АДМИНИСТРАЦИЯ ЗАВОДСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

Принята на заседании
методического совета
от «25»
мая 20 26 г.
протокол № 9

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУДО «ЦДО»
_____ Котлячков А.В.
_____.20 26 г.
Приказ
от 26.05.2026 № 241

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа спортивной направленности
объединения «Спортивные бальные танцы, ансамбль Аист»

возраст учащихся: 6-17 лет

срок реализации: 5 лет

Автор-составитель:
Путинцева Оксана Викторовна
педагог дополнительного
образования

Саратов 2026 г.

1

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

1.2 Цель и задачи программы

1.3. Планируемые результаты по ступеням обучения

1.4. Формы и периодичность контроля

1.5. Содержание программы

1.5.1. Учебные планы

1.5.2. Содержание учебных планов

1.5 Планируемые результаты

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Условия реализации программы

2.2 Методическое обеспечение

2.3 Список литературы

Приложения:

1. Календарный план воспитательной работы на 2026-2027 учебный год
2. Рабочая программа к основной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.
3. Календарный учебный график

«Танец это жизнь...» (Айседора Дункан)

I. Комплекс основных характеристик программы

Танец один из наиболее древнейших, наиболее доступных, наиболее массовых видов искусств. Танец развивает силу и гибкость, улучшает телосложение, координацию движений, способствует развитию спонтанности и свободы движений, повышает умственную активность и работоспособность. Занятия танцами являются одним из важных факторов формирования творческих способностей учащихся, при этом возможно самопознание духа и тела, выражение собственных чувств через движение.

Одним из танцевальных направлений, сочетающих в себе черты, как спорта, так и искусства, является бальный танец. Наряду с двигательными навыками, ловкостью, координацией движений большое значение имеет эстетическое впечатление, художественное содержание, воплощенное в танце исполнителем и передаваемое зрителю. Поэтому в рамках физкультурно-спортивной направленности была разработана программа **дополнительного образования** «Спортивный бальный танец» для младшего, среднего и старшего школьного возраста.

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа объединения «Спортивные бальные танцы, ансамбль «Аист», (далее – программа), имеет физкультурно-спортивную направленность.

Основными нормативными документами, положенными в основу образовательной программы являются:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р (ред. от 30.04.2026) «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 01.07.2025 N 1745-р «О внесении изменений в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р и об утверждении Плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025 - 2030 годы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПин 1.2.3685-21» «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Распоряжение Правительства Саратовской области от 10.11.2025 года № 545-Пр «Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, II этап (2025-2030 годы) в Саратовской области»;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеразвивающих программ МУДО «Центр дополнительного образования»;
- Устав муниципального учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования»;
- Правила по виду спорта «танцевальный спорт» Всероссийской Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

Актуальность данной программы заключается в том, что спортивные бальные танцы имеют большое значение для физического развития человека. Занятия совершенствуют навыки основных видов движений, повышают уровень физической и умственной работоспособности, развивают выносливость. Систематические занятия танцами пропорционально развивают фигуру, вырабатывают красивую осанку, придают внешнему облику человека подтянутость и элегантность.

Бальный танец, являясь сложной синтетической деятельностью, оказывает влияние на развитие различных сторон психики ребенка. Танцевальная подготовка является эффективным средством не только физического, но и интеллектуального, нравственного, эстетического воспитания, для дальнейшего становления гармоничной личности младшего школьника. Танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры человека. Занятия танцами органически связано с усвоением норм, этики, немыслимы без выработки высокой культуры общения между людьми. Выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, красота, скромность, внимание к окружающим, их настроению, доброжелательность, приветливость – вот те черты, которые воспитываются у учащихся в процессе занятия танцами и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Танец является эффективным средством организации досуга детей, культурной формой отдыха, выступает как средство массового общения людей, дает возможность

содержательно провести время, познакомиться, подружиться. Эстетическое воспитание подрастающего поколения – одна из составных частей воспитания.

Спортивный бальный танец исполняется в паре. Отсюда вся сложность и прелесть ролевого взаимоотношения «кавалера» и «дамы». Дети, танцуя в парах, учатся помогать друг другу, прислушиваться к мнению партнера, находить совместные решения, улаживать неизбежные разногласия и даже конфликты мирным путем, овладевают культурой общения.

Правильная организация педагогического процесса преподавания бальных танцев позволит наиболее полно раскрыть творческий потенциал младших и средних школьников, содействовать более успешной адаптации детей к школе. В этом и состоит педагогическая целесообразность данной программы.

Организационные принципы программы

Данная программа рассчитана для детей и подростков в возрасте от 6 до 17 лет, проходящих 3 ступени обучения:

I ступень — (1 год обучения) Школа бального танца, подготовка

II ступень — (2-3 год обучения) Школа спортивного бального танца (конкурсная программа)

III ступень — (4-5 год обучения) Школа спортивного бального танца (конкурсная программа)

I ступень: Включает в себя обучение детей 6-10 лет. На первой ступени обучения основная цель — научить ребенка свободно и органично выражать себя в танце.

Задача — привить понятие дисциплины, научить ребенка простейшим элементам танца различных жанров, научить самостоятельно ориентироваться

в мире танцевальной эстетики, а также подготовить его к требованиям Школы спортивного бального танца.

На этом уровне танцевального развития дети учат простейшие элементы 4-6 танцев конкурсной программы, а также развивающих диско-танцев. Есть возможность выходить на спортивно-массовые мероприятия и участие в концертной программе.

II и III ступень : Школа спортивного бального танца.
На второй ступени обучения основная цель - обучение основам спортивного танца и импровизации, как инструментам для успешного решения задач пластической выразительности. Основная цель — вывести детей на качественно новую конкурсную ступень спортивных бальных танцев, дать пред профильную подготовку, которая позволит им в дальнейшем перейти к профессиональной деятельности.

Основная задача - развитие танцевальных способностей учеников, достижение абсолютного воплощения своего тела, легкости и уверенности перед зрителями, снятие зажимов.

В школу спортивного бального танца принимаются ребята из Школы бального танца (подготовительной группы) с 7-9 летнего возраста на конкурсной основе, освоившие 6 танцев конкурсной программы и готовые по результатам соревнований перейти из массового спорта в спорт высших достижений.

В школе спортивного бального танца дети изучают конкурсную международную программу по европейским и латиноамериканским танцам, которая включает в себя 5 танцев каждой программы, готовятся и выступают на городских, областных, региональных, российских конкурсах.

С 2017 года обязательным условием для спортсменов становится сдача нормативов ГТО. В связи с этим усиливается общефизическая подготовка.

Европейская программа танцев включает в себя медленный (английский) вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот и быстрый фокстрот.

Латино - американская программа танцев включает в себя такие танцы, как самба (бразильская), ча-ча-ча (кубинская), румба (кубинская), пасодобль (испанский) и джайв (американский).

II ступень - это дети в возрасте 7-11 лет, по возрастному цензу Федерации Танцевального Спорта России соответствует возрастным группам Дети-1 (7-9 лет) и Дети-2 (10-11 лет).

III ступень-это подростки в возрасте 12-17 лет

Форма и режим занятий:

Форма обучения – очная.

При реализации программы (частично) применяется электронное обучение и дистанционные образовательные технологии. При электронном обучении с применением дистанционных технологий продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет не более 30 минут.

Использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий предусматривается на время массовых заболеваний и других обстоятельств, исключающих очное обучение детей. Основные элементы системы ЭО и ДОТ, используемые в работе: цифровые образовательные ресурсы, размещённые на официальном сайте МУДО «ЦДО», видеоконференции (Zoom), электронная почта. Возможно проведение индивидуальных занятий с применением ЭО и ДОТ для детей, пропустивших занятия по уважительной причине.

Программа предполагает групповые и индивидуальные занятия. Форма проведения занятий комбинированная (теория + практическая часть + игровая деятельность).

Возрастные особенности младших школьников требуют, чтобы занятия велись в увлекательной форме, были эмоциональны, методически разнообразно построены. На занятиях используются наглядные пособия, аудио и видеоматериалы. Значительное место на занятиях отводится практическим тренировкам детей в парах. Также предусмотрены: игра-путешествие, праздники, экскурсии, концертная деятельность, открытые турниры.

Средний и старший возраст уже более сознательно погружен в спортивную составляющую танцев, и более серьезно готовится именно к соревнованиям, где можно показать все, чего они смогли достигнуть путем кропотливой работы над своим телом.

Учащиеся 1 ступени занимаются 2 раза в неделю по 2 часа, группа состоит из 10-12 человек.

Учащиеся 2 ступени занимаются 3 раза в неделю по 2 часа, группа из 8-12 человек.

Учащиеся 3 ступени занимаются 3 раза в неделю по 2 часа, группа из 8-10 человек.

Одновременно в группе не могут заниматься дети разных возрастных категорий.

Необходимость индивидуальных занятий заключается в том, что конкурсная программа у каждой танцевальной пары сугубо индивидуальна и рассчитана на ее возможности. Постановочные концертные номера также ставятся и отрабатываются индивидуально.

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы - создание условий для формирования творческой физически развитой личности ребенка через раскрытие его индивидуальных возможностей в области **хореографии** посредством изучения и развития устойчивого интереса к спортивным бальным танцам.

Задачи :

воспитательные:

− развивать у учащихся стремление к активному образу жизни;

− формировать эстетический вкус, творческое мышление;

− создавать условия для максимальной реализации потенциала каждого обучаемого, дальнейшего развития его способностей;

− развивать эмоционально-чувственную сферу психики;

− воспитывать спортивный характер;

− ориентировать на реализацию решительного поведения, осуществление внутреннего самоконтроля;

− способствовать формированию адекватной самооценки, развитию мотивации самосовершенствования, самореализации, мотивации достижения.

Обучающие:

- способствовать овладению знаниями в области бальной хореографии: истории бального танца, терминологии, техники исполнения, истории костюма, основами бального этикета

- формировать развитие танцевальных способностей в области бальной хореографии: навыки танцевальных движений, музыкальность, ритм, осанка.

Развивающие:

- повышать интеллектуальный уровень воспитанников через познавательную активность, самостоятельную мыслительную деятельность

- помогать выработке правильной осанки, координации и культуры движений;
- повышение уровня общефизической подготовки
- формирование элементов IT –компетенций.

1.3. Планируемые результаты по ступеням обучения

Результаты учитываются применительно к отдельной личности и выражаются в сформированности ее качеств: знаниях, умениях и навыках, чертах характера. Ожидаемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы: развития творческого мышления, памяти, воображения; приобретение и закрепление теоретических знаний и практических умений; овладение основными танцевальными движениями; умения импровизировать, двигаться под музыку; формирование общей культуры.

Освоение программы обеспечивает учащимся достижение планируемых мета предметных, личностных и предметных образовательных результатов.

Личностные результаты

• активно относиться к себе, испытывать потребность в познании, творчестве, спорте, активном образе жизни;

• уважительно относиться к другим участникам объединения и их творчеству;

• проявить дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

• осознать значения семьи и семейных ценностей;

• уметь оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

• самостоятельное определение цели своего обучения в рамках программы объединения;

• умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

• умение владеть основами самоконтроля и самооценки;

• умение работать индивидуально и в коллективе, самостоятельно находя способы взаимодействия с участниками объединения;

• умение использовать информационно-коммуникационные технологии для поиска материала и решения поставленных задач;

• учащиеся будут иметь сформированные элементы IT-компетенций.

Предметные результаты

1 ступень обучения

учащиеся должны знать:

1. материал по теме «Ритмика»;
2. овладеть основными умениями и навыками по теме «Ритмика»;
3. овладеть основными навыками хореографии.

Должны уметь:

1. правильно выполнять спортивно-танцевальные движения в определенной последовательности в этюдном материале;
2. слышать музыку и согласовывать с ней движения;
3. начинать движения после музыкального вступления и заканчивать с концом музыкальной части или фразы;
4. уметь двигаться в характере и темпе музыки;
5. иметь навык соблюдения интервалов в перестроениях;
6. уметь выполнять движения пластично, выразительно, энергично
7. иметь навык ориентирования в пространстве.

2 ступень обучения

1. уметь анализировать и исправлять свои ошибки и ошибки своих одногруппников;
2. четко координировать движения тела (работу в паре), рук, ног;
4. приобретать навыки владения своим телом, снять сценический зажим, свобода движения на сцене;
5. приобретать навыки культуры поведения, освоить системы правил поведения, принятых в обществе.
6. Понимать и иметь возможность объяснить названия фигур в танце, их исполнение(наглядно) на базе фигур Е класса.

3 ступень обучения

1. уметь в движении передать характер и эмоции;
2. уметь сосредотачиваться, сконцентрировать внутреннюю энергию;
3. уметь свободно и уверенно держаться в любых условиях, в любой аудитории, работая с ранее отработанным материалом;
4. уметь видеть себя и оценивать свои поступки, устанавливать и поддерживать контакты с окружающими их людьми;
5. владеть массовыми танцами, бальными композициями, современными танцами, историко-бытовыми танцами;
6. знать четко отличительные свойства того или иного танцевального жанра
7. демонстрировать свое мастерство в танцевальных композициях и легко импровизировать под музыку;
8. владеть координацией движения тела и пластикой
9. Понимать и иметь возможность объяснить названия фигур в танце, их исполнение(наглядно) на базе фигур Д класса.

1.4 Формы и периодичность контроля

Формами текущего педагогического контроля являются: включенное

наблюдение, беседа, контрольное упражнение, опрос, творческое задание, результаты участия в соревнованиях, концертах, спортивно-массовых мероприятиях, внутриклубных праздниках.

Ежегодный начальный и итоговый контроль воспитанников промежуточные зачеты по технике исполнения и фигурам

занятие-конкурс

открытые занятия

отчетные концерты

открытые турниры по спортивным бальным танцам

получение спортивных разрядов по итогам соревнований

подготовка и сдача нормативов ГТО

Для определения эффективности программы и успешной ее реализации предполагается систематическое и непрерывное отслеживание результатов деятельности ребенка – педагогический мониторинг. Он включает в себя - отслеживание образовательных и социально- педагогических результатов, а также эффективность воспитательных воздействий. Педагогический мониторинг позволяет выявить пробелы и недочеты в обучении, дает толчок к поиску новых, более эффективных форм и методов работы с детьми.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные способы и методики:

- педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики умений и навыков, уровня взаимоотношений в паре;
- показ танцев на отчетных концертах;
- внутри коллективные конкурсы.

Критериями оценки уровней освоения программы являются требования, предъявляемые к выпускникам каждого года обучения и в соответствии с ними разработанные формы контроля, результаты участия в концертной деятельности, в различных творческих конкурсах. Применяются такие формы контроля как собеседование, игровые конкурсы, наблюдения, открытые и зачетные занятия (по пройденным темам), контрольные с самостоятельными

решениями творческих задач. После каждого изученного блока программы проводится промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах. В конце года педагог объединения подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей. Определяется степень достижения результатов обучения, закрепления знаний, творческих умений детей.

Завершающий этап освоения программы – выступление на концерте, фестивале, конкурсе перед зрителями и подробный анализ его выступления с педагогом.

1.5. Учебные планы

1.5.а Учебный план I ступени обучения:

№	Тематические блоки	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1		1	
2	Музыкально-ритмическая деятельность	4	16	20	Открытые занятия
3	Хореография и гимнастика	3	6	9	Открытые занятия
4	Современные детские массовые танцы		20	20	занятие-конкурс
5	Спортивные бальные танцы	10	50	60	соревнования
6	Общефизическая подготовка		20	20	Сдача нормативов
7	Творческая деятельность	2	16	18	концерты
8	Контактная работа с учащимися в электронной информационно-образовательной среде (на время внеочередных каникул и т.п.)				
	ИТОГО:	20	121	144	

1.5 а Содержание учебного плана I ступени обучения:

1. Вводное занятие.

Знакомство с коллективом. Ознакомление участников объединения с программой, правилами поведения, с требованиями к внешнему виду, форме одежды (обувь, костюм, прически). Беседа с детьми о хореографии. Обучение поклону–приветствию.

2. Музыкально-ритмическая деятельность. Музыка и ее характер – варианты музыкального сопровождения, характер музыки (веселый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый и т.д.), музыкальный размер: 2/4, 4/4, 3/4, 6/8. Сильные доли такта, слабые доли, акцент. Ритмические упражнения под музыку: разминка (спортивно-танцевальная, танцевально-образная) – упражнения по кругу, на середине зала
3. Основы хореографии: изучение позиций ног (I, II, III, VI), рук (подготовительное положение I, II, III). Гимнастика: ОФП и растяжки
4. Современные детские массовые танцы. Из опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Диско», «Современные ритмы», «Танец маленьких утят», «Полька» и т.д.
5. Спортивные бальные танцы. Образование произвольных танцевальных пар. Разучивание соответствующих положений по одному и в паре (постановка корпуса), основных элементов движений, комбинаций и связок, отношения в паре.

   Индивидуальная работа. Проводятся индивидуальные занятия по парам, по изучению и отработке материала танцевальных постановок.
6. Общефизическая подготовка. Работа на силу, выносливость.
7. Творческая деятельность. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях, смотрах, помощь другим творческим коллективам.
8. Игры. Снятие психологического напряжения, создание благоприятной дружеской атмосферы
9. Начальная общефизическая подготовка

1.5.б Учебный план II ступени обучения:

№	Тематические блоки	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1		1	
2	Музыкально-ритмическая деятельность	2	10	12	Открытые занятия
3	Хореография и гимнастика		10	10	Открытые занятия
4	Основы актерского мастерства	1	4	5	занятие-конкурс
5	Спортивные бальные танцы	20	100	120	соревнования
6	Общефизическая подготовка		34	34	Сдача нормативов
7	Творческая деятельность	2	22	24	концерты
8	Подготовка концертных номеров		10	10	концерты
9	Контактная работа с учащимися в электронной информационно-образовательной среде (на время внеочередных каникул и т.п.)				
	ИТОГО:	26	190	216	

1.5.б Содержание учебного плана II ступени обучения:

1. Вводное занятие. Ознакомление воспитанников с программой II года обучения. Повторение правил поведения во время занятия, правил поведения в Центре детского творчества, организационные вопросы.
2. Музыкально-ритмическая деятельность. Повторение основ хореографии (материал I года обучения). Спортивно-танцевальная разминка, ритмика с элементами пластики, пластика, сценические рисунки, различные перестроения в зале под музыку, вращения на месте и в продвижении.

3. Основы актерского мастерства. Искусство танцевального поклона в паре. Эмоциональность исполнения танца. Мимика и жесты в танце. Создание определенного художественного образа в танце. Основы сценического движения. Взаимоотношения партнеров в паре. Пара как танцевальная единица, постановка детей в пары. Права и обязанности партнеров, их взаимоотношения, улаживание конфликтов мирным путем. Совместное творчество в паре.
4. Спортивные бальные танцы. История происхождения и развития танцев. Европейская программа бальных танцев, «Е-Д» класс. Движения-подготовки на технику исполнения. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей европейской программы.

   Латиноамериканская программа бальных танцев, «Е-Д» класс. Движения-подготовки на технику исполнения. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей латиноамериканской программы.

   Индивидуальная работа. Проводятся индивидуальные занятия по парам, по изучению и отработке материала танцевальных фигур, связок, положений в паре и постановок, и т.д.
5. ОФП. Усиление спортивной составляющей. Бег, прыжки, работа на скорость, силу, выносливость. Подготовка к сдаче нормативов.
6. Игры. Снятие психологического напряжения, создание благоприятной дружеской атмосферы
7. Творческая деятельность. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях, смотрах, игровых программах, помощь другим творческим коллективам.

1.5.в Учебный план III ступени обучения:

№	Тематические блоки	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1		1	

2	Музыкально-ритмическая деятельность		6	6	Открытые занятия
3	Хореография и гимнастика		10	10	Открытые занятия
4	Актерское мастерство	1	4	5	занятие-конкурс
5	Спортивные бальные танцы	20	100	120	соревнования
6	Общефизическая подготовка		36	36	Сдача нормативов
7	Творческая деятельность		22	24	концерты
8	Подготовка концертных номеров		16	18	концерты
9	Контактная работа с учащимися в электронной информационно-образовательной среде (на время внеочередных каникул и т.п.)				
	ИТОГО:	22	186	216	

1.5.в Содержание учебного плана изучаемого курса III ступени обучения:

1. Вводное занятие. Организационные вопросы.
2. Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальное сопровождение танца. Музыка различных танцевальных жанров. Язык музыки. Повторение основ хореографии, пройденных на II году обучения. Спортивно-танцевальная разминка, пластика, стрейчинг, вращение на месте и в продвижении.
3. Актерское мастерство танцора. Искусство танцевального поклона в паре. Эмоциональность исполнения танца. Мимика и жесты в танце. Основы сценического движения. Культура взаимоотношений танцоров в паре. Правила поведения на сценической площадке.
4. Спортивные бальные танцы. История происхождения и развития танцев. Европейская программа бальных танцев, «Д-С» класс.

   Движения - подготовки на технику исполнения танцев «стандарта». Постановка корпуса, положение в паре. Танцевальные фигуры, связки,

комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей европейской программы.

Латиноамериканская программа бальных танцев, «Д-С» класс. Движения-подготовки на технику исполнения танцев «латины». Постановка корпуса, положение в паре. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей латиноамериканской программы.

Индивидуальная работа. Проводятся индивидуальные занятия по парам, по изучению и отработке материала танцевальных фигур, связок, положений в паре и постановок, и т.д

5. ОФП. Подготовка к сдаче нормативов ГТО.
6. Творческая деятельность. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях, смотрах, игровых программах, помощь другим творческим коллективам.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Условия реализации программы.

Для реализации образовательной программы необходимо наличие методического и материально-технического обеспечения.

Материально-техническое обеспечение:

- оборудование кабинета: паркетный или покрытый линолеумом пол;
- стол для аппаратуры;
- зеркало на одной из стен сплошной площадью;
- магнитофон;
- носители информации с записями
- обучающие видео материалы
- мобильные ноутбук, ПК (для проведения он-лайн занятий на время внеочередных каникул и т.п.) с выходом в интернет.
- аптечка для оказания первой медицинской помощи.

Наглядные пособия:

- фото-стенд о конкурсах;
- информационный уголок для объявлений о конкурсах, телепередачах бальных танцев.

2.2 Методическое обеспечение

Методы, способы и приемы стимулирования и мотивации детской деятельности:

эмоциональные методы: поощрение, порицание, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуаций успеха, стимулирующее оценивание, удовлетворение желаний быть значимой личностью;

познавательные методы: опора на жизненный опыт, познавательный интерес, создание проблемной ситуации, побуждение к поиску альтернативных решений, выполнение творческих заданий;

волевые методы: предъявление учебных требований, информирование об обязательных результатах обучения, самооценка деятельности и коррекция, рефлексия поведения, прогнозирование деятельности;

социальные методы: развитие желания быть полезным, создание ситуации взаимопомощи, поиск контактов и сотрудничество, заинтересованность в результатах, взаимопроверка

Дидактическое обеспечение:

- изготовление необходимого реквизита, оформление для проведения занятий, праздников и игровых программ;
- приобретение костюмов, реквизита;
- запись, монтаж музыки для разучивания и постановки танцевальных композиций и проведения массовых зрелищ.

Методические материалы:

- методическая литература;
- аудиотека и видеотека.

Учебно-воспитательная деятельность в объединении организуется таким образом, что с первых дней в нее вовлечены не только дети, но и родители.

Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания ансамбля спортивных бальных танцев разработана с учётом специфики танцевального коллектива: высоких требований к дисциплине и синхронности, необходимости слаженной командной работы, а также важности эстетического и личностного развития учащихся.

Цель программы: формирование творческой, дисциплинированной и социально ответственной личности учащегося посредством занятий спортивными бальными танцами.

Задачи:

- сформировать устойчивые навыки дисциплины и самоконтроля, необходимые для регулярных тренировок и выступлений;
- развить чувство личной и коллективной ответственности за результат;
- выработать умение работать в паре и в команде, согласовывать действия с партнёром и коллективом;
- воспитать уважительное отношение к педагогам, старшим товарищам и членам коллектива;
- способствовать развитию эстетического вкуса, художественного восприятия и творческих способностей через хореографию, музыку и сценическое оформление.

Направления воспитательной работы и планируемые результаты

Направление	Содержание работы	Планируемые результаты
Дисциплина и самоорганизация	Чёткое соблюдение расписания, правил поведения на занятиях и соревнованиях, выполнение индивидуальных и групповых заданий, ведение дневника самоконтроля (отметки о самочувствии, готовности к тренировке).	Учащийся соблюдает режим, своевременно приходит на занятия, ответственно выполняет указания педагога, умеет планировать своё время.
Ответственность	Распределение ролей и	Учащийся осознаёт свою

	обязанностей в коллективе (помощник педагога, ответственный за реквизит, за порядок в зале), участие в подготовке к концертам и соревнованиям, анализ собственных ошибок и успехов.	роль в коллективе, выполняет порученные задачи, умеет признавать ошибки и корректировать поведение.
Командная работа и партнёрство	Работа в паре, групповые постановки, совместные репетиции, разбор синхронности и взаимодействия, тренинги на сплочение.	Учащийся умеет договариваться с партнёром, слышать и чувствовать других, действовать слаженно в группе, поддерживать товарищей.
Уважение и культура общения	Традиции коллектива (приветствие, прощание, благодарность педагогам и партнёрам), разбор этических ситуаций, правила поведения на соревнованиях и в общественных местах, наставничество старших над младшими.	Учащийся проявляет вежливость и тактичность, уважает старших и более опытных участников, поддерживает доброжелательную атмосферу.
Эстетическое и творческое развитие	Посещение концертов и спектаклей, анализ видеозаписей выступлений, работа над образом и подачей, подбор костюмов и музыки, участие в творческих проектах.	Учащийся развивает художественный вкус, умеет анализировать и оценивать хореографию и музыку, проявляет творческую инициативу.

Формы и методы воспитательной работы

Мероприятия и дела:

- тематические беседы о культуре танца, истории бального танца, этике спортсмена и артиста;
- «День коллектива» — совместные активности вне зала (прогулка, чаепитие, творческий вечер);
- благотворительные и праздничные концерты, выступления для родителей и жителей района;
- итоговые отчётные концерты и открытые уроки.

Игры и тренинги:

- коммуникативные игры на сплочение и доверие;

- ролевые упражнения на решение конфликтных ситуаций в паре и коллективе;
- творческие задания на импровизацию и создание мини-композиций.

Индивидуальные и коллективные беседы:

- индивидуальные консультации по личным трудностям (стресс перед соревнованиями, конфликты в паре);
- групповые обсуждения после выступлений: разбор сильных сторон и зон роста, рефлексия эмоций и командной динамики.

Конкурсы и соревнования:

- внутриколлективные конкурсы на лучшую пару, лучший образ, лучшую импровизацию;
- участие в городских и региональных турнирах с обязательным разбором выступлений.

Критерии оценки эффективности воспитательной работы

- **Дисциплина:** посещаемость, соблюдение правил, выполнение поручений.
- **Ответственность:** качество выполнения обязанностей, инициативность, готовность исправлять ошибки.
- **Командная работа:** уровень синхронности в групповых номерах, отзывы партнёров и педагогов, участие в совместных проектах.
- **Уважение и культура общения:** отсутствие конфликтов, готовность помогать, соблюдение этических норм.
- **Эстетическое и творческое развитие:** участие в конкурсах и концертах, качество сценического образа, проявление творческой инициативы.

Оценка проводится педагогом 2 раза в год (декабрь и май) с фиксацией результатов в журнале наблюдений.

Взаимодействие с родителями

- родительские собрания 2 раза в год с обсуждением воспитательных задач и традиций коллектива;
- совместные мероприятия (концерты, дни открытых дверей);
- индивидуальные консультации по вопросам воспитания и мотивации ребёнка;
- информирование через чат коллектива о текущих делах и достижениях.

2.3. Список литературы

1. Дени Ги, Доссвиль Люк « Все танцы» М., 1987
2. Лайерд У. "Техника латинских танцев"(переработка 2014г) (самба, ча-ча, румба, джайв, пасодобль);
3. Мур А. "Бальные танцы" (квикстеп, вальс, фокстрот, танго); (переработка 2014г)
4. Имперское общество любителей танцев "Венский вальс";

Дополнительная литература:

1. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. – Ростов н/д: «Феникс», 2004.
2. Смит-Хемпшир Г. "Венский вальс. Как воспитать чемпиона";

для учащихся:

1. Гуров А. "Техника танца Румба";
2. Фигуры в спортивных танцах, принятые в Федерации спортивного танца России (перечень фигур)
3. Лайерд У. "Техника латинских танцев" (самба, ча-ча, румба, джайв, пасодобль);(переработка 2014г)
4. Ховард Г. "Техника исполнения европейских танцев";
5. Смит-Хемпшир Г. "Венский вальс»
6. Как построить свое «Я». – М., Педагогика, 1991.

интернет ресурсы: dancesport.ru interdance.ru

образовательный проект ФТСАРР fdsarr.ru

Приложение 1

Календарный план воспитательной работы на 2026-2027 учебный год объединения спортивно-бального танца «АИСТ»

Наименование мероприятия	Дата, время проведения	Количество участников	Место проведения мероприятия
Перекомплектование групп согласно возрасту и степени подготовки	1-4.09.2026		
День открытых дверей	сентябрь	2-6	ЦДО
День учителя	начало октября	2-4	ЦДО, школы, гимназии, лицеи
Тематический концерт	ноябрь-декабрь	2-6	ЦДО
Новогодний капустник в клубе силами учащихся и родителей	25-29.12. 2026	20-30	Спортивно-развивающий центр, пензенская, 33б (ЦДО)
Новогодний концерт	декабрь-январь	2-6	ЦДО
Концерт, посвящённый 8 Марта	март	2-8	ЦДО, школы, гимназии, лицеи
Тематический концерт	март-апрель	2-4	ЦДО
Концерт ко Дню Победы	май	2-4	ЦДО
Отчетный открытый урок	май	20	ЦДО
Родительские собрания	Сентябрь, декабрь, май	15-20	
Участие в соревнованиях	Согласно графику ФТСАРР		СК,ФОК

Приложение 2

Рабочая программа
к дополнительной общеразвивающей программе
спортивной направленности объединения спортивные
бальные танцы, ансамбль «АИСТ»
на 2026-2027 учебный год

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа объединения «АИСТ» (далее Программа) относится к программам ***спортивной направленности***.

Программа реализуется на базе МУДО «ЦДО» и спортивно-развивающего центра (ул. Пензенская, 33б)

Уровень программы: базовый.

Цель, задачи и планируемые результаты полностью совпадают с дополнительной общеразвивающей программой объединения «АИСТ».

Изменения в дополнительной общеразвивающей программе объединения «АИСТ» и их обоснование.

В 2026-2027 учебном году занятия проводятся в соответствии с Календарным учебным графиком, расписанием, недельной нагрузкой, условиями реализации программы.
Тематическое содержание реализации программы подробно расписано в Календарном учебном графике.
Особенности организации образовательной деятельности в 2026–2027 учебном году связаны с тем, что 2026 год объявлен в России Годом единства народов России. Это будет отражено в тематических мероприятиях.

Объем программы: 216часов – для каждого года обучения. Срок реализации: 2026-2027 учебный год.

Режим занятия:

№ группы	Год обучения	Кол-во раз в неделю	Продолжительность занятий в академических часах	Кол-во учебных недель	Общее кол-во часов в год	Продолжительность часа в мин
1	5	3	2	36	216	45
2	3	3	2	36	216	45
3	2	3	2	36	216	45

Возраст и количество учащихся по годам обучения

№ группы	Год обучения	Возраст учащихся	Количество учащихся в группе
1	2	6-10	10
2	3	8-11	10
3	5	12-14	10

Использование цифровых технологий при дистанционном обучении в 2026-2027 учебном году

Тема	Электронный ресурс (активная ссылка на материал, платформа)
Базовые фигуры европейской программы	**Образовательный проект ФТСАРР**
Базовые фигуры латиноамериканской программы	**Образовательный проект ФТСАРР**

Приложение 3

Календарный учебный график на 2026/2027 учебный год

дополнительной общеразвивающей программы объединения ансамбля спортивного бального танца «АИСТ»

Месяц	сентябрь					октябрь				ноябрь				декабрь				январь					февраль				март				апрель				май				
	1-7	8-14	15-21	22-28	29-05	6-12	13-19	20-26	27-02	3-9	10-16	17-23	24-30	1-7	8-14	15-21	22-28	29-04	5-11	12-18	19-25	26-01	2-8	9-15	16-22	23-01	2-8	9-15	16-22	23-29	30-5	6-12	13-19	20-26	27-03	4-10	11-17	18-24	25-31
2 год																																							
3 год																																							
5 год																																							

Ведение занятий по расписанию

Открытый урок для родителей

Зачетный урок по теории и практике

Комплектование групп