

**Департамент образования администрации г. Иркутска
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного
образования города Иркутска «Дворец детского и юношеского творчества»**

РЕКОМЕНДОВАНА
решением методического совета
МАОУ ДО г. Иркутска.
«Дворец творчества»
протокол № 1 от 07.09.2021

УТВЕРЖДЕНА
приказом по МАОУ ДО г. Иркутска
«Дворец творчества»
от 07.09.2021 № 121/1-ОД

А.М. Кутимский

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Танцевальный клуб «Карнавал». Европейская программа»
(базовый, продвинутый уровень)**

Адресат программы: дети от 5 до 17 лет
Срок реализации: 1 год
Направленность: физкультурно-спортивная
Разработчик программы:
Мошков Григорий Александрович,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Иркутск, 2021

Содержание

1. Пояснительная записка	3
1.1. Информационные материалы о программе	3
1.2. Направленность программы	3
1.3. Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы	3
1.4. Отличительные особенности программы	3
1.5. Цель и задачи программы	4
1.6. Адресат программы	6
1.7. Сроки освоения программы	7
1.8. Форма обучения	7
1.9. Режим занятий	8
1.10. Особенности организации образовательной деятельности	8
2. Комплекс основных характеристик образования	8
2.1. Объем программы	8
2.2. Содержание программы	8
2.3. Планируемые результаты	11
3. Комплекс организационно-педагогических условий	12
3.1. Учебный план	12
3.2. Календарный учебный график	15
3.3. Аттестация учащихся. Оценочные материалы	16
3.4. Методические материалы	17
3.5. Иные компоненты	20
3.5.1. Условия реализации программы	20
3.5.2. Список литературы	21
3.5.3. Приложения (на электронном носителе)	21
3.5.4. Календарно-тематический план (на электронном носителе)	21

1. Пояснительная записка

1.1. Информационные материалы о программе

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные балльные танцы. Европейская программа» (далее – программа) составлена на основе личного опыта работы составителя программы с учетом нормативных документов в сфере образования:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ с изменениями;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 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 молодёжи», зарегистрированное в Министерстве юстиции Российской Федерации 18.12.2020 № 61573.
- Правовые основы деятельности ДОД Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 "О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года", Национального проекта «Образование» утвержденным президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам 24 декабря 2018 года, включающем федеральные проекты: «Современная школа», «Успех каждого ребенка», «Цифровая образовательная среда», «Учитель будущего».

1.2. Направленность программы

Физкультурно-спортивная.

1.3. Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы

В связи с активным развитием электронной индустрии, способ проведения учебы и досуга значительно изменился. С каждым этапом всеобщей цифровизации, у детей и взрослых падает физическая активность, появляется лишний вес или ожирение, падает мышечный тонус, изменяется осанка, что влечет за собой негативные изменения во внутренних органах и опорно-двигательном аппарате. Сейчас получить эмоциональные впечатления и приключения, можно не выходя из дома, достаточно использовать телефон, компьютер или телевизор. Поэтому важно найти для ребенка такую форму досуга, которая будет приносить радость от движения, оставлять яркие впечатления, не связанные с электронным продуктом.

Занятия танцевальным спортом, ориентируют детей на приобщение к активному движению, контролируют вес, заряжают энергией, предотвращают заболевания, развивают слух, помогают испытать позитивные эмоциональные переживания, знакомят с музыкальным многообразием.

В ходе реализации программы у учащегося формируются чувство ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (команда), с другой стороны, самодостаточное проявление всего спортивного потенциала при выполнении индивидуальных выступлений ребенка в соревновательной практике, тактическое мышление. В этом и заключается **педагогическая целесообразность** программы по обучению танцевальному спорту.

1.4. Отличительные особенности программы

Содержание программы относится к базовому (начальная подготовка обучения и учебно-тренировочный этап обучения) и продвинутому уровню (совершенствование творческих способностей). Программа предполагает активное участие детей в

выступлениях на концертах, соревнованиях, турнирах по спортивным танцам, предполагает знание детьми истории происхождения и развития каждого танца. Расширяет знания учащихся о мировой танцевальной культуре, формирует умения и навыки использовать возможности своего *тела*.

Отличительной особенностью программы является то, что содержание программы предусматривает обучение детей по этапам: начальная подготовка, учебно-тренировочный, совершенствование творческих способностей. Каждому учащемуся предоставляется возможность попробовать свои силы в разных видах соревновательной деятельности по танцевальному спорту, таких как: соревнования среди отдельных пар, соло исполнителей, кубковые соревнования по отдельным танцам. Текущий контроль проводится в форме участия в турнирах, в соответствии с уровнем подготовки. Содержание программы приобщает детей к занятию спортом, имеет профорориентационный характер.

Обучение строится по принципу от простого к сложному, усложнение учебного материала для одарённых и высокомотивированных детей. Для повышения эффективности образовательной деятельности используются *различные методы обучения*: словесный, наглядный, практический и *современные образовательные технологии*: личностно – ориентированная технология, метод проектов, развивающее обучение. Практический метод выступает как основной метод обучения. *Методическое обоснование программы представлено в п.3.4 программы.*

1.5. Цель и задачи программы

1 этап - начальная подготовка

Цель: формирование основ танцевальных движений европейской программы танцев.

Для групповых занятий

Задачи

Образовательные

Познакомить с основами танцевальных движений и музыкальной грамоты.

Научить:

- простым двигательным действиям в музыку;
- правильной позиции корпуса, рук, ног и головы во время танца;
- базовым фигурам «Е» и класса мастерства, с ориентацией на Правила ФТСАР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»

Формировать умения

- свободного движения в музыку;
- сохранять линии рук и корпуса во время движения;
- исполнять базовые фигуры в соответствии с техническими требованиями.

Развивающие

Развивать умения и навыки:

- координацию, силу, пластику, общую выносливость;
- соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом сверстниками; работать индивидуально, в паре и в группе.

Для индивидуальных занятий

Задачи

Образовательные и развивающие:

Совершенствовать умения и навыки выполнения базовых фигур класса «Е» и класса мастерства.

2 этап - учебно-тренировочный

Цель: повышение уровня исполнительского мастерства, развитие физических качеств и специальных двигательных умений

Для групповых занятий

Задачи

Образовательные

Научить:

- базовым фигурам «Е», «Д» и «С» класса мастерства, с ориентацией на Правила ФТСАР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»;
- повысить технику исполнения освоенных фигур.

Формировать умения

- двигательным действиям в музыку;
- правильной позиции корпуса, рук, ног и головы во время танца;
- свободного движения в музыку;
- сохранять линии рук и корпуса во время движения;
- исполнять базовые фигуры в соответствии с техническими требованиями.

Развивающие

Развивать умения и навыки:

- координацию, силу, пластику, общую выносливость;
- соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом сверстниками; работать индивидуально, в паре и в группе.

Для индивидуальных занятий

Задачи

Образовательные и развивающие:

Совершенствовать технику освоенных фигур

3 этап – совершенствование творческих способностей

Цель: максимальная реализация технических и творческих способностей учащихся в спортивных балльных танцах.

Для групповых занятий

Задачи

Образовательные

Познакомиться с критериями оценки танцевальных пар.

Научить фигурам «Е», «Д» и «С» класса мастерства и их ритмическими интерпретациями, с ориентацией на Правила ФТСАР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»;

Совершенствовать технику исполнения освоенных фигур.

Формировать умения

- двигательным действиям в соответствии с характером музыкального сопровождения;
- позиции корпуса, рук, ног и головы во время танца;
- свободного движения в музыку;
- сохранять линии рук и корпуса во время движения;

Развивающие:

Развивать умения и навыки:

- координацию, силу, пластику, общую выносливость;
- соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом сверстниками; работать индивидуально, в паре и в группе.

Для индивидуальных занятий

Задачи

Образовательные и развивающие:

Совершенствовать технику исполнения освоенных фигур

Воспитательные для всех этапов обучения

Способствовать:

- воспитанию: доброжелательности, чувства товарищества, толерантности, уважительного отношения;
- формированию коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми.

Планируемые результаты соответствуют цели и задачам: у учащихся формируются вышеназванные знания, умения и навыки. Планируемые результаты представлены в п.2.3 программы.

1.6. Адресат программы

Возраст учащихся: Программа рассчитана на обучение детей 5-17 лет, группы разновозрастные: 5-9 лет, 7-13 лет и 12-17 лет.

По данным А.А. Гужаловского, темпы развития физических качеств **делятся на периоды:** наиболее высоких (НВТР), высоких (ВТР), умеренно высоких темпов роста (УВТР). Хронология установления периодов характеризуется следующими особенностями:

Возраст 5-6 лет - это старший дошкольный возраст. Он является очень важным возрастом в развитии познавательной сферы ребенка, интеллектуальной и личностной. В этом возрасте дети имеют представление о своей гендерной принадлежности по существенным признакам. Ведущая деятельность – игра, в игровой деятельности дети уже могут распределять роли и строить своё поведение, придерживаясь роли. С 5 лет ребёнок начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом начинает доставлять ребёнку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе.

Возрастные особенности группы 7-11 лет.

- 7-8 лет – НВТР быстроты движений (сгибатели-разгибатели ног и туловища);
- 8-9 лет – НВТР быстроты движений, общей выносливости, УВТР силы (разгибателей туловища);
- 9-10 лет – НВТР гибкости и УВТР быстроты движений;
- 10-11 лет – НВТР общей выносливости и УВТР силы, скоростно-силовых качеств (развитие ног и туловища); – 11—12 лет – НВТР силовой выносливости (сгибателей туловища).

Возраст относительно спокойного и равномерного физического развития. Увеличение роста и веса, мышечной силы и выносливости, жизненной ёмкости лёгких идёт довольно равномерно и пропорционально. Сердечные мышцы хорошо снабжаются кровью, поэтому сердце достаточно выносливо, головной мозг получает достаточное кровоснабжение, что является необходимым условием его работоспособности. В крови заметно увеличивается количество белых кровяных телец, повышающих сопротивляемость организма заболеваниям: возраст от 8 до 10 лет отличается самым низким процентом заболеваемости. Большую потребность в движениях, которую необходимо, по возможности, удовлетворять. В этом возрасте у детей отмечается подражательная, имитационная способность. Умелое использование этой особенности является важным педагогическим приемом, который следует широко применять при подготовке юных спортсменов. В возрасте 9-11 лет наблюдаются высокие темпы развития ловкости, что обусловлено высокой пластичностью центральной нервной системы, совершенствованием пространственно-временных характеристик движения и пространственной точности движений.

Возрастные особенности группы 12-13 лет.

- 12-13 лет – НВТР общей выносливости и ВТР силовой выносливости;
- 13-14 лет – НВТР гибкости и ВТР силы, статической выносливости (сгибатели рук).

Период от 6 до 14 лет является периодом активного совершенствования мышечной системы и двигательных функций. Наряду с ростом мышечной массы происходит значительное улучшение координации движений. В это время происходит интенсивное формирование психофизических функций, связанных с быстротой и точностью движений. Быстрее идет прирост объема мышц, укрепление связок.

Возрастные особенности 14-17 лет

- 14-15 лет – НВТР равновесия, статической выносливости, ВТР скоростно-силовых качеств, общей выносливости и УВТР силы;
- 15-16 лет – НВТР гибкости, ВТР силовой выносливости и УВТР силы и быстроты движений;
- 16-18 лет – НВТР силы, статической выносливости и равновесия.

В возрасте 13–17 лет происходит дальнейшее интенсивное развитие функций коры больших полушарий. В значительной мере возрастают функциональные возможности центральной нервной системы. Все это создает благоприятные возможности для совершенствования двигательных способностей, которые в этот период развиваются наиболее бурными темпами. Существенное влияние на весь процесс роста и развития детей, а также на интенсивность обменных процессов оказывают изменения эндокринной системы.

Сенситивные периоды развития физических качеств указаны в таблице (приложение 1).

Состав групп разновозрастной, постоянный. На занятиях при таком комплектовании можно успешно реализовать принцип взаимообучения: старшие выступают организаторами групповой деятельности, руководят подготовкой групп к занятию, объясняют то, что не усвоено младшими, готовят их к ответу на занятия, осуществляют контроль за работой и оценку достижений группы и каждого ученика.

На программу зачисляются все желающие заниматься спортивными бальными танцами, обладающие хорошими музыкальными и физическими данными, годные по состоянию здоровья.

Формирование групп происходит по возрастному принципу

Возрастные границы, и класс мастерства в группе не всегда выдержаны по объективным причинам. Возрастная категория определяется по старшему в паре (как правило это мальчик). Дети смотрятся вместе гармонично, если они одинаковой комплекции, рост девочки немного меньше (2-5 см) роста мальчика (поэтому она может быть младше). Важно, чтобы мальчик был лидером (учитывая эту особенность, девочка должна быть младше). По итогу, при переходе на следующий этап обучения, мальчик по году рождения может быть – 10 лет, а девочка -9.

Класс мастерства пары - определяется по классу партнера. В период 12-13 лет девочки, как правило, растут быстрее. Перерастают своего партнера. Формирование пар происходит согласно росту партнера.

В результате через 3-4 года по факту может быть сформирована группа, в которой не будут выдержаны возрастные категории.

Комплектование групп, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития.

В течение учебного года прием осуществляется по результатам вступительных испытаний и физической подготовленности.

1.7. Сроки освоения программы

Программа рассчитана на 2 года обучения: 72 недели, 18 месяцев (648 часов).

1.8. Форма обучения

Очная.

1.9. Режим занятий

Групповые занятия - 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю, 144 часа в год). Академический час -45 минут, перерыв между занятиями по 10 минут.

Индивидуальные занятия - 1 раз по 2 часа (2 часа в неделю, 72 часа в год), академический час 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут.

1.10. Особенности организации образовательной деятельности

Образовательная деятельность организована в традиционных формах - в группе и индивидуально. Учащиеся принимают участие в турнирах по спортивным бальным танцам

Образовательная деятельность организована в традиционной форме. Занятия проводятся в групповой форме с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

Для создания развивающей образовательной среды на учебных занятиях используются *интерактивные методы обучения*: мастер-класс, конкурс, а также *современные образовательные технологии*: лично-ориентированная технология, развивающее обучение. *Методическое обоснование программы представлено в п.3.4 программы.*

В ходе реализации программы проводится входной и текущий контроль, *итоговая аттестации*. В начале реализации программы проводится *входной контроль. Подробно контроль и аттестация представлены в п.3.3 программы. Оценочные материалы представлены в приложениях № 1, 2 программы. Формы контроля по разделу, темам представлены в календарно-тематическом плане в п.3.5.4.* Программа предусматривает участие детей в турнирах по спортивным бальным танцам.

2. Комплекс основных характеристик образования

2.1. Объем программы

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, составляет **648 часов**, из них:

1 этап – 216 часов:

- групповые занятия - 144 ч.,
- индивидуальные занятия – 72 ч;

2 этап – 216 часов

- групповые занятия - 144 ч.,
- индивидуальные занятия – 72 ч. на одну пару.

3 этап – 216 часов:

- групповые занятия - 144 ч.,
- индивидуальные занятия – 72 ч. на одну пару.

2.2. Содержание программы

1 этап – Начальная подготовка

Групповые занятия

Вводное занятие (2ч). Знакомство с коллективом, техникой безопасности, правилами поведения в зале, на конкурсе, на концерте.

Раздел 1. Музыкально-ритмическая подготовка (8ч).

Основы музыкальной грамоты: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Раздел 2. Практика - Специальная физическая подготовка (72ч.).

Комплексы специальных упражнений на развитие общей выносливости, быстроты, силы, ловкости, гибкости и прыгучести, развития чувства ритма.

Упражнения и элементы фигур, направленные на построение правильных линий туловища и плечевого пояса, необходимых для удержания позиции танцев европейской программы. Используемые упражнения - без предметов, а также с использованием гимнастических палок, резиновых лент и утяжелителей. Упражнения, направленные на обучение и совершенствование техники исполнения фигур и технических элементов танцев европейской программы.

Раздел 3. Основы стандартных танцев (56 ч.)

Техника танца

Техника медленного вальса (18ч.): правая перемена, левая перемена, вперед и назад, правый малый квадрат, левый малый квадрат, правый большой квадрат, левый большой квадрат, правая перемена по линии танца вперед и назад.

Полька (17 ч.): галоп правый, галоп левый, прыжки, подскоки, приставные шаги, прыжки и подскоки с высоким подниманием колена.

Техника квикстепа (17 ч.): четверной поворот вправо, четвертной поворот влево, лок степ вперед, лок степ назад.

Позиции ступней, Направление и построение. Степени поворота. Подъемы и снижения. Работа ступни. Позиция и стойка. Линии корпуса.

Координированность движения. Партнерство. (4 ч.)

Перечень фигур соответствует начальной степени сложности с ориентацией на «Е» класс мастерства Правил ФТСАРР.

Раздел 4. Хореографическая подготовка (4ч.).

Основы классической хореографии. Позиции корпуса, ног, рук, головы.

Раздел 5. Контроль и зачетные требования (2ч.).

Комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической подготовки.

Индивидуальные занятия

Раздел 3. Основы стандартных танцев (72ч.)

Техника танца

Техника медленного вальса (24 ч.): правая перемена, левая перемена, вперед и назад, правый малый квадрат, левый малый квадрат, правый большой квадрат, левый большой квадрат, правая перемена по линии танца вперед и назад.

Полька (24 ч.): галоп правый, галоп левый, прыжки, подскоки, приставные шаги, подскоки с высоким подниманием колена.

Техника квикстепа (24 ч.): четверной поворот вправо, четвертной поворот влево.

Позиции ступней, Направление и построение. Степени поворота. Подъемы и снижения. Работа ступни. Позиция и стойка. Линии корпуса.

Позиции ступней, Направление и построение. Степени поворота. Подъемы и снижения. Работа ступни. Позиция и стойка. Линии корпуса.

Координированность движения. Партнерство.

2 этап - Учебно-тренировочный

Групповые занятия

Вводное занятие (2ч). Знакомство техникой безопасности, правилами поведения в зале. Входной контроль.

Раздел 1. Музыкально-ритмическая подготовка (8 ч.).

Основы музыкальной грамоты: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Раздел 2. Практика - Специальная физическая подготовка (72 ч.).

Комплексы специальных упражнений на развитие общей выносливости, быстроты, силы, ловкости, гибкости и прыгучести.

Раздел 3. Основы стандартных танцев (56 ч.)

Техника танца.

- Техника медленного вальса
- Техника танго
- Техника венского вальса
- Техника квикстепа

Позиции ступней, Направление и построение. Степени поворота. Подъемы и снижения. Работа ступни. Позиция и стойка. Линии корпуса. Форма и дизайн. Позиция в паре. Переход из позиции в позицию. Баланс: статический-динамический, индивидуальный, в паре. Координированность движения. Качество движения. Партнерство, Хореография и презентация.

Перечень фигур соответствует правилам ФТСАРР «Е», «Д» классов мастерства.

Раздел 4. Хореографическая подготовка (4ч.).

Основы классической хореографии. Позиции ног, позиции рук, головы.

Раздел 5. Контроль и зачетные требования (2ч.).

Комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической подготовки.

Индивидуальные занятия

Раздел 3. Основы стандартных танцев (72ч.)

Техника танца.

- Техника медленного вальса
- Техника танго
- Техника венского вальса
- Техника квикстепа

Позиции ступней, Направление и построение. Степени поворота. Подъемы и снижения. Работа ступни. Позиция и стойка. Линии корпуса. Форма и дизайн. Позиция в паре. Переход из позиции в позицию. Баланс: статический-динамический, индивидуальный, в паре. Координированность движения. Качество движения. Партнерство, Хореография и презентация.

Перечень фигур соответствует правилам ФТСАРР «Е», «Д» классов мастерства.

3 этап - Совершенствование творческих способностей

Групповые занятия

Вводное занятие (2ч). Знакомство техникой безопасности, правилами поведения в зале. Входной контроль.

Раздел 1. Музыкально-ритмическая подготовка (10 ч.).

Основы музыкальной грамоты: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Раздел 2. Практика - Специальная физическая подготовка (72 ч.).

Комплексы специальных упражнений на развитие общей выносливости, быстроты, силы, ловкости, гибкости и прыгучести.

Раздел 3. Основы стандартных танцев (54 ч.)

Техника танца.

- Техника Медленного вальса;
- Техника Танго;
- Техника Венского вальса;
- Техника Квикстепа;
- Техника Медленного фокстрота

Позиции ступней, Направление и построение. Степени поворота. Подъемы и снижения. Работа ступни. Позиция и стойка. Линии корпуса. Форма и дизайн. Позиция в паре. Переход из позиции в позицию. Баланс: статический-динамический, индивидуальный, в паре. Координированность движения. Качество движения. Партнерство, Хореография и презентация.

Перечень фигур соответствует правилам ФТСАРР «Е», «Д» классов мастерства.

Раздел 4. Хореографическая подготовка (4ч.).

Основы классической хореографии. Положения ног, положения рук, головы.

Раздел 5. Контроль и зачетные требования (2ч.).

Комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической подготовки.

Индивидуальные занятия

Раздел 3. Основы стандартных танцев (72ч.)

Техника танца.

- Техника Медленного вальса;
- Техника Танго;
- Техника Венского вальса;
- Техника Квикстепа;
- Техника Медленного фокстрота.

Положения ступней, Направление и построение. Степени поворота. Подъемы и снижения. Работа ступни. Позиция и стойка. Линии корпуса. Форма и дизайн. Позиция в паре. Переход из позиции в позицию. Баланс: статический-динамический, индивидуальный, в паре. Координированность движения. Качество движения. Партнерство, Хореография и презентация.

Перечень фигур соответствует правилам ФТСАРР «Е», «Д», «С» классов мастерства, а также свободной хореографии.

2.3. Планируемые результаты

1 этап

Знания

- базовых основ музыкальных ритмов европейской программы танцев;
- положения рук, ног, головы в европейской программе танцев;
- знание стандартизованных фигур с простым ритмом, с ориентацией на «Е» класса мастерства Правил ФТСАР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении».

Умения и навыки:

- свободного движения в музыку;
- сохранять линии рук и корпуса во время движения;
- исполнять базовые фигуры в соответствии с техникой.

2 этап

Знания

- положения рук, ног, головы в европейской программе танцев;
- знание стандартизованных фигур с простым ритмом, с ориентацией на «Е» класса мастерства Правил ФТСАР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»;
- знание основного ритма базовых фигур.

Умения и навыки:

- свободного движения в музыку;
- сохранять линии рук и корпуса во время движения;
- исполнять основных фигуры в соответствии с техникой.

3 этап

Знания

- объемной позиции положения рук, ног, головы в европейской программе танцев;
- знание стандартизованных фигур с простым ритмом и синкопированным ритмом, с ориентацией на «Е», «Д» «С» класса мастерства Правил ФТСАР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»;
- знание основного ритма фигур.

Умения и навыки:

- свободного движения в музыку;
- сохранять линии рук и корпуса во время движения;
- исполнять основных фигуры в соответствии с техникой.

Индивидуальные занятия

Высокие достижения на турнирах.

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3. 1. Учебный план

1 Этап. Начальная подготовка.

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов				Форма промежуточной/ итоговой аттестации
		Всего	Теория	Практика	Инд.	
1 Этап. Начальная подготовка.						
	Вводное занятие (знакомство с коллективом, техникой безопасности, план работы на год, история танца, правила поведения в зале, на конкурсе, на концерте)	2	2			
	Итого	2	2			
1.	Раздел 1. Музыкально – ритмическая подготовка					
1.1.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Медленный вальс	2		2		
1.2.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Полька	2		2		
1.3.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Квикстеп	2		2		
1.4.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Венский вальс	2		2		
	Итого по разделу	8		8		
2.	Раздел 2. Специальная физическая подготовка					
2.1.	Тема: Комплекс упражнений для развития силы стоп.	18		18		Выполнение нормативов
2.2.	Тема: Комплекс упражнений для развития силы рук.	18		18		
2.3.	Тема: Комплекс упражнений для развития силы спины.	18		18		
2.4.	Тема: Комплекс упражнений для развития координации.	18		18		
	Итого по разделу	72		72		
3.	Раздел 3. Основы стандартных танцев					
3.1.	Тема: Техника медленного вальса.	20		20	24	
3.2.	Тема: Техника Польки	10		10	24	
3.3.	Тема: Техника квикстепа.	18		20	24	
3.4.	Тема: Венский вальс	8		8		
	Итого по разделу	56		58	72	
4.	Раздел 4. Хореографическая подготовка					
4.1.	Тема: Позиции рук, стоп	2		2		
4.2.	Тема: Комплекс упражнения для стоп.	2		2		
	Итого по разделу	4		4		

5.	Раздел 5. Контроль и зачетные требования	2		2		Мониторинг, турнир
	Итого по этапу	144	2	142	72	

2 этап. Учебно-тренировочный

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов				Форма промежуточной/итоговой аттестации
		Всего	Теория	Практика	Инд.	
	Вводное занятие (знакомство с коллективом, техникой безопасности, план работы на год, история танца, правила поведения в зале, на конкурсе, на концерте)	2	2			
	Итого	2	2			
1.	Раздел 1. Музыкально – ритмическая подготовка					
1.1.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Медленный вальс	2		2		
1.2.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Танго.	2		2		
1.3.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Квикстеп.	2		2		
1.4.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Венский вальс.	2		2		
	Итого по разделу	8		8		
2.	Раздел 2. Специальная физическая подготовка					
2.1.	Тема: Упражнения для развития специальной выносливости.	18		18		Выполнение нормативов
2.2.	Тема: Упражнения для развития общей выносливости.	18		18		
2.3.	Тема: Упражнения для развития силы стоп.	18		18		
2.4.	Тема: Упражнениями для развития силы мышц рук, ног и плечевого пояса.	18		18		
	итого	72		72		
3.	Раздел 3. Основы стандартных танцев					
3.1.	Тема: Техника медленного вальса.	16		16	20	
3.2.	Тема: Техника Танго	16		16	20	
3.3.	Тема: Техника венского вальса.	8		8	12	
3.4.	Тема: Техника квикстепа.	16		16	20	
	Итого по разделу	56		56	72	
4.	Раздел 4. Хореографическая подготовка					
4.1.	Тема: Позиции рук, стоп	2		2		
4.2.	Тема: Комплекс упражнения для стоп.	2		2		
	Итого по разделу	4		4		
5.	Раздел 5. Контроль и зачетные требования	2		2		Мониторинг, зачёт
	Итого по этапу	144	2	142	72	турнир

3 этап. Совершенствование творческих способностей

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов				Форма промежуточной/ итоговой аттестации
		Всего	Теория	Практика	Инд.	
	Вводное занятие (знакомство с коллективом, техникой безопасности, план работы на год, история танца, правила поведения в зале, на конкурсе, на концерте)	2	2			
	Итого	2	2			
1.	Раздел 1. Музыкально – ритмическая подготовка					
1.1.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Медленный вальс	2		2		
1.2.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Танго.	2		2		
1.3.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Квикстеп.	2		2		
1.4.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Венский вальс.	2		2		
1.5.	Тема: Основы музыкальных ритмов. Медленный фокстрот.	2		2		
	Итого по разделу	10		10		
2.	Раздел 2. Специальная физическая подготовка					
2.1.	Тема: Упражнения для развития специальной выносливости.	18		18		Выполнение нормативов
2.2.	Тема: Упражнения для развития общей выносливости.	18		18		
2.3.	Тема: Упражнения для развития силы стоп.	18		18		
2.4.	Тема: Упражнениями для развития силы мышц рук, ног и плечевого пояса.	18		18		
	итого	72		72		
3.	Раздел 3. Основы стандартных танцев					
3.1.	Тема: Техника медленного вальса.	12		12	16	
3.2.	Тема: Техника Танго	12		12	16	
3.3.	Тема: Техника венского вальса.	8		8	8	
3.4.	Тема: Техника квикстепа.	12		12	16	
3.5.	Тема: Техника Медленного фокстрота.	10		10	16	
	Итого по разделу	54		54	72	
4.	Раздел 4. Хореографическая подготовка					
4.1.	Тема: Позиции рук, стоп	2		2		
4.2.	Тема: Комплекс упражнения для стоп.	2		2		
	Итого по разделу	4		4		
5.	Раздел 5. Контроль и зачетные требования	2		2		Мониторинг, зачёт
	Итого	144	2	142	72	турнир

3.2. Календарный учебный график

Начало учебного года с 10.09.2021, окончание – не позднее 31.05.2022. Начало и окончание учебного года конкретизируется расписанием учебных занятий. Каникулы отсутствуют. В летний период реализуется краткосрочная программа.

1 этап. Начальная подготовка.

Месяц		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Количество часов	групповые	12	18	14	20	14	16	18	18	16
	индивидуальные 1 пара	6	8	8	10	6	6	10	8	8
	индивидуальные 2 пара	6	10	8	10	6	8	8	10	8
Промежуточная/итоговая аттестация					Зачёт					Мониторинг, Турнир «Восходящие звезды»
Всего часов		24	36	30	40	26	30	32	32	32
Объем часов на 2020-2021 учебный год		групповые занятия 144 часа на 1 группу; индивидуальные занятия 72 часа на 1 пару, на 2 пары -144 часа								

2 этап. Учебно- тренировочный

Месяц		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Количество часов	групповые	12	18	18	16	14	16	16	16	18
	индивидуальные 1 пара	6	8	10	8	6	8	8	8	8
	индивидуальные 2 пара	6	8	6	10	6	8	10	8	8
	индивидуальные 3 пара	6	10	8	10	6	8	8	10	8
Промежуточная/итоговая аттестация					Зачёт					Зачёт, Турнир «Восходящие звезды»
Всего часов		30	44	42	42	32	40	42	42	42
Объем часов на 2020-2021 учебный год		групповые занятия 144 часа на 1 группу; индивидуальные занятия 72 часа на 1 пару, на 3 пары -216 часа								

3 этап. Совершенствование творческих способностей

Месяц		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Количество часов	групповые	12	20	16	16	12	16	16	20	16
	Индивидуальные 1 пара	6	8	8	10	6	6	10	8	8
	Индивидуальные 2 пара	6	10	8	10	6	8	8	10	8
	Индивидуальные 3 пара	6	10	8	8	6	8	8	10	8
Промежуточная/итоговая аттестация										Мониторинг Турнир «Восходящие звезды»
Всего часов		30	48	40	44	30	38	42	48	42
Объем часов на 2020-2021 учебный год		групповые занятия 144 часа на 1 группу; индивидуальные занятия 72 часа на 1 пару, на 3 пары -216 часа								

3.3. Аттестация учащихся. Оценочные материалы

Виды контроля и аттестации:

- входной контроль - в начале учебного года;
- текущий контроль – тематический контроль;
- промежуточная аттестация - после 1-го года обучения в конце учебного года;
- итоговая аттестация – после завершения изучения содержания всей программы в конце учебного года.

Формы контроля, аттестации учащихся. Оценочные материалы

Входной контроль: тест. Оценка уровня физической кондиции.

Форма фиксации: лист диагностики. Таблица 2.

Критерии оценки: супер, отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно, опасная зона. Рисунок 1.

Супер: от «+ 0.65» до «+1»;

Отлично: от «-+0.25» до «+0,65»;

Хорошо: от «- 0.25» до «+0.25»;

Удовлетворительно: от «-0.65» до «-0.25»;

Неудовлетворительно: от «-0.99» до «-0.65»;

Опасная зона: ниже «-1»;

Алгоритм расчета: Приложение №1.

Текущий контроль: наблюдение на практических занятиях и турнирах за правильным исполнением фигур в соответствии с темами учебного плана.

Критерии оценки к текущему контролю

Низкий уровень (1 балл) — не слушает музыкальный ритм, вялые линии рук, спины и головы, не контролирует движение стоп.

Средний уровень (2 балла) — проявляет достаточный интерес к музыкально-ритмическому сопровождению, большую часть времени концентрирует внимание на линиях рук, спины и головы.

Высокий уровень (3 балла) — ребенок стабильно исполняет фигуры в ритм музыкального сопровождения, во время движения контролирует линии рук, спины и головы, правильно исполняет движение в стопах.

Форма фиксации: теоретических и практических навыков – в журнале, 4 раза в течение учебного года (до 25.10; до 20.12; до 20.03; до 20.05), метапредметных и личностных – листы диагностики (заполняются 1 раз в конце учебного года. Приложение №1).

Промежуточная аттестация – зачёт: сдача установленных нормативов по физической подготовке, наблюдение за выполнением танцевальных упражнений, собеседование.

Итоговая аттестация: турнир, мониторинг планируемых результатов

Мониторинг планируемых результатов включает зачёт: сдача установленных нормативов по физической подготовке, наблюдение за выполнением танцевальных упражнений, собеседование

В качестве оценки уровня сформированности практических умений и навыков могут быть засчитаны результаты выступления учащихся на турнирах.

Особенности проверки уровня теоретической подготовки - знания проверяются в форме наблюдения в ходе выполнения учащимися танцевальных движений, танцев на турнирах и собеседования. Педагог, наблюдая, определяет, как учащиеся знают теоретический материал в соответствии с планируемыми результатами

Оценочные материалы к в приложении № 1 п.3.5.3.

Критерии оценки планируемых результатов в приложении 2 п.3.5.3.

Форма фиксации теоретических знаний, практических умений и навыков – листы диагностики (Приложение № 3).

В случае организации образовательной деятельности с использованием дистанционных технологий предусматривается осуществление следующих видов мониторинга усвоенных знаний: тестирование, а также небольшие практические задания.

Формы контроля при проведении занятий в дистанционном режиме

- направление домашнего задания по электронной почте в соответствии с темой учебного плана;
- учащийся выполняет домашнее задание, делается видеозапись выполнения домашнего задания ребёнком и направляется педагогу;
- педагог анализирует деятельность учащегося по видеозаписи и определяет план дальнейшей работы, направляет анализ домашнего задания учащемуся и новое домашнее задание.

3.4. Методические материалы

Виды занятий:

- учебное занятие;
- занятие – игра;
- открытое занятие

Формы организации и проведения учебного занятия

- групповые;
- индивидуальные;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях.

По преобладающему методу обучения:

- объяснительно-иллюстративные (дети усваивают и воспроизводят готовую информацию);
- репродуктивных (дети воспроизводят полученные знания);
- наглядных занятий (видеопказы, показательные выступления профессиональных пар и коллективов);

- практических занятий (закрепление фигур, композиций; постановка концертных номеров, участие в конкурсах.);

с учетом принципов, заложенных в содержание обучения:

- «от простого к сложному»,
- «от медленного к быстрому»,
- «вместе с партнером»,

Вышеназванные методы обучения позволяют познакомить учащихся с теоретическим материалом и отработать, закрепить на практических занятиях и показать высокие результаты на соревнованиях

Личностно-ориентированная технология

На учебных занятиях обеспечиваются комфортных, бесконфликтных условий развития учащихся, реализацию их природных потенциалов. Учащийся не просто субъект, но субъект приоритетный. Он - цель образовательной системы, а не средство достижения чего-либо отвлеченного. Каждому учащемуся уделяется то количество времени, которое соответствует его личным способностям и возможностям, т.е. учебные занятия ориентированы на личность ребенка, направлены на развитие его творческих способностей.

Технология развивающего обучения.

На занятиях создаются условия для развития ребенка. Преобладает активно-деятельностный способ обучения. Содержание занятий, применяемые методы и приёмы ориентированы на *всестороннее развитие ребенка*. Педагог ориентируется на зону ближайшего развития каждого ребёнка. Смысл понятия «зона ближайшего развития» состоит в том, что на определенном этапе развития ребенок может решать учебные задачи под руководством взрослых и в сотрудничестве с другими учащимися, которые помогут ему найти правильное решение в поставленной перед ним задачи. Учебная задача в технологии развивающего обучения похожа на проблемную ситуацию, но решение ее состоит не в нахождении конкретного выхода, а в отыскании общего способа действия, принципа решения целого класса аналогичных задач. Учебная задача решается путем выполнения определенных действий:

- принятие от педагога или самостоятельная постановка учебной задачи;
- преобразование условий задачи с целью обнаружения всеобщего отношения изучаемого объекта;
- моделирование выделенного отношения в предметной, образной формах;
- построение системы частных задач, решаемых общим способом;
- контроль за выполнением предыдущих действий;
- оценка усвоения общего способа как результат решения данной учебной задачи.

У учащихся развиваются умения формулировать вопросы и ответы, искать аргументацию и источники решений, строить гипотезы и проверять их критическим рассуждением, рефлексировать свои действия, а также способствует деловому общению. В диалоге «педагог - учащийся» соблюдается принцип постепенно убывающей помощи и увеличения доли самостоятельной деятельности ребенка. Задача педагога - не вывести всех на некий, заданный уровень знаний, умений, навыков, а вывести личность каждого учащегося в режим развития, пробудить инстинкт познания, самосовершенствования.

Информационно-коммуникационные технологии:

- **мультимедийная технология** используется при подготовке к учебным занятиям, как педагогом, так и учащимися: поиск теоретического материала, наглядных образов для эскизов для макияжа.

– **телекоммуникационная технология** используется при подготовке учащихся к конкурсу и при организации образовательной деятельности с применением дистанционных образовательных технологий.

При подготовке к конкурсу учащиеся, используя средства связи, в т.ч. интернет.

В случае реализации программы в очной форме с использованием дистанционных технологий, возможно, использовать такие формы как

- online-занятия,
- online-консультации.

Для проведения онлайн-занятий используется платформа Zoom. Бесплатная учетная запись позволяет проводить видеоконференцию длительностью 40 минут с возможностью онлайн-общения с группой. В платформу встроена интерактивная доска, можно легко и быстро переключаться с демонстрации экрана на доску. Так же используется платформа Teams, которая позволяет организовать командную работу, общаться в чате, совместно редактировать файлы, писать заметки и назначать встречи. Платформа Google Classroom создана для удобной публикации материалов занятий. Преподаватель может опубликовать разные варианты материала: задание с тестом, тест и материал занятия. Наличие чата, в котором можно писать сообщения, передавать файлы.

При проведении занятий с использованием дистанционных технологий используются **комплексные кейс-технологии**. Данная группа дистанционных образовательных технологий основана на самостоятельном изучении мультимедийных и печатных учебно-методических материалов, представленных в форме кейса и включающих в себя лекции, семинары, тренинги и т.д. Каждый кейс представляет собой завершённый программно-методический комплекс, где все материалы взаимосвязаны между собой и образуют единое целое. Учащимся направляются:

- фрагменты и материалы доступных образовательных интернет - ресурсов;
- инструкции по отработке танцевальных движений;
- дидактические материалы;
- тестовые задания;
- творческие задания; и др. разработанные презентации с текстовым комментарием.

Структура занятия с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения содержит основные компоненты, что и занятие в очной форме.

Информирование родителей о результатах обучения их ребёнка через электронную почту, социальные сети – вайбер.

Здоровье сберегающая деятельность. Программа не содержит учебных перегрузок, все теоретические и практические задания выполняются в учебное время, во время занятий чередуются различные виды деятельности, обязательно перерыв на отдых.

Алгоритм учебного занятия

- приветствие;
- разминка;
- основная часть (изучение нового материала и (или) повторение пройденного материала);
- заминка;
- рефлексия.

Методические пособия

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт, утвержденный приказом Минспорта России от «26» декабря 2014 г. № 1077 (Зарегистрировано в Минюсте России 30 января 2015 г. N 35811);

Правила вида спорта «танцевальный спорт», утверждённые приказом Минспорта России от «12» декабря 2017г. № 1066

«Положение о классах мастерства спортсменов по танцевальному спорту», утвержденные Решением Президиума Общероссийской общественной спортивной организации «Всероссийской федерацией танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла» от «24» ноября 2017 г. №45 и др.

Видеоматериалы по танцевальному спорту:

- Танцевальная энциклопедия, Videокаталог фигур по европейской программе танцев.
- Пино В., Бучиарелли А. «Как стать чемпионом».

- Нордин Г., Нордин Н., «Популярные английские вариации»
- Плетнев Л., Учебный цикл «Линия танцев европейская программа»
- Херн Д., Популярный английские вариации стандарт
- Казимирчик Е., «Стандарт»

Основные направления в танцевальном зале – приложение 4.

3.5. Иные компоненты

3.5.1. Условия реализации программы

Материально-технические условия

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного	Единица измерения	Количество изделий
1.	Весы до 100 кг	штук	1
2.	Видеотехника для записи и просмотра изображения	комплект	1
3.	Гантели массивные от 0,5 до 5 кг	комплект	6
4.	Зеркало 12x2 м	штук	1
5.	Музыкальный центр	штук	1
6.	Мяч набивной (медицинбол) 1,0 – 5,0 кг	комплект	3
7.	Обруч гимнастический	штук	14
8.	Палка гимнастическая	штук	14
9.	Рулетка 20 м металлическая	штук	1
10.	Скакалка гимнастическая	штук	14
11.	Турник	штук	1
12.	Утяжелители для ног	комплект	14
13.	Утяжелители для рук	комплект	14

Информационное обеспечение

- Интернет-ресурсы (ссылки проверены 25.08.2021)

1. https://www.youtube.com/watch?v=Zy-ea16Er90&list=PLMxmj92N9обаBilss3B4PM5_NNX9HI5m4&index=1
2. <https://www.youtube.com/watch?v=kM8KMEOGuco>
3. <https://triumfclub.wixsite.com/dancesportmobile>
4. <http://www.worlddancesport.org/>
5. <https://www.youtube.com/watch?v=1A0V4TRxCQo>
6. https://www.youtube.com/channel/UCaKkMwWJZUhaDKSOy_aQ4YA/videos
7. https://www.worlddancesport.org/WDSF/Academy/Technique_Books
8. https://www.youtube.com/watch?time_continue=33&v=IpOcAHpJSvk&feature=emb_logo
9. https://www.youtube.com/channel/UCNsu8_WXgu7hGDYdw1U4u8Q
10. <https://www.youtube.com/user/rusfarrTV/videos>
11. https://www.youtube.com/watch?v=2ikvJ_o3tt8
12. <https://www.youtube.com/watch?v=1WByciFyMkQ>
13. https://www.youtube.com/watch?v=uPuWfNI0UC0&list=PL5dWtH3YI_7k74hy1YsyfgdSgcgXb94-7
14. <https://www.youtube.com/watch?v=QRSxq6yWnDI>
15. https://www.youtube.com/watch?v=NBL83nHWtLI&list=RDQRSxq6yWnDI&start_radio=1
16. <https://www.youtube.com/watch?v=iBvxQJGDflg&t=150s>
17. <https://www.youtube.com/watch?v=SDQWEyXOnXs&list=PLC261C0F3E6F7BBFF>
18. <https://www.youtube.com/watch?v=gfAkVMyVvuw&t=45s>
19. <https://www.uchportal.ru/>

- методическая (п.3.4) и специальная (п.3.5.2) литература.

Кадровое обеспечение

Программу может реализовывать педагог, имеющий специальное образование в

области физической культуры, прошедший курсы повышения квалификации по спортивным бальным танцам. В настоящее время программу реализует Мошков Григорий Александрович, педагог высшей квалификационной категории, имеющий специальное образование в области физической культуры, систематический повышающий уровень квалификации по спортивным бальным танцам, судья высшей категории по спортивным бальным танцам.

3.5.2. Список литературы

Для педагога:

1. Волконский, С. М. Художественные отклики: Статьи о театре, музыке, пантомиме [Текст]. Серия: Школа сценического мастерства. Издательство стереотип. – URSS.2015. – 224 с.
2. Максимова, Н. Ю. Листики музыкальной ритмики в России [Текст]. – URSS.2014. – 48 с
3. Никитина, Л. М. Листики музыкальной ритмики в России [Текст]. – URSS.2016. – 120 с
4. Никитина, Л. М. Листики музыкальной ритмики в России [Текст]. – URSS.2015. – 120 с
5. Technique of Ballroom Dancing — Guy Howard, 6-е издание [Текст], 2011. –
6. The Ballroom Technique — ISTD, 10-е издание, исправленное [Текст], 1994. –
7. Viennese Waltz — B.D.C., Recommended version, издание ISTD [Текст], 2001. –
8. WDSF Syllabus — программа World Dance Sport Federation (WDSF) [Текст], 2016. –
9. WDSF Ballroom Technique Books — учебники по технике европейских танцев, издание WDSF [Текст], 2013. –

Для детей:

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии [Текст] / Т. К. Барышникова. – М.: Айрис Пресс, 2000. – 266 с.
2. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях [Текст] / Л. Бондаренко – Киев: Муз. Україна, 1985. – 222 с.
3. Бурмистрова, И. Школа танца для юных [Текст] / И Бурмистрова, К. Силаева – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 240 с.
4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. – С.-Пб.: Лань, 2001. – 192 с.
5. Васильева Т. К. Секрет танца [Текст] / Т. К. Васильева. – С.-Пб.: Диамант, ООО «Золотой век», 1997. – 231 с.
6. Воронина И. Историко-бытовой танец: учебное пособие [Текст] / И. Воронина. – Москва: Искусство, 1980. – 128 с.
7. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца: упражнения у станка: Учебное пособие для студентов хореографического факультетов, вузов культуры [Текст] / Г. П. Гусев. – М.: Владос, 2002. – 205 с.
8. Климов А. Основы русского народного танца: учебник для студентов хореографических отделений институтов культуры, балетмейстерских факультетов театральных институтов и учащихся хореографических училищ [Текст] / А Климов. — М.: Искусство, 1981. — 270 с.

3.5.3. Приложения (на электронном носителе)

- Приложение 1. Оценочные материалы.
- Приложение 2. Критерии оценки планируемых результатов.
- Приложение 3. Листы диагностики.
- Приложение 4. Основные направления в танцевальном зале.

3.5.4. Календарно-тематический план (на электронном носителе)