 год обучения 3 раза в неделю по 2 академических часа. Итого 216 часов в год;
- 2 год обучения 3 раза в неделю по 2 академических часа. Итого 216 часов в год;
- 3 год обучения 3 раза в неделю по 2 академических часа. Итого 216 часов в год.

#### Программой предусмотрены:

- Учебно-тренировочные выезды (1 раз в учебный год);
- Конкурсы, соревнования и фестивали (3 раза в месяц);
- Посещение культурно-массовых мероприятий (не менее 2 раз в учебный год);
- Семинары (не менее 2 раз в учебный год);

#### Для занятий по программе каждому учащемуся необходимо иметь:

- Форму для репетиций;
- Концертную форму;
- Костюмы (по мере необходимости).

#### Форма для занятий и репетиций:

##### *Латиноамериканская программа:*

##### *Для девочек:*

- Короткая юбка;
- Топик
- Латиноамериканские босоножки + джазовки;
- Волосы аккуратно убраны в кичку.

##### *Для мальчиков:*

- Чёрная футболка без рисунка;
- Темные брюки;
- Латиноамериканские ботинки;
- Чёрные носки.

##### *Европейская программа:*

##### *Для девочек:*

- Длинная юбка;
- Топик;
- Европейские туфли;
- Волосы аккуратно убраны в кичку.

##### *Для мальчиков:*

- Светлая рубашка;
- Темные брюки;
- Европейские ботинки;
- Чёрные носки.

#### Концертная форма:

*Для девочек:*

- Латиноамериканские платья;
- Европейские платья;
- Латиноамериканские босоножки
- Европейские туфли;

*Для мальчиков:*

- Светлая рубашка, фракная рубашка;
- Латиноамериканская рубашка;
- Жилетка;
- Фрак;
- Европейские ботинки;
- Латиноамериканские ботинки;
- Чёрные носки.

#### Костюмы:

Пошив костюмов осуществляется по мере необходимости;

Пошив костюмов, закупка формы для репетиций и выступлений, а также все выезды, конкурсы и экскурсии оплачивают родители.

#### **Кадровое обеспечение.**

Для успешной реализации программы нужен концертмейстер.

#### **Материально-техническое оснащение.**

Для успешной реализации программы необходимы:

- Просторное помещение, оборудованное зеркальной стенкой;
- Компьютер/ноутбук;
- Музыкальный центр с возможностью проигрывания всех носителей и форматов;
- Фото и видео оборудование;
- Микрофоны;
- Наглядные пособия;
- Методическая литература.

Помещение для занятий должно отвечать санитарно-техническим требованиям, обеспечиваться теплом, электроснабжением в пределах общего режима здания.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧАЩИМИСЯ**

#### ***Предметные:***

- Овладеют спортивно-танцевальными знаниями, умениями и навыками;
- Обучатся ритму и музыкальности;
- Овладеют танцевальной эстетикой;
- Овладеют теоретическим понятием, предусмотренным программой;

- Овладеют применению на практике полученных теоретических знаний;
- Оладеют элементами танцевальных форм в сложных соединениях,
- Узнают правила развития сложных и перспективных элементов и соединений,
- Выучат тренировочные и конкурсные композиции,
- Узнают правила перемещения на танцевальной площадке,
- Узнает критерии судейства
- Выполняют сложные элементы и соединения,
- Научатся «держат» психологические нагрузки,
- Научатся выстраивать отношения в паре, группе, с тренером

#### ***Метапредметные:***

- Разовьют физические данные;
- Усовершенствуют такие качества как: (Спортивность, координация, эстетика движения, внимание, мышление, память, моторика, физическая выносливость;)
- Расширят круг эстетических представлений и культурных интересов;
- Выработают личностные качества спортсмена-танцора

#### ***Личностные:***

- Преодолеют возрастные трудности в отношениях мальчиков и девочек;
- Приобретут самостоятельное художественно-творческое самовыражение;
- Выполняют квалификационные требования для перехода в танцевальные классы «Е», «Д»
- Проявят свои организаторские способности, участвуя в общественной деятельности и конкурсах.

### **Учебный план 1 год обучения**

Тема занятий		Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	4	2	2	Опрос
2	Тренировочные упражнения	30	6	24	Зачет
3	Европейские танцы	65	25	40	Зачет
4	Латиноамериканские танцы	65	25	40	Зачет
5	Показательные выступления (Ансамбль)	30	15	15	Выступление
6	Организационно-массовая работа	18	9	9	наблюдения
7	Итоговое занятие	4	0	4	Открытый урок
	ИТОГО	216	84	132	

**Учебный план.**

**Второй год обучения**

Тема занятий		Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	4	4	4	Опрос
2	Тренировочные упражнения	30	6	24	Зачет
3	Европейские танцы	65	25	40	Зачет
4	Латиноамериканские танцы	65	25	40	Зачет
5	Показательные выступления (Ансамбль)	30	15	15	Выступление
6	Организационно-массовая работа	18	9	9	
7	Итоговое занятие	4		4	Открытый урок
	ИТОГО	216	84	132	

**Учебный план. Третий год обучения**

Тема занятий		Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	4	2	2	Опрос
2	Тренировочные упражнения	30	6	24	Зачет
3	Европейские танцы	65	25	40	Зачет
4	Латиноамериканские танцы	65	25	40	Зачет
5	Показательные выступления (Ансамбль)	30	15	15	Выступление
6	Организационно-массовая работа	18	9	9	
7	Итоговое занятие	4		4	Открытый урок
	ИТОГО	216	84	132	

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных часов	Всего учебных недель	Режим занятий
Первый	10 сентября	25 мая	216	36	3 раза в неделю по 2 академических часа
Второй	1 сентября	25 мая	216	36	3 раза в неделю по 2 академических часа
Третий	1 сентября	25 мая	216	36	3 раза в неделю по 2

					академических часа Или 2 раза в неделю по 2 академических часа и 2 раза по 1 академ. часу
<b>Итого по программе:</b>			648	108	

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **Рабочая программа первого года обучения.**

#### **Задачи первого года обучения.**

##### ***Воспитательные:***

- Воспитание чувства вкуса и эстетики внешнего вида;
- Воспитание культуры поведения учащихся и взаимодействия в коллективе;
- Воспитание хороших манер учащегося, толерантного отношения к окружающим.

##### ***Развивающие:***

- Развитие интереса к творческой деятельности;
- Развитие интереса к коллективной творческой деятельности;
- Развитие чувства ритма, координации;
- Развитие музыкальности;

##### ***Обучающие:***

- Знакомство с различными видами искусства и творчества;
- Обучение приёмам взаимодействия в коллективе.
- Получение нового высокого класса

#### **Планируемые результаты по окончании первого года обучения.**

##### ***Предметные результаты:***

1. Познакомятся с видами хореографии и жанрами танцев;
2. Познакомятся с новыми видами соревнований и современными требованиями к участникам;
3. Научатся взаимодействовать в коллективе и включатся в общественную деятельность в районе и городе;

##### ***Метапредметные результаты:***

1. Разовьют чувство ритма и координации;
2. Разовьют музыкальность;
3. Разовьют творческие и спортивные способности;
4. Укрепят физические данные;
5. Разовьют организаторские и исполнительские способности

##### ***Личностные результаты:***

1. Повышение танцевального класса
2. Освоение новых танцев
3. Участие в районных и городских соревнованиях;



4. Получат опыт участия в общественной деятельности с коллективом.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Вводное занятие:

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности. Введение в образовательную программу. Рассказ о планах на учебный год.

**Практика:** Знакомство с педагогами, детьми. Организационная работа.

### 2. Тренировочные упражнения:

**Теория:** Тренировочные композиции на основных шагах Европейских и Латиноамериканских танцев **Практика:** Тренаж -подготовка мышц, суставов к занятиям

### 3. Европейская программа ВАЛЬС (WALTS)

**Теория:**

Chasse inPP	Шассе в ПП
Weave	Плетение
Weave from PP	Плетение из ПП
Double Reverse Spin	Двойной левый сплин
Turning Chasse to Right	Шассе с поворотом вправо
Turning Lock	Лок с поворотом
Reverse Pivot	Левый пивот

**Практика:**

Отработка техники работы ног в новых фигурах;  
Составление композиции с новыми фигурами;  
Позиции корпуса  
Закрытая позиция.  
Позиция променада  
Позиция контр променада  
Наклоны и растяжение корпуса (Свей и Шейп)

### ТАНГО (TANGO)

**Теория:**

Progressive Side Step Reverse Turn	Левый поворот на поступательном боковом шаге
Brush Tap	Браш темп
Outside Swivel	Наружный свивл
Four Step Change	Фор степ перемена
Natural Promenade Turn	Правый променадный поворот
Back Open Promenade	Открытый променад назад
Whisk	Виск

**Практика:**

Отработка техники работы ног в фигурах;  
Составление композиции на данных шагах и фигурах;  
Постановка в паре и позиции корпуса;

Ведение;

## **ВЕНСКИЙ ВАЛЬС (VIENNESE WALTZ)**

### **Теория:**

- |   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| 1. Natural Turn                             | Правый поворот                      |
| 2. Reverse Turn                             | Левый поворот                       |
| 3. Change From Natural to Reverse Turn      | Перемена с правого на левый поворот |
| 4. Change From Reverse Turn to Natural Turn | Перемена с левого на правый поворот |
| 5. Backward Changes                         | Перемены назад                      |

### **Практика:**

Техника работы ног;  
Работа корпуса (Свей и Шейп);  
Постановка корпуса.

## **БЫСТРЫЙ ФОКСТРОТ (QUICKSTEP)**

### **Теория:**

- |                       |                             |
|-----------------------|-----------------------------|
| Telemark              | Телемарк                    |
| Impetus Turn          | Импетус поворот             |
| Four Quick Run        | Четыре быстрых бегущих шага |
| Tipple Chasse to Left | Типпл шассе влево           |
| V6 B6                 |                             |
| Double Reverse Spin   | Двойной левый сплин         |

### **Практика:**

Отработка техники шагов в новых фигурах;  
Составление композиции с новыми фигурами;  
Позиции корпуса:  
Закрытая позиция;  
Ведение в новых фигурах.

## **2. Латиноамериканская программа (LATIN)**

## **САМБА**

### **Теория:**

- |  |   |
|--|---|
| 25. Travelling Locks                                 | Локи с продвижением                                       |
| 26. Crusado Walks and Locks in Shadow Position       | Крузадо ход и локи в теневой позиции                      |
| 27. Contra Botafogos                                 | Контр Ботафого  |
| 28. Natural Roll                                     | Правый ролл   |
| 29. Roundabout (Circular Voltas to R and L)          | Карусель (круговая вольта вправо и влево)                 |
| 30. Circular Volta in Right Shadow Pos. (to L and R) | Круговая вольта в правой теневой позиции (вправо и влево) |
| 31. Promenade to Counter Promenade Runs              | Бег из променада в обратный променад                      |

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног, бедер в новых фигурах;  
Создание новых композиций;  
Постановка корпуса в паре:  
Закрытая позиция  
Промежная позиция Обратная ПП  
Открытая позиция  
Ведение в паре;

### **ЧА-ЧА-ЧА**

#### **Теория:**

Spiral	Спираль
Rope Spinning	Лассо
Curl	Локоп
Cuban Break in Open Pos	Кубинский брейк в открытой позиции
Cuban Break in Open CPP	Кубинский брейк в открытой ОПП

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног в новых фигурах;  
Создание композиций с новыми фигурами;  
Позиции в паре:  
Закрытая позиция  
Открытая позиция - веерная позиция; теневая позиция;  
Ведение в паре;  
Обратная ОП

### **РУМБА**

#### **Теория:**

Alternative Basic Movement	Альтернативное основное движение
Opening Out to L and R	Раскрытие влево и вправо
Kiki Walks fwd and bkwd	Кики ход вперед и назад
Advanced Opening Out Movement	Усложненное раскрытие Лассо
Rope Spinning	
Three Alemanas	Три алеманы
Continuous Hip Twist	Продолжение хип твист

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног в шагах и фигурах;  
Создание композиций с новыми фигурами;  
Позиции в паре:  
Закрытая позиция  
Открытая позиция, веерная позиция, теневая позиция  
Промежная позиция и Обратная ПП  
Ведение в паре.

### **ДЖАЙВ**

**Теория:**

Flicks Into Break

Overtured Change of Place L to R

Chicken Walks

Reverse Whip

Spanish Arms

Флики в брейк

Перекрыченная перемена мест слева

Цыплячий ход

Левый хлыст

Испанские рук

**Практика:**

Выработка правильной работы стоп и коленей;

Соединение новых фигур в композиции;

Позиции в паре:

Закрытая позиция

Открытая позиция

Променадная позиция

Ведение в паре.

**1. Постановочные номера.****Практика:**

Разучивание и отработка элементов танца;

Разучивание и отработка постановочной композиции.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА****Рабочая программа второго года обучения.****Задачи второго года обучения.****Воспитательные:**

- Воспитание чувства вкуса и эстетики внешнего вида;
- Воспитание культуры поведения учащихся и взаимодействия в коллективе;
- Воспитание хороших манер учащегося и толерантного отношения к окружающим.
- Воспитание ответственности и упорства в достижении результатов на соревнованиях.

**Развивающие:**

- Развитие интереса к творческой и общественной деятельности;
- Развитие памяти, речи, воображения и мышления;
- Развитие интереса к коллективной творческой деятельности;
- Развитие чувства ритма, координации;
- Развитие музыкальности;
- Развитие интереса к здоровому образу жизни.

**Обучающие:**

- Обучение правилам участия в соревнованиях городского и всероссийского уровней;
- Обучение правилам работы в паре и в группе;
- Обучение приемам анализа выступлений своих и умению анализировать выступления профессиональных танцоров;
- Получение информации о профессиях танцевального мира.

**Планируемые результаты по окончании второго года обучения.****Предметные результаты:**

- Познакомятся с видами хореографии;
- Познакомятся с новыми видами соревнований;
- Научатся взаимодействовать в коллективе;
- Познакомятся с профессиями танцевальной деятельности

### ***Метапредметные результаты:***

- Разовьют чувство ритма и координации;
- Разовьют музыкальность;
- Повысят личную самооценку
- Появится интерес к здоровому образу жизни и к коллективной деятельности.

### ***Личностные результаты:***

5. Повышение танцевального класса
6. Освоение новых танцев
7. Участие в районных, городских соревнованиях

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

### **1. Вводное занятие:**

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности. Введение в образовательную программу. Рассказ о планах на учебный год.

**Практика:** Знакомство с педагогами, детьми. Организационная работа.

### **2. Тренировочные упражнения:**

**Теория:** Тренировочные композиции на основных шагах Европейских и Латиноамериканских танцев

**Практика:** Тренаж-подготовка мышц, суставов к занятиям.

### **3. ЕВРОПЕЙСКАЯ ПРОГРАММА (STANDART)**

#### **МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС (WALTS)**

##### **Теория:**

Curved Feather	Изогнутое перо
Turning Chasse to Left	Шассе с поворотом влево
Curved Three Step	Изогнутый тройной шаг
Left Whisk	Виск влево
Closed Wing	Закрытое крыло
Natural Hairpin	Правая шпилька
Outside Spin	Наружный спин
Turning Lock to Side Lock	Лок с поворотом в боковой лок
Reverse Fallaway and Slip Pivot	Левый фоллэвей и слип пивот

##### **Практика:**

Отработка техники работы ног в новых фигурах;  
Составление композиции с новыми фигурами;  
Позиции корпуса

Закрытая позиция.  
Позиция променада  
Позиция контр променада  
Наклоны и растяжение корпуса (Свей и Шейп)

## ТАНГО (TANGO)

### Теория:

Turning Four Step	Форстеп с поворотом
Left Whisk	Виск влево
Fallaway Four Step	Фоллэвей форстеп
Outside Spin	Наружный спин
OpenTelemark	Открытый телемарк
Double Promenade	Двойной променад
Chasse	Шассе

### Практика:

5. Отработка техники работы ног в фигурах;
6. Составление композиции на данных шагах и фигурах;
7. Постановка в паре и позиции корпуса;
8. Ведение;

## ВЕНСКИЙ ВАЛЬС (VIENNESE WALTZ)

### Теория:

Natural Turn	Правый поворот
Reverse Turn	Левый поворот
Change From Natural to Reverse Turn	Перемена с правого на левый поворот
Change From Reverse Turn to Natural Turn	Перемена с левого на правый поворот
Backward Changes	Перемены назад
Fleker to L and R	Флекер влево и вправо

### Практика:

Техника работы ног;  
Работа корпуса (Свей и Шейп);  
Постановка корпуса.

## МЕДЛЕННЫЙ ФОКСТРОТ (SLOW FOX)

### Теория:

Feather Step	Перо
Curved Feather	Изогнутое перо
Hover feather	Ховер перо
Feather Finish	Перо окончание
Three Step	Тройной шаг
Curved Three Step	Изогнутый тройной шаг
Natural Turn	Правый поворот
Open Natural Turn From PP	Открытый правый поворот из ПП
Natural Twist Turn	Правый твист поворот
Reverse Turn	Левый поворот

Reverse Wave  
Change of Direction  
Impetus Turn  
Open Impetus Turn  
Telemark  
Open Telemark

Левая волна  
Перемена направления  
Импетус поворот  
Открытый импетус поворот  
Телемарк  
Открытый телемарк

### **Практика:**

Отработка техники шагов в новых фигурах;  
Составление композиций с новыми фигурами;  
Позиции корпуса и постановка в паре;  
Ведение в новых фигурах.

## **БЫСТРЫЙ ФОКСТРОТ (QUICKSTEP)**

### **Теория:**

27 Tippy (to R and to L)  
28 Quick Open Reverse

29 Open impetus  
30 Open Telemark  
31 Hover Corte  
32 Cross Swivel  
33 Six Quick Run

Типси влево и вправо  
Быстрый открытый левый поворот  
Открытый импетус  
Открытый телемарк  
Ховер корте  
Кросс свивл  
Шесть быстрых бегущих шагов

### **Практика:**

Отработка техники шагов в новых фигурах;  
Составление композиции с новыми фигурами;  
Позиции корпуса и постановка в паре;  
Ведение в новых фигурах.

## **4. Латиноамериканская программа (LATIN)**

## **САМБА**

### **Теория:**

Same Foot Volta  
Shadow Travelling Volta  
Curved to R  
Curved to L  
Rhythm Bounce  
Foot Changes

Вольта с одноименных ног  
Вольта с продвижением в теневой позиции  
Изогнутая вправо  
Изогнутая влево  
Ритмичное баунс движение  
Смены ног

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног, бедер в новых фигурах;  
Создание новых композиций;  
Постановка корпуса в паре:  
а. Закрытая позиция  
б. Промежная позиция Обратная ПП  
с. Открытая позиция  
Ведение в паре;

## **ЧА-ЧА-ЧА**

### **Теория:**

Rolling of the Arm	Раскручивание от руки
Sweetheart	Возлюбленная
Continuous Circular Hip Twist	Продолженный круговой хип твист
Methods of Chfnging Feet	Способы смены ног

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног в новых фигурах;  
Создание композиций с новыми фигурами;  
Позиции в паре:  
а. Закрытая позиция  
б. Открытая позиция - веерная позиция; теневая позиция;  
Ведение в паре;

## **РУМБА**

### **Теория:**

29 Continuous Circular Hip Twist	Продолженный круговой хип твист
30 Three Threes	Три тройки
31 Reverse Top	Левый волчок
32 Opening Out From Reverse Top	Раскрытие из левого волчка
33 Syncopated Cuban Rock	Синкопированный кубинский рок
34 Advanced Hip Twist	Усложненный хип твист
35 Sliding Doors	Скользящие дверцы

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног в шагах и фигурах;  
Создание композиций с новыми фигурами;  
Позиции в паре:  
а. Закрытая позиция  
б. Открытая позиция, веерная позиция, теневая позиция  
с. Променадная позиция и Обратная ПП  
Ведение в паре.

## **ПАСОДОБЛЬ**

### **Теория:**

Appel	Аппель
Basic Movement	Основное движение на месте
Sur Place	
Chasse	Шассе
to L and R	Влево и вправо
with and without turns	С поворотом и без
with and without elevations	С подъемом и без
Displacement	Перемещение
Attack	Атака
Separation	Разделение
Huit (Cape)	Плащ
Promenade	Променад
Promenade Close	Закрытие из променада
Promenade to Contra Promenade	Из променада в обратный променад



### ***Практика:***

Тренировка техники работы ног в шагах и фигурах;

Создание композиций с новыми фигурами;

Позиции в паре:

- a. Закрытая позиция
- b. Открытая позиция, веерная позиция, теневая позиция
- c. Променадная позиция и Обратная ПП

Ведение в паре.

## **ДЖАЙВ**

### ***Теория:***

Overturnd Fall away Throwaway

Windmill

Curly Whip

Left Shoulder Shave (Hip Bumb)

Change of Place R to L with Double Spin

Shoulder Spin

Ветряная мельница

Закрученный хлыст

Толчок левым плечом (бедром)

Смена мест справа налево с двойным поворотом

Сплин плечами

### ***Практика:***

Выработка правильной работы стоп и коленей;

Соединение новых фигур в композиции;

Позиции в паре:

- a. Закрытая позиция
- b. Открытая позиция
- c. Променадная позиция

Ведение в паре.

## **5. Постановочные номера.**

### ***Практика:***

Разучивание и отработка элементов танца;

Разучивание и отработка постановочной композиции

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **Рабочая программа третьего года обучения.**

#### **Задачи третьего года обучения.**

#### ***Воспитательные:***

- Воспитание чувства вкуса и эстетики внешнего вида;
- Воспитание культуры поведения учащихся и взаимодействия в коллективе;
- Воспитание хороших манер учащегося.
- Воспитание активного участника общественной деятельности;
- Воспитание ответственного и способного спортсмена для участия в турнирах высокого уровня.

#### ***Развивающие:***

- Развитие интереса к творческой и коллективной деятельности;

- Развитие памяти, речи, воображения и мышления;
- Развитие чувства ритма, координации;
- Развитие музыкальности;
- Развитие творческих способностей танцора;
- Развитие лидерских и организаторских способностей.

***Обучающие:***

- Обучение приемам работы для повышения танцевального класса;
- Обучение правилам участия в соревнованиях международного уровня.
- Информация о профессиях искусства и танцевального мира.

**Планируемые результаты по окончании первого года обучения.**

***Предметные результаты:***

- Научатся слышать музыку и передавать свои чувства в танце;
- Познакомятся с видами профессий;
- Познакомятся с новыми видами соревнований и требованиями к спортсмену-танцору.;
- Научатся находить свою роль в коллективе;
- Научатся анализировать выступления танцоров и личные;
- Научатся основам постановочной деятельности.

***Метапредметные результаты:***

- Разовьют чувство ритма и координации;
- Разовьют музыкальность и музыкальную память;
- Укрепят здоровье, будут проводить здоровый досуг,
- Разовьют организаторские способности,

***Личностные результаты:***

- Повышение танцевального класса
- Освоение новых танцев
- Участие и в городских, всероссийских и международных соревнованиях;
- Осознают личную самооценку;
- Получат опыт общественной деятельности.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Вводное занятие:

**Теория:** Инструктаж по технике безопасности. Введение в образовательную программу. Рассказ о планах на учебный год.

**Практика:** Знакомство с педагогами, детьми. Организационная работа.

### 2. Тренировочные упражнения:

**Теория:** Тренировочные композиции на основных шагах Европейских и Латиноамериканских танцев

**Практика:** Тренаж -подготовка мышц, суставов к занятиям.

### 3. Европейская программа (STANDART)

#### МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС (WALTS)

**Теория:**

38 Fallaway Whisk

39 Natural Twist Turn

40 Overturned Turning Lock

41 Double Open Telemark

42 Fallaway Natural Turn

43 Running Spin Turn

44 Double Natural Spin

Фоллэвей виск

Правый твист поворот

Перекрученный лок с поворотом

Двойной открытый телемарк

Фоллэвей правый поворот

Бегущий спин поворот

Двойной правый спин

**Практика:**

Отработка техники работы ног в новых фигурах;

Составление композиции с новыми фигурами;

Позиции корпуса

а. Закрытая позиция.

б. Позиция променада

с. Позиция контр променада

Наклоны и растяжение корпуса (Свей и Шейп)

#### ТАНГО (TANGO)

**Теория:**

31. Quick Backward Lock

32. Quick chasse to Right

33. Fallaway Promenade

34. Right Spins

35. Reverse Fallaway and Slip Pivot

36. Outside Swivel Turning to Left

37. Chasse

Быстрый лок назад

Быстрое шоссе вправо

Фоллэвей променада

Правые спины

Левый фоллэвей и слип пивот

Наружный свивл с поворотом влево

Чейз

### **Практика:**

1. Отработка техники работы ног в фигурах;
2. Составление композиции на данных шагах и фигурах;
3. Постановка в паре и позиции корпуса;
4. Ведение;

## **ВЕНСКИЙ ВАЛЬС (VIENNESE WALTZ)**

### **Теория:**

Natural Turn	Правый поворот
Reverse Turn	Левый поворот
Change From Natural to Reverse Turn	Перемена с правого на левый поворот
Change From Reverse Turn to Natural Turn	Перемена с левого на правый поворот
Backward Changes	Перемены назад
Fleker to L and R	Перемены назад Флекер влево и вправо

### **Практика:**

Техника работы ног;  
Работа корпуса (Свей и Шейп);  
Постановка корпуса.

## **МЕДЛЕННЫЙ ФОКСТРОТ (SLOW FOX)**

### **Теория:**

Natural Telemark	Правый телемарк
Whisk	Виск
Weave from PP	Плетение из ПП
Natural Weave	Правое плетение
Natural Fallaway Weave	Правое фоллэвей плетение
Slip Pivot	Слип пивот
Top Spin	Топ слип
Reverse Spin	Левый слип
Hover Cross	Ховер кросс
Outside Swivel	Наружный свивл
Hover Telemark	Ховер телемарк
Fallaway Whisk	Фоллэвей виск
Whisk to Left	Виск влево
Reverse Fallaway	Левый фоллэвей
Natural Zig Zag from PP	Правый зигзаг из ПП
Weave	Плетение
Backward Feather	Перо назад
Extended Reverse Wave	Продолжение левая волна
Natural Hover Telemark	Правый ховер телемарк

### **Практика:**

Отработка техники шагов в новых фигурах;  
Составление композиций с новыми фигурами;  
Позиции корпуса и постановка в паре;  
Ведение в новых фигурах.

## **БЫСТРЫЙ ФОКСТРОТ (QUICKSTEP)**

### ***Теория:***

Turning Lock	Лок с поворотом
Natyral Hairpin	Правая шпилька
Overtured Turning Lock	Перекрученный лок с поворотом
Rumba Cross	Руба кросс
Fish Tail	Фиш тэйл
Drag	Дрег
Running Spin Turn	Бегущий сплин поворот
Outside spin	Наружный спин

### ***Практика:***

Отработка техники шагов в новых фигурах;

Составление композиции с новыми фигурами;

Позиции корпуса и постановка в паре;

Ведение в новых фигурах

## **5. Латиноамериканская программа (LATIN)**

### **САМБА**

#### ***Теория:***

Same Foot Volta	Вольта с одноименных ног
Shadow Travelling Volta	Вольта с продвижением в теневой позиции
Curved to R	Изогнутая вправо
Curved to L	Изогнутая влево
Rhythm Bounce	Ритмичное баунсе движение
Foot Changes	Смены ног

#### ***Практика:***

Тренировка техники работы ног, бедер в новых фигурах;

Создание новых композиций;

Постановка корпуса в паре:

- а. Закрытая позиция
- б. Променадная позиция Обратная ПП
- с. Открытая позиция

Ведение в паре;

Технические усложнения пройденных фигур

### **ЧА-ЧА-ЧА**

#### ***Теория:***

Rolling of the Arm	Раскручивание от руки
Sweetheart	Возлюбленная
Continuous Circular Hip Twist	Продолженный круговой хип твист
Methods of Chfngng Feet	Способы смены ног

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног в новых фигурах;

Создание композиций с новыми фигурами;

Позиции в паре:

а. Закрытая позиция

б. Открытая позиция - веерная позиция; теневая позиция;

Ведение в паре;

Технические усложнения пройденных фигур

## **РУМБА**

### **Теория:**

29 Continuous Circular Hip Twist

Продолженный круговой хип  
твист

30 Three Threes

Три тройки

31 Reverse Top

Левый волчок

32 Opening Out From Reverse Top

Раскрытие из левого волчка

33 Syncopated Cuban Rock

Синкопированный кубинский  
рок

34 Advanced Hip Twist

Усложненный хип твист

35 Sliding Doors

Скользящие дверцы

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног в шагах и фигурах;

Создание композиций с новыми фигурами;

Позиции в паре:

а. Закрытая позиция

б. Открытая позиция, веерная позиция, теневая позиция

с. Променадная позиция и Обратная ПП

Ведение в паре.

Технические усложнения пройденных фигур

## **ПАСОДОБЛЬ**

### **Теория:**

Sixteen

Grand Circle

Ecart (Fallaway Whisk)

Fallaway Reverse

Open Telemark

Changes of Feet

One beat hesitation

Syncopated sur place

Syncopated chasse

Left Foot Variation

Coup de Picues

Changing from LF to R

Changing from RF to LF

Coupled

Syncopated

Promenade Link

Twist Turn

Fallaway Ending to Separation

Fregolina (incorporating Farol)  
 Alternative Ending to PP  
 La Passe  
 Syncopated Separation  
 Banderillas  
 Twists  
 Chasse cape  
 Traveling Spins from PP  
 Traveling Spins from CPP  
 Spanish Line  
 Flamenco Taps

### **Практика:**

Тренировка техники работы ног в шагах и фигурах;  
 Создание композиций с новыми фигурами;  
 Позиции в паре:  
 а. Закрытая позиция  
 б. Открытая позиция  
 в. Променадная позиция и Обратная ПП  
 Ведение в паре.

## **ДЖАЙВ**

### **Теория:**

Whip-Spin  
 Chugging  
 Mooch  
 Catapult  
 Miami Special

### **Практика:**

Выработка правильной работы стоп и коленей;  
 Соединение новых фигур в композиции;  
 Позиции в паре:  
 а. Закрытая позиция  
 б. Открытая позиция  
 в. Променадная позиция  
 Ведение в паре.

### **6. Постановочные номера**

### **Практика:**

Разучивание и отработка элементов танца;  
 Разучивание и отработка постановочной композиции.

Шестнадцать Большой круг  
 Уклонение (фоллэвей виск)  
 Левый фоллэвей Открытый  
 телемарк Смена ног  
 С задержкой на 1 удар  
 Синкопирование на месте С  
 синкопированным шассе  
 Вариация левой ноги Удар  
 шпагой  
 Со сменой с левой ноги на  
 правую Со сменой с правой  
 ноги на левую Двойной  
 Синкопированны  
 Променадное  
 звено Твист  
 поворот  
 Фоллэвей окончание к  
 разделению Фреголина  
 (включая Фарол)  
 Альтернативное окончание ПП  
 Ля пассе (проходка)  
 Синкопированное разделение  
 Бандерильи Твисты Плащ  
 шассе  
 Спины с продвижением из ПП  
 Спины с продвижением из  
 ОПП Испанская линия Дроби  
 фламенко

Хлыст-Спин  
 Чагганг  
 Муч  
 Катапульта  
 Майами  
 спецнал

## Календарно-тематическое планирование

### Группа первого года обучения

№ п/п	Планируемая дата	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	Примечание
1.		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой.	2		
2.		Тренировочные упражнения. Планирование участия в турнирах каждой пары.	2		
3.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Ввод новых элементов. Направление движений и технические параметры изучаемых фигур.	2		
4.		Тренировочные упражнения. Европейская программа Направление фигур.	2		
5.		Латиноамериканская программа. История возникновения, Музыкальные и технические характеристики танцев. Ритм. Направление движения, работа стоп, колен.	2		
6.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Музыкальные и технические характеристики танцев.	2		
7.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Правила осанки, стойки.	2		
8.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Позиции и работа стоп, работа колен, экшен	2		
9.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Степень поворота стоп и	2		



		корпуса.			
<b>10.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Позиции и работа стоп и колен. Ритм и длительность.	<b>2</b>		
<b>11.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Баланс пары. Несложные композиции.	<b>2</b>		
<b>12.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Степень поворота стоп и корпуса.	<b>2</b>		
<b>13.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Музыкальные и технические параметры изучаемых фигур.	<b>2</b>		
<b>14.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Принцип исполнения правых и левых фигур. Отработка.	<b>2</b>		
<b>15.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Направление шагов и наличие поворотов стопы.	<b>2</b>		
<b>16.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Работа колен. Взаимодействие в паре. Композиции и их отработка.	<b>2</b>		
<b>17.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Технические параметры фигур.	<b>2</b>		
<b>18.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения.	<b>2</b>		

		Экшен, работа бедер. Отработка.			
19.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Композиция, отработка.	2		
20.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Основное движение с правой и левой ноги, альтернативное основное движение.	2		
21.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Положение веса тела относительно стоп. Ритмический рисунок.	2		
22.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Правила использования площадки. Стойка.	2		
23.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа Джайв. Позиции и работа стоп, направленность и работа колен. Джайв шассе.	2		
24.		Тренировочные упражнения. Вращения. Скручивание. Растяжение. Композиции в произвольных танцевальных формах.	2		
25.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Самба ход в променадной позиции.	2		
26.		Беседа по ПДД и о поведении на улице. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Правый и левый повороты. Степень поворота стоп,	2		

		корпуса			
<b>27.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Флики и брейк.	<b>2</b>		
<b>28.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Направление движения. Основной ход, ча-ча-ча шассе, ход назад.	<b>2</b>		
<b>29.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Поступательное, основное движение, виски.	<b>2</b>		
<b>30.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Правый спин - поворот, левый поворот, быстрый открытый поворот. Отработка.	<b>2</b>		
<b>31.</b>		Беседа по личной безопасности при ЧС. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Работа стоп, работа бедер. Линк рок.	<b>2</b>		
<b>32.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Открытый импетус.	<b>2</b>		
<b>33.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Повторение пройденного. Вальсовая дорожка, рок - поворот. Отработка	<b>2</b>		
<b>34.</b>		Тренировочные упражнения. Беседа по ПДД и поведении на улице. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Раскрытие вправо и влево.	<b>2</b>		
<b>35.</b>		Тренировочные	<b>2</b>		

		упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Сбалансированное движение.			
36.		Тренировочные упражнения. Динамические характеристики движения (удар, растяжение, пластика, сжатие). Композиции и их отработка.	2		
37.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Степень поворота стоп, корпуса. Взаимодействие в паре.	2		
38.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Локи с продвижением.	2		
39.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Понятие о центре массы тела и переносе центра тяжести тела с ноги на ногу.	2		
40.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Три ча-ча. Правый и левый волчок.	2		
41.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Шассе в ПП. Композиции и их отработка.	2		
42.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Шассе в ПП. Композиции и их отработка.	2		
43.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Импетус поворот. Отработка.	2		
44.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская	2		

		программа. Джайв. Работа колен, стоп. Джайв шассе, линк рок. Отработка.			
45.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Баланс в паре. Отработка.	2		
46.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Позиции и работа стоп. Бота фого в ПП и КонтрПП.	2		
47.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Работа стопы, колен. Стойка, положение рук. Отработка	2		
48.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Отработка композиций самбы, Ча-ча-ча, джайва.	2		
49.		Беседа по противопожарной безопасности, о поведении на массовых мероприятиях. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Отработка композиций медленного вальса, венского вальса, квикстепа.	2		
50.		Открытое занятие для родителей.	2		
51.		Беседа по ПДД и о поведении на улице, на транспорте. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Спираль.	2		
52.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Левый поворот в поступательном боковом шаге.	2		
53.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Движение в танце и	2		

		музыкальность. Просмотр видеодиска.			
54.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Ритм. Наличие баунса. Крузато ход и локи в теневой позиции.	2		
55.		Инструктаж по технике безопасности. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Кросс-хезитейшн, внешний спин поворот, закрытая перемена. Соединение фигур. Композиции и их отработка.	2		
56.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Флики и брейк. Отработка.	2		
57.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Наличие свая. Отработка композиций.	2		
58.		Беседа о поведении на выездных мероприятиях. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Отработка композиций.	2		
59.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Положение в паре. Направленность и работа колен и рук.	2		
60.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Работа стоп, корпуса. Отработка левого поворота	2		
61.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Сила и	2		

		гибкость движений, характер танца. Ритмические упражнения. Отработка.			
62.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Баланс, посыл корпуса и противодвижение корпуса.	2		
63.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Кубинский брейк в открытой позиции. Отработка.	2		
64.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Соединение фигур. Правый спин-поворот, плетение из променадной позиции, шассе из позиции променада.	2		
65.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Ритмические упражнения. Работа рук. Положение в паре. Смена рук за спиной.	2		
66.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Открытый променад назад. Отработка композиций.	2		
67.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Закрепление навыков. Правый спин-поворот, поступательное шассе, шассе направо.	2		
68.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Круговая вольта в правой теневой позиции (вправо и влево). Отработка.	2		
69.		Беседа по личной безопасности при ЧС.	2		

		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Кики ход вперед и назад Отработка композиций.			
70.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Перемена с правого на левый поворот и с левого на правый. Отработка.	2		
71.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Тайм-степ с левой и правой ноги. Отработка композиций.	2		
72.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Положение рук, корпуса, головы. Баланс, Взаимодействие в паре. Несложные композиции.	2		
73.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Разучивание и отработка композиции. Алемана, хип твист (закрытый и открытый), три ча-ча-ча.	2		
74.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Типпл шассе влево. Отработка композиций	2		
75.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Левый хлыст, стоп энд гоу. Отработка композиций.	2		
76.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Положение рук, корпуса, головы. Взаимодействие в паре.	2		
77.		Тренировочные упражнения. Динамические характеристики движения (удар, растяжение,	2		



		пластика, сжатие). Композиции и их отработка.			
<b>78.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Отработка движений. Бег из променада в обратный променад.	<b>2</b>		
<b>79.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Закономерности переноса корпуса с ноги на ногу, мягкие переходы. Двойной левый спин.	<b>2</b>		
<b>80.</b>		Беседа по противопожарной безопасности. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Закрепление и отработка пройденного материала.	<b>2</b>		
<b>81.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Отработка пройденного материала по европейской программе.	<b>2</b>		
<b>82.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Лассо. Отработка Повторение композиции.	<b>2</b>		
<b>83.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Музыкальность исполнения. Просмотр видеодиска	<b>2</b>		
<b>84.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Разучивание движения «цыплячий ход». Отработка.	<b>2</b>		
<b>85.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс.	<b>2</b>		

		Движение в танце и музыкальность.			
86.		. Беседа по ПДД и о поведении на улице. Тренировочные упражнения. Постановка танцев к выступлению на концертах.	2		
87.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Характер танца, выразительность и ритм. Отработка композиций.	2		
88.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Четкое исполнение ритма. Левый поворот и бегущее окончание, типпл шассе.	2		
89.		Тренировочные упражнения. Постановка танцев к выступлению на концертах.	2		
90.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Спираль, локон, ча-ча-ча. Отработка композиций.	2		
91.		Тренировочные упражнения. Просмотр видеозаписей с конкурсами. Обсуждение.	2		
92.		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	2		
93.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Повторение пройденного. «Виск», поступательное шассе из позиции променада, открытые перемены назад.	2		
94.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Фоллэвей движение, смена места справа налево, слева направо, смена рук за	2		

		спиной, звено. Соединение фигур.			
<b>95.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>96.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Перемены назад. Взаимодействие в паре. Отработка.	<b>2</b>		
<b>97.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Три алеманы. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>98.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>99.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Четыре быстрых бегущих шага.	<b>2</b>		
<b>100.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Три ча-ча-ча, тайм-степ, аида. Соединение фигур.	<b>2</b>		
<b>101.</b>		Беседа по личной безопасности при ЧС. Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>102.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. «Виск», поступательное шассе из позиции променада, открытые перемены назад. Отработка.	<b>2</b>		
<b>103.</b>		Беседа по ПДД и о поведении на улице. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Повторение пройденного.	<b>2</b>		

		Отработка композиций.			
<b>104.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Четкое исполнение ритма. Работа над музыкальностью. Отработка.	<b>2</b>		
<b>105.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>106.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Венский вальс. Квикстеп. Повторение пройденного. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>107.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Джайв. Повторение пройденного. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>108.</b>		Открытое занятие для родителей.	<b>2</b>		

### Календарно-тематическое планирование

#### Группа второго года обучения

<b>№ п/п</b>	<b>Планируемая дата</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Примечание</b>
<b>1.</b>		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой.	<b>2</b>		
<b>2.</b>		Тренировочные упражнения. Планирование участия в турнирах каждой пары.	<b>2</b>		
<b>3.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Ввод новых элементов. Направление движений и технические параметры изучаемых фигур.	<b>2</b>		
<b>4.</b>		Тренировочные упражнения.	<b>2</b>		

		Латиноамериканская программа. Музыкальные и технические характеристики изучаемых танцев и фигур.			
<b>5.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Правила осанки, работа стоп, направление шагов.	<b>2</b>		
<b>6.</b>		Латиноамериканская программа. Самба. Ритм. Направление движения, работа стоп, колен, бедер, экшен. Отработка композиций	<b>2</b>		
<b>7.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Направление движения. Степень поворота стоп и корпуса. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>8.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Позиции и работа стоп, работа колен. Ритм и длительность.	<b>2</b>		
<b>9.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Степень поворота стоп и корпуса. Сбалансированное движение.	<b>2</b>		
<b>10.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Музыкальная и	<b>2</b>		

		техническая характеристика танца. Основное движение, ход вперед и назад. Отработка.			
<b>11.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Принципы исполнения правых и левых фигур танца. Несложные композиции.	<b>2</b>		
<b>12.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Положение веса относительно стоп. Работа колен. Взаимодействие в паре. Несложные композиции.	<b>2</b>		
<b>13.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Технические параметры изучаемых фигур. Правила использования площадки, стойка.	<b>2</b>		
<b>14.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Экшен и работа бедер. Вольта с одноименных ног. Отработка	<b>2</b>		
<b>15.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Открытый импетус. Отработка.	<b>2</b>		
<b>16.</b>		Тренировочные	<b>2</b>		

		упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Динамические характеристики движения (удар, растяжение, пластика, сжатие). Композиции и их отработка.			
<b>17.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Правила использования площадки. Степень поворота стоп и корпуса. Стойка. Положение рук. Два шага-звено (линк).	<b>2</b>		
<b>18.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Направление движения. Техника исполнения шагов и фигур. Основное движение, променад, рука в руке, алемана. Отработка	<b>2</b>		
<b>19.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Принципы исполнения правых и левых фигур. Правый и левый поворот.	<b>2</b>		
<b>20.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Фоллэвей рокк, фоллэвей троуэвей. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>21.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа.	<b>2</b>		

		Квикстеп. Степень поворота стоп и корпуса. Правый спин поворот, левый поворот, быстрый открытый поворот. Отработка композиций.			
<b>22.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Степень поворота стоп и корпуса. Правый спин поворот, левый поворот, быстрый открытый поворот. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>23.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Повторение пройденного. Открытый импетус. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>24.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Три ча-ча, правый и левый волчок. Соединение фигур. Отработка.	<b>2</b>		
<b>25.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Повторение пройденного. Файвстеп. Соединение фигур. Отработка	<b>2</b>		
<b>26.</b>		Беседа по ПДД и о поведении на улице. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Синкопированный	<b>2</b>		



		кубинский рок.			
<b>27.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Правый и левый поворот, перемена. Отработка. Сбалансированное движение.	<b>2</b>		
<b>28.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Повторение пройденного. Линк рокк, звено, смена мест справа налево и слева направо. Отработка.	<b>2</b>		
<b>29.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Типси влево и вправо	<b>2</b>		
<b>30.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Вольта с продвижением в теневой позиции. Отработка.	<b>2</b>		
<b>31.</b>		Беседа по личной безопасности при ЧС. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Шассе с поворотом влево. Баланс в паре.	<b>2</b>		
<b>32.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Продолженный круговой хип-твист. Отработка.	<b>2</b>		
<b>33.</b>		Тренировочные упражнения.	<b>2</b>		

		Европейская программа. Танго. Левый поворот, открытый, закрытый левый поворот. Отработка			
<b>34.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Левый волчок, раскрытие из левого волчка. Отработка.	<b>2</b>		
<b>35.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Правый и левый поворот, перемены. Баланс в паре	<b>2</b>		
<b>36.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Повторение пройденного. Смена рук за спиной. Отработка композиций	<b>2</b>		
<b>37.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Быстрый открытый левый поворот. Отработка.	<b>2</b>		
<b>38.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа Самба. Бота фого в продвижении вперед и назад, в ПП и контр. ПП.	<b>2</b>		
<b>39.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Повторение пройденного. Кросс-хезитейшн. Отработка	<b>2</b>		

		композиций.			
<b>40.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Способы смены ног. Отработка.	<b>2</b>		
<b>41.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. История возникновения и технические параметры изучаемых фигур.	<b>2</b>		
<b>42.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Взаимодействие партнеров. Ведение. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>43.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Музыкальность исполнения. Отработка правого и левого поворота.	<b>2</b>		
<b>44.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Хлыст, стоп энд гоу.	<b>2</b>		
<b>45.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Ритм и музыкальность.	<b>2</b>		
<b>46.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. История возникновения и технические параметры	<b>2</b>		

		изучаемых фигур.			
<b>47.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Ритм и длительность. Работа стоп.	<b>2</b>		
<b>48.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Отработка композиций медленного вальса, венского вальса, танго, квикстепа.	<b>2</b>		
<b>49.</b>		Беседа по противопожарной безопасности, о поведении на массовых мероприятиях. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Отработка пройденного материала.	<b>2</b>		
<b>50.</b>		Открытое занятие для родителей.	<b>2</b>		
<b>51.</b>		Беседа по ПДД и о поведении на улице, на транспорте. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Повторение пройденного. Левый и правый волчок, нью-йорк, рука в руке.	<b>2</b>		
<b>52.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Кросс-хезитейшн, внешний спин поворот, закрытая перемена.	<b>2</b>		

		Соединение фигур.			
<b>53.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Работа корпуса.	<b>2</b>		
<b>54.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Экшен, баунс, работа бедер, рук. Самба ход в ПП, бота фога в продвижении вперед и назад. Отработка	<b>2</b>		
<b>55.</b>		Инструктаж по технике безопасности. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Музыкальность. Просмотр видеодиска	<b>2</b>		
<b>56.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Тройной шаг, перо, правый поворот. Отработка	<b>2</b>		
<b>57.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Направление, техника шагов и фигур.	<b>2</b>		
<b>58.</b>		Беседа о поведении на выездных мероприятиях Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Двойной променад.	<b>2</b>		

		Соединение фигур.			
<b>59.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Мельница. Взаимодействие партнеров. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>60.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Повторение пройденного. Открытый телемарк.	<b>2</b>		
<b>61.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Кортаджака, крузадо. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>62.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Баланс, посыл корпуса, противодвижение корпуса	<b>2</b>		
<b>63.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Повторение пройденного. Закрытый и открытый хип твист. Отработка композиций	<b>2</b>		
<b>64.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Соединение фигур. Правый спин поворот, плетение	<b>2</b>		

		из позиции променада, шассе из позиции променада.			
<b>65.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Ритмические упражнения. Позиции и работа рук. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>66.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Повторение пройденного. Променад. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>67.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Взаимодействие партнеров. Ведение. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>68.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Отработка пройденного материала.	<b>2</b>		
<b>69.</b>		Беседа по личной безопасности при ЧС. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Сила и гибкость движений, характер танца. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>70.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп.	<b>2</b>		

		Использование танцевальной площадки, направление движения. Отработка композиций			
<b>71.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Тайм-степ с левой и правой ноги. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>72.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Положение рук, корпуса, головы. Взаимодействие партнеров. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>73.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Кукарача, спираль. Соединение фигур. Отработка.	<b>2</b>		
<b>74.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Левый поворот, телемарк.	<b>2</b>		
<b>75.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Променадная позиция. Отработка движений.	<b>2</b>		
<b>76.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Левый поворот.	<b>2</b>		



		Направление движения. Работа стоп, корпуса.			
<b>77.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Основной ход, шассе, аппель.	<b>2</b>		
<b>78.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Характер танца, выразительность и ритм. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>79.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Музыкальность исполнения. Просмотр видеодиска.	<b>2</b>		
<b>80.</b>		Беседа по противопожарной безопасности. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Направление движения. Техника исполнения шагов и фигур.	<b>2</b>		
<b>81.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа Медленный фокстрот. Тройной ход, шаг перо, правый поворот.	<b>2</b>		
<b>82.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Характер танца, выразительность и ритм. Отработка	<b>2</b>		

		композиций.			
<b>83.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Музыкальность исполнения. Просмотр видеодиска.	<b>2</b>		
<b>84.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Повторение пройденного. Променад. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>85.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Кортэ назад, поступательный боковой ход. Соединение фигур. Отработка.	<b>2</b>		
<b>86.</b>		. Беседа по ПДД и о поведении на улице. Тренировочные упражнения. Постановка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>87.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Методы перемены ноги. Отработка.	<b>2</b>		
<b>88.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа Медленный фокстрот. Внешний свивл, импетус, плетение.	<b>2</b>		
<b>89.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>90.</b>		Тренировочные	<b>2</b>		

		упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Характер танца, выразительность и ритм. Отработка композиций.			
<b>91.</b>		Тренировочные упражнения. Просмотр видеозаписей с конкурсами. Обсуждение.	<b>2</b>		
<b>92.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>93.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Движение в танце и музыкальность. Отработка	<b>2</b>		
<b>94.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа Пасодобль. Отработка пройденного материала.	<b>2</b>		
<b>95.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>96.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Левый поворот, телемарк (открытый и закрытый). Отработка.	<b>2</b>		
<b>97.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская	<b>2</b>		

		программа. Румба. Зеркало, раскрытие. Отработка			
<b>98.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>99.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Левый поворот и бегущее окончание, типпл шассе. Соединение фигур. Отработка	<b>2</b>		
<b>100.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча- ча. Тайм-степ с левой и правой ноги, аида, спираль, локон. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>101.</b>		Беседа по личной безопасности при ЧС. Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>102.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Крыло, телемарк. Отработка	<b>2</b>		
<b>103.</b>		Беседа по ПДД и о поведении на улице, на улице. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Основной ход (на месте, вперед и назад), шассе, аппель. Отработка.	<b>2</b>		

<b>104.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа Медленный фокстрот. Внешний свивл, импетус поворот, плетение.	<b>2</b>		
<b>105.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>106.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>107.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Повторение пройденного. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>108.</b>		Открытое занятие для родителей. Подведение итогов.	<b>2</b>		

**Календарно-тематическое планирование**  
**Группа третьего года обучения**

<b>№ п/п</b>	<b>Планируемая дата</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Примечание</b>
<b>1.</b>		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой.	<b>2</b>		
<b>2.</b>		Тренировочные упражнения. Планирование участия в турнирах каждой пары.	<b>2</b>		
<b>3.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Ввод новых элементов. Направление	<b>2</b>		

		движений и технические параметры изучаемых фигур.			
<b>4.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Музыкальные и технические характеристики изучаемых танцев и фигур.	<b>2</b>		
<b>5.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Правила осанки, работа стоп, направление шагов.	<b>2</b>		
<b>6.</b>		Латиноамериканская программа. Самба. Ритм. Направление движения, работа стоп, колен, бедер, экшен. Отработка композиций	<b>2</b>		
<b>7.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Направление движения. Степень поворота стоп и корпуса. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>8.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Позиции и работа стоп, работа колен. Ритм и длительность.	<b>2</b>		
<b>9.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Степень поворота стоп и корпуса. Сбалансированное	<b>2</b>		

		движение.			
<b>10.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Техника работы ног в шагах и фигурах. Отработка.	<b>2</b>		
<b>11.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Тройной шаг, шаг перо, правый поворот. Отработка.	<b>2</b>		
<b>12.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Положение веса относительно стоп. Работа колен. Взаимодействие в паре. Несложные композиции.	<b>2</b>		
<b>13.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Технические параметры изучаемых фигур. Правила использования площадки, стойка.	<b>2</b>		
<b>14.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Экшен и работа бедер. Вольта с одноименных ног. Отработка	<b>2</b>		
<b>15.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Открытый импетус. Отработка.	<b>2</b>		

<b>16.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Динамические характеристики движения (удар, растяжение, пластика, сжатие). Композиции и их отработка.	<b>2</b>		
<b>17.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Правила использования площадки. Степень поворота стоп и корпуса. Стойка. Положение рук. Два шага-звено (линк).	<b>2</b>		
<b>18.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Направление движения. Техника исполнения шагов и фигур. Основное движение, променад, рука в руке, алемана. Оработка	<b>2</b>		
<b>19.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Принципы исполнения правых и левых фигур. Правый и левый поворот.	<b>2</b>		
<b>20.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Фоллэвей рокк, фоллэвей троуэвей. Оработка композиций.	<b>2</b>		
<b>21.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская	<b>2</b>		



		программа. Квикстеп. Степень поворота стоп и корпуса. Лок с поворотом. Отработка композиций.			
<b>22.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Объем тела и пары. Поступательное основное движение, наружное основное движение, виски. Отработка.	<b>2</b>		
<b>23.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Повторение пройденного. Фоллзвей виск. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>24.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Три ча-ча, правый и левый волчок. Соединение фигур. Отработка.	<b>2</b>		
<b>25.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Повторение пройденного. Файвстеп. Соединение фигур. Отработка	<b>2</b>		
<b>26.</b>		Беседа по ПДД и о поведении на улице. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Синкопированный кубинский рок.	<b>2</b>		

<b>27.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Правый и левый поворот, перемена. Отработка. Сбалансированное движение.	<b>2</b>		
<b>28.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Основной ход, шассе, аппель. Отработка.	<b>2</b>		
<b>29.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Типси влево и вправо	<b>2</b>		
<b>30.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Вольта с продвижением в теневой позиции. Отработка.	<b>2</b>		
<b>31.</b>		Беседа по личной безопасности при ЧС. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Шассе с поворотом влево. Баланс в паре.	<b>2</b>		
<b>32.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Продолженный круговой хип-твист. Отработка.	<b>2</b>		
<b>33.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Левый поворот,	<b>2</b>		

		открытый, закрытый левый поворот. Отработка			
<b>34.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Левый волчок, раскрытие из левого волчка. Отработка.	<b>2</b>		
<b>35.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Правый и левый поворот, перемены. Баланс в паре	<b>2</b>		
<b>36.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Повторение пройденного. Основное движение. Подъемы влево и вправо. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>37.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Быстрый открытый левый поворот. Отработка.	<b>2</b>		
<b>38.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа Самба. Бота фого в продвижении вперед и назад, в ПП и контр. ПП.	<b>2</b>		
<b>39.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Двойной обратный спин. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>40.</b>		Тренировочные упражнения.	<b>2</b>		

		Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Способы смены ног. Отработка.			
<b>41.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Натуральный поворот, обратный поворот. Отработка.	<b>2</b>		
<b>42.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Спираль с поворотом в веер. Ведение. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>43.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Музыкальность исполнения. Отработка правого и левого поворота.	<b>2</b>		
<b>44.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Хлыст, стоп энд гоу.	<b>2</b>		
<b>45.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Ритм и музыкальность.	<b>2</b>		
<b>46.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Большой круг, восьмерка.	<b>2</b>		
<b>47.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. .	<b>2</b>		

		Обратная волна, перемена направления.			
<b>48.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>49.</b>		Беседа по противопожарной безопасности, о поведении на массовых мероприятиях. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Отработка пройденного материала.	<b>2</b>		
<b>50.</b>		Открытое занятие для родителей.	<b>2</b>		
<b>51.</b>		Беседа по ПДД и о поведении на улице, на транспорте. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Повторение пройденного. Позиции и работа рук.	<b>2</b>		
<b>52.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. . Фоллзвей виск. Соединение фигур.	<b>2</b>		
<b>53.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Работа корпуса.	<b>2</b>		
<b>54.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические	<b>2</b>		

		упражнения. Позиции и работа рук. Отработка.			
55.		Инструктаж по технике безопасности. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Музыкальность. Просмотр видеодиска	2		
56.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Открытый телемарк (с перо - окончанием). Отработка.	2		
57.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Твист-поворот.	2		
58.		Беседа о поведении на выездных мероприятиях Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Прогрессивный боковой шаг, рок-поворот.	2		
59.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Болл-чейндж. Взаимодействие партнеров. Отработка.	2		
60.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Повторение пройденного.	2		

		Открытый телемарк.			
61.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Ритмические упражнения. Кортаджака, крузато. Отработка композиций.	2		
62.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Баланс, посыл корпуса, противодвижение корпуса	2		
63.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Повторение пройденного. Ритм «Гуапача». Отработка композиций.	2		
64.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Соединение фигур. Правый спин поворот, плетение из позиции променада, шассе из позиции променада.	2		
65.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Ритмические упражнения. Позиции и работа рук. Отработка композиций.	2		
66.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Повторение пройденного.	2		

		Форстеп. Отработка композиций.			
<b>67.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Роуп-спининг. Ведение. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>68.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Отработка пройденного материала.	<b>2</b>		
<b>69.</b>		Беседа по личной безопасности при ЧС. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Сила и гибкость движений, характер танца. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>70.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Использование танцевальной площадки, направление движения. Отработка композиций	<b>2</b>		
<b>71.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Тайм-степ с левой и правой ноги. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>72.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс.	<b>2</b>		



		Крыло, телемарк. Отработка композиций.			
<b>73.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Кукарача, спираль. Соединение фигур. Отработка.	<b>2</b>		
<b>74.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Основное плетение.	<b>2</b>		
<b>75.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Променадная позиция. Отработка движений.	<b>2</b>		
<b>76.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Плетение из променадной позиции.	<b>2</b>		
<b>77.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Шассе вправо, шассе влево. Отработка.	<b>2</b>		
<b>78.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Характер танца, выразительность и ритм. Бегущие шаги из променада в обратный променад. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>79.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа.	<b>2</b>		

		Медленный вальс. Музыкальность исполнения. Просмотр видеодиска.			
80.		Беседа по противопожарной безопасности. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Шестнадцать. Отработка.	2		
81.		Тренировочные упражнения. Европейская программа Медленный фокстрот. Ховер - телемарк.	2		
82.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча- ча. Турецкое полотенце. Отработка композиций.	2		
83.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Музыкальность исполнения. Просмотр видеодиска.	2		
84.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Круговой хип-твист. Отработка композиций.	2		
85.		Тренировочные упражнения. Тренировочные упражнения. Европейская программа. Танго. Кортэ назад, поступательный боковой ход.	2		

		Соединение фигур. Отработка.			
86.		. Беседа по ПДД и о поведении на улице. Тренировочные упражнения. Постановка танцев к выступлению на концертах.	2		
87.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Самба. Методы перемены ноги. Отработка.	2		
88.		Тренировочные упражнения. Европейская программа Медленный фокстрот. Внешний свивл, импетус, плетение.	2		
89.		Тренировочные упражнения. Постановка танцев к выступлению на концертах.	2		
90.		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Джайв. Характер танца, выразительность и ритм. Отработка композиций.	2		
91.		Тренировочные упражнения. Просмотр видеозаписей с конкурсами. Обсуждение.	2		
92.		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	2		
93.		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Венский вальс. Движение в танце и	2		

		музыкальность. Отработка			
<b>94.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа Пасодобль. Отработка пройденного материала.	<b>2</b>		
<b>95.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>96.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный фокстрот. Ховер-перо. Отработка.	<b>2</b>		
<b>97.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Румба. Зеркало, раскрытие. Отработка	<b>2</b>		
<b>98.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>99.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Квикстеп. Лок с поворотом. Соединение фигур. Отработка.	<b>2</b>		
<b>100.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Ча-ча-ча. Ронд-шассе. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>101.</b>		Беседа по личной безопасности при ЧС. Тренировочные упражнения.	<b>2</b>		

		Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.			
<b>102.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Медленный вальс. Дрэг-хезитейшн и лок назад. Отработка.	<b>2</b>		
<b>103.</b>		Беседа по ПДД и о поведении на улице, на улице. Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Пасодобль. Основной ход (на месте, вперед и назад), шассе, аппель. Отработка.	<b>2</b>		
<b>104.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа Медленный фокстрот. Внешний свивл, импетус поворот, плетение.	<b>2</b>		
<b>105.</b>		Тренировочные упражнения. Постановка и отработка танцев к выступлению на концертах.	<b>2</b>		
<b>106.</b>		Тренировочные упражнения. Европейская программа. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>107.</b>		Тренировочные упражнения. Латиноамериканская программа. Повторение пройденного. Отработка композиций.	<b>2</b>		
<b>108.</b>		Открытое занятие для родителей.	<b>2</b>		

		Подведение итогов.			
--	--	--------------------	--	--	--

## ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

**Педагогические методики**, и технологии, методы организации образовательного процесса, в том числе и современные педагогические, информационные технологии, технологии дистанционного и электронного обучения, групповые и индивидуальные методы обучения и т.п.) с описанием применения в процессе реализации программы;

### Дидактические материалы:

- раздаточный материал (карточки, схемы, фото, карты, рисунки...)
- разработки игр, бесед
- каталоги с образцами костюмов для танцоров
- рекомендации участникам соревнований
- положения о соревнованиях
- фото, видеозаписи
- электронно-образовательные ресурсы для детей
- Анкета учащегося;
- Анкеты родителей;
- Электронно-образовательные ресурсы для детей
- аудиокассеты и диски с фонограммами современной и классической музыки
- видеокассеты диски с материалами конкурсов, турниров различного уровня
- видеозаписи выступлений обучающихся в объединении
- видеозаписи о выездах групп на экскурсии и соревнования

### Система контроля результативности обучения:

**Входной контроль** проводится на первых занятиях с целью выявления отношения ребенка к выбранной деятельности, его способностей и возможностей в данном виде деятельности, а также личностных качеств (анкетирования, собеседования, педагогические наблюдения). Полученные данные фиксируются в карте наблюдений педагога.

- Собеседование
- Анкетирование
- **Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся. Полученные данные фиксируются в карте наблюдений педагога.
  - Зачет (по разделам программы)
- **Промежуточный контроль** проводится по окончании всех полугодий и 1-года обучения (может проводиться и по изучению каждой темы). Может проходить в форме анализа выступлений, наблюдений, выступлений на мероприятиях, участия в коллективной деятельности, участие в соревнованиях и других. Результаты фиксируются в карте наблюдений педагога. Кроме того, результат может быть зафиксирован в виде фотоматериалов, грамот и дипломов, и в виде другого «продукта».
  - Анкетирование, опрос
  - Открытое занятие
- **Итоговый контроль** проводится по окончании обучения по программе. Формы – анализ выступлений, участие в соревнованиях различного уровня. Для оценки личностных изменений используется педагогическое наблюдение, анкетирование, собеседование, заполнение

учащимся карт самооценки. Результаты заносятся в диагностическую карту, фиксируются в виде фотоматериалов, грамот, дипломов... Формы предъявления результатов – это формы итоговых занятий.

- Анкетирование
- Участие в соревнованиях
- Открытое занятие, отчетный концерт.

## **ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Для педагогов

1. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012;
2. № 1008 Приказ Министерства образования и науки РФ, от 27.11.2013;
3. Барышников Т. «Азбука хореографии». Москва. Рольф. 2001 г.
4. Вяткин Б.А. «Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях». Москва. Физкультура и спорт . 1981 г.
5. Гай Говард. «Техника европейских танцев». Москва. АРТИС. 2003г.
6. Захаров Р. Методические указания к изучению английских терминов бального танца. Ленинград. ВЦСПС. 1975 г.
7. Концепция развития дополнительного образования РФ;
8. Мур А. «Пересмотренная техника европейских танцев» . 1993 г.
9. Мур А. «Популярные вариации». Издание Лондон. 1970 г. Полный перевод с английского и редакция Попов О.Н. Ленинград 1974 г.
10. Роттерс Т.Т. «Музыкально - ритмическое воспитание». Москва. Просвещение. 1989 г.
11. Станкин М.И. «Теория и практика физической культуры и спорта». Москва. Просвещение. 1972 г.
12. Стриганов В.М. и Уральская В.И. «Современный бальный танец». Москва. Просвещение 1978 г.
13. Уолтер Лэрд. «Техника латиноамериканских танцев». Москва. АРТИС. 2003
14. Френсис С., Дорис Л., Дорис Н., Петридис Д., Ромэйн Э., Спэнсэр Н., «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев». Издание Лондон. Перевод и редакция Пин Ю. Санкт-Петербург. 1992 г.
15. [www.минобрнауки.рф](http://www.минобрнауки.рф)  
<http://www.spbfdance.ru/>  
<http://www.dance.spb.ru/>  
<http://www.dancesport.ru/>

### **Список литературы для детей:**

1. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012;
2. Концепция развития дополнительного образования РФ;
3. Барышников Т. «Азбука хореографии». Москва. Рольф. 2001 г.
4. Захаров Р. Методические указания к изучению английских терминов бального танца. Ленинград. ВЦСПС. 1975 г.
5. Роттерс Т.Т. «Музыкально - ритмическое воспитание». Москва. Просвещение. 1989 г.
7. Станкин М.И. «Теория и практика физической культуры и спорта». Москва. Просвещение. 1972 г.
8. [www.минобрнауки.рф](http://www.минобрнауки.рф)  
<http://www.spbfdance.ru/>  
<http://www.dance.spb.ru/>  
<http://www.dancesport.ru/>