



МЭРИЯ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ г. НОВОСИБИРСКА
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА им. В.ДУБИНИНА»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
21 мая 2025 г.
Протокол № 9

Утверждаю
Директор
Л.В. Третьякова
21 мая 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
художественной направленности

«РИТМИКА»
студии бального танца «Гармония»

монопредметная программа
базовый уровень

Возраст обучающихся: 7-11 лет
Срок реализации программы: 3 года

Автор-составитель программы:
Скробот Анатолий Алексеевич
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

НОВОСИБИРСК 2025

Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете учреждения.

Методист



Усольцева Е.Е.

20 мая 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1

Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

- направленность программы
- уровень программы
- актуальность программы
- отличительные особенности программы, новизна
- целевая аудитория (краткая характеристика обучающихся)
- объём и срок освоения программы
- форма обучения
- язык обучения
- особенности организации образовательного процесса
- объём и срок освоения программы
- режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Цель и задачи программы

Содержание программы

- учебно-тематический план
- содержание учебного плана

Планируемые результаты

Раздел 2

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Условия реализации программы

- материально-техническое обеспечение
- методическое обеспечение
- кадровое обеспечение

Оценка результатов освоения программы

- формы аттестации
- оценочные материалы
- критерии оценки

Методические материалы

- принципы и методы обучения
- педагогические технологии
- формы организации учебного занятия
- алгоритм учебного занятия
- дидактические материалы

Рабочая программа воспитания

Календарный план воспитательной работы

Список литературы

Приложения

РАЗДЕЛ 1

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» (далее Программа) имеет художественную направленность.

Уровень программы

Уровень Программы - базовый, предполагает освоение специализированных знаний в рамках содержательно-тематического направления программы.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время бальный танец имеет широкую популярность в городах России и многих других стран. Это можно объяснить большим интересом детей и взрослых к высокой культуре, мастерству и красоте исполнения балльных танцев, их зрелищности. Современный бальный танец включает в себя «европейскую» и «латиноамериканскую» программы танцев, а также историко-бытовые танцы (балльные танцы прошлых эпох). В последние годы появилась тенденция к возрождению балов и танцевальных вечеров для широкого круга взрослых любителей балльного танца, где изучают и применяют историко-бытовые балльные танцы.

Занятия детей в студии балльного танца напрямую способствуют их гендерной социализации, что является одной из наиболее актуальных проблем нашего общества.

Программа реализуется в МБУДО ДДТ им. В. Дубинина с 2022 года. Содержание программы обновляется по мере необходимости в связи с изменением нормативно-правовой базы образования; в результате обновления организационно-педагогических условий; с учетом развития социальной сферы, внедрением современных технологий и практик.

Отличительные особенности программы, новизна

Современный бальный танец – это синтез спорта и искусства, рождающий гармонию в душе танцора, гармонию мыслей, чувств и взаимоотношений между мальчиком и девочкой, мужчиной и женщиной в танцевальной паре. Гармоничному развитию детей способствуют занятия в дружеском коллективе сверстников и выступления на концертах.

Преимущество данной Программы выражено в доступном, последовательном изучении современного балльного танца, постепенному переходу от простого подражания к личному танцевальному творчеству детей.

Отличительной особенностью Программы от уже существующих в этой области является возможность для детей уже с первого года обучения принимать участие в концертах для родителей.

Целевая аудитория (адресат программы)

Условия набора учащихся: Специальный отбор детей по их способностям и физическим данным не проводится, приглашаются все желающие, как мальчики, так и девочки.

Программа адресована детям от 7 до 11 лет включительно. Основной акцент делается на создание дружеского, творческого климата в каждой группе. При организации занятий учитываются психолого-педагогические особенности детей.

В возрасте 7-8 лет детям доступно восприятие материала в основном через игровые формы, стимулирование интересным содержанием. Поэтому дети легко увлекаются, но приходится часто менять танцы из-за низкой сосредоточенности детей. На занятии

необходима эмоциональная разрядка, обязательна похвала (позитив); очень важно внимание каждому ребёнку. Развиваются навыки общения между детьми. Желательно участие детей в танце по двое (команда), в танце всей группой.

В возрасте 9-11 лет детям становится доступным, кроме игры, восприятие танца через анализ и синтез, при стимулировании интересным содержанием. Очень важен пример сверстников, взаимоконтроль, соревновательные формы занятия в группе. Начало проявления интереса к противоположному полу, образование танцевальных пар, подготовка соло-исполнителей. Воспитание необходимых физических и морально-волевых качеств для участия в конкурсах; важен личный пример педагога, его авторитет.

Дети принимаются в группы после собеседования с родителями и по личному заявлению родителей. Обязательным условием зачисления учащихся в группы является регистрация на портале «Навигатор дополнительного образования».

Объём и срок освоения программы

Срок реализации программы – 3 учебных года (учебный год 36 недель). Общее количество учебных часов на весь период обучения – 180.

1 год обучения – 36 часов;

2 год обучения – 72 часа;

3 год обучения – 72 часа.

Форма обучения

Форма обучения по Программе - очная.

Язык обучения

Язык обучения по Программе - русский.

Особенности организации образовательного процесса

Программа реализуется на базе школ Ленинского района г. Новосибирска по разработанному учебному плану на 3 года обучения.

Образовательный процесс проходит в традиционной форме и представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение трёх лет обучения в одной образовательной организации.

Группы 1 года обучения формируются из детей в возрасте 7-9 лет. Здесь закладываются простейшие навыки движения под музыку, идёт физическая подготовка детей к танцу, раскрепощение движений и снятие психологических «зажимов», развитие коммуникативных навыков. Изучаются сюжетные танцы и танцевальные связки. Улучшается чувство ритма, музыкальность исполнения, организуются временные танцевальные пары, команды (девочка с девочкой).

Группы 2 года обучения состоят из детей в возрасте 8-10 лет. Продолжается физическая подготовка детей к танцу, улучшается музыкальность и ритмичность исполнения, идёт изучение детских массовых танцев и балльных танцев отечественной программы. Танцы исполняются во временных парах и соло.

Группы 3 года обучения состоят из детей в возрасте 9-11 лет. Продолжается отработка балльных танцев отечественной программы, идёт изучение фигур и композиций балльных танцев европейской и латиноамериканской программ.

Занятия могут проводиться по группам или всем составом. Группы формируются из обучающихся близких по возрасту. Количественный состав группы обучающихся – 14-16 человек. При комплектовании групп учитывается возраст детей, сменность занятий в школах.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Режим занятий соответствует СП. 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и

молодёжи», утверждены 28 сентября 2020 года; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждены 28 января 2021 года; Положению МБУДО ДДТ им. В. Дубинина о режиме занятий.

1 год обучения – занятия проходят 1 раз в неделю по академическому 1 часу;

2 и 3 год обучения – занятия проходят 1 раз в неделю по 2 академических часа с перерывом между учебными часами 15 минут.

Продолжительность академического часа – 45 мин.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель – гармонизация развития духовных и физических качеств растущей личности ребёнка средствами современного бального танца.

Задачи:

Предметные:

- формировать навыки правильного движения;
- познакомить с основами музыкальной грамоты и танцевальной терминологией;
- разучить некоторые бальные танцы отечественной, европейской и латиноамериканской программы.

Метапредметные:

- развить музыкальный слух, чувство ритма, выразительность движений;
- сформировать правильную осанку и координацию движений,
- сформировать опыт сценической деятельности

Личностные:

- формировать интерес к занятиям бальными танцами;
- воспитывать культуру поведения и общения в коллективе;
- формировать ответственность, трудолюбие, целеустремленность.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I год обучения

Предметные задачи:

- изучить упражнения для приобретения осанки, упражнения разминки;
- научить различать характер, ритм, темп музыкального сопровождения;
- изучить детские массовые танцы, игровые танцы.

Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Часы			Форма аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	1	-	1	опрос
2.	Ритмические упражнения под музыку.	1	4	5	наблюдение
3.	Основные элементы классического экзерсиса	1	3	4	показ, наблюдение
4.	Детские массовые танцы (1 ступень).	-	5	5	показ, наблюдение
5.	Детские массовые танцы (2 ступень).	-	5	5	показ, наблюдение
6.	Детские танцы-игры.	-	4	4	показ, наблюдение
7.	Тренаж как подготовка к танцу.	1	3	4	показ, наблюдение
8.	Последовательные детские танцы в парах, командах.	-	6	6	показ, наблюдение
9.	Итоговое занятие.	-	2	2	наблюдение
Итого:		4	32	36	

Содержание учебного плана

- 1. Вводное занятие. Теория.** Инструктаж по технике безопасного поведения на занятиях ритмики.
- 2. Ритмические упражнения под музыку. Теория:** применение устного счёта для отработки движений. **Практические занятия:** исполнение различных движений - ходьба на месте, махи и вращение руками, приседания, наклоны вперед и в стороны, прыжки на месте и т. д., и все это в ритме музыкального сопровождения.
- 3. Основные элементы классического экзерсиса. Теория:** классические позиции ног, рук. **Практика:** полуприседы, махи ногами назад и в сторону. Приседания на одной ноге, вторую вытянуть назад. Наклоны в сторону. Отработка танцевальной осанки.
- 4. Детские массовые танцы (1 ступень). Практические занятия:** разучивание маленьких сюжетных танцев: «Автомобиль», «Ковбой», «Шрек». Отработка и соединение их в танцевальные связки, применяя авторский метод «Ритмической считалки» (см. Прилож.№1);
- 5. Детские массовые танцы (2 ступень). Практические занятия:** Разучивание небольших сюжетных танцев: «Стрелки», «Крошка», «Слоненок». Отработка и соединение их в танцевальные связки, применяя авторский метод «Ритмической считалки» (см. Прилож.№1);
- 6. Детские танцы-игры. Практические занятия:** Разучивание сюжетно-ролевых танцев с элементами игры: «Йоки-хоки», «Супермэн», «Я - музыкальный человек». Развитие эмоциональной сферы каждого ребенка.
- 7. Тренаж как подготовка к танцу. Теория:** Разучивание упражнений для последовательного разогрева мышц ног, рук, корпуса. **Практика:** Ходьба на носках, на

пятках, выворотом. Легкий бег с высоким подниманием колена, пяток. Боковой галоп по кругу.

8.Последовательные детские танцы в парах. *Практические занятия* Разучивание последовательных танцев начального уровня в произвольных парах или командах: «Зимний вальс», «Прогулка», «Вальс с хлопками». Отработка под счет, в музыку.

9.Итоговые занятия проводятся в форме концерта для родителей и учителей.

II год обучения

Предметные задачи:

- изучить движения ритмической разминки, упражнения на релаксацию;
- научить различать характер, ритм, темп музыкального сопровождения;
- познакомить с балльными танцами отечественной программы.

Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Часы			Форма аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	1	-	2	опрос
2.	Движения ритмической разминки.	2	7	9	наблюдение
3.	Простые движения классического экзерсиса.	2	4	6	показ, наблюдение
4.	Детские массовые танцы.	-	14	14	показ, наблюдение
5.	Балльные танцы отечественной программы.	2	16	18	показ, наблюдение
6.	Упражнения на релаксацию.	-	4	4	наблюдение
7.	Последовательные детские танцы в парах.	-	18	18	показ, наблюдение
8.	Итоговое занятие.	-	2	2	наблюдение
	Итого:	7	65	72	

Содержание учебного плана

1.Вводное занятие. *Теория* Инструктаж по технике безопасного поведения на занятиях ритмики, знакомство с группой, общефизические упражнения.

2. Движения ритмической разминки. *Теория:* последовательность движений ритмической разминки. *Практика:* Наклоны, приседания, прыжки, повороты на 3 шагах, приставные шаги, махи ногами, вращения руками и т.д., исполняемые в ритме музыкального сопровождения. Применение устного счета при отработке, вступление «за такт»;

3. Простые движения классического экзерсиса. *Теория:* Изучение классических позиций ног, рук. Отработка танцевальной осанки. *Практика:* Упражнения у «станка»: приседания, наклоны, махи ногами.

4. Детские массовые танцы 3 ступени: *Практика.* «Диско», «Сплит», «Снуппи». Отработка под счет, в музыку, применяя авторский метод «ритмической считалки» (см. Прилож. №1).

5. Балльные танцы отечественной программы: *Теория:* основные понятия. *Практика:* «Полька», «Вару-вару», «Рилио». Разучивание по-одному и в парах, отработка под счет и в ритме музыки.

6. Упражнения на релаксацию. *Практические занятия:* Упражнения в партере «Кошечка», «Перекрут», «Рыбка», «Березка», «Велосипед» и т.д.

7. Последовательные детские танцы в парах: *Практические занятия:* «Бумза -Дэйзи», «Варшава», «Буги-Вуги». Разучивание в произвольных парах под счет, в ритме музыки.

8. Итоговые занятия проводятся в форме концерта для родителей и учителей.

III год обучения

Предметные задачи:

- изучить простые движения классического экзерсиса;
- разучить балльные танцы отечественной программы;
- познакомить с балльными танцами европейской и латиноамериканской программы.

Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Часы			Форма аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	1	-	1	опрос
2.	Движения ритмической разминки.	2	4	6	наблюдение
3.	Простые движения классического экзерсиса	2	2	4	показ, наблюдение
4.	Детские массовые танцы		7	7	показ, наблюдение
5.	Балльные танцы отечественной программы: - «Фигурный вальс» - «Русский лирический» - «Сударушка»		4 4 4	12	показ, наблюдение
6.	Последовательные балльные европейские танцы: - «Медленный вальс» - «Квикстеп»	2	8 10	20	показ, наблюдение
7.	Последовательные балльные латиноамериканские танцы: - «Ча-ча-ча» - «Самба»	2	8 8	18	показ, наблюдение
8.	Упражнения на релаксацию		2	2	показ, наблюдение
9.	Итоговые занятия		2	2	наблюдение
	Итого:	9	63	72	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие. *Теория.* Инструктаж по технике безопасного поведения на занятиях ритмики, знакомство с группой, общефизические упражнения.

2. Движения ритмической разминки. *Теория:* последовательность движений ритмической разминки. *Практика:* Наклоны, приседания, прыжки, повороты на 3 шагах, приставные шаги, махи ногами, вращения руками и т.д., исполняемые в ритме музыкального сопровождения. Применение устного счета при отработке, вступление «за такт»;

3. Простые движения классического экзерсиса. *Теория:* Изучение классических позиций ног, рук. Отработка танцевальной осанки. *Практика:* Упражнения: приседания, наклоны, махи ногами.

4. Детские массовые танцы: *Практика.* «Сплит», «Ушу», «Зигзаг». Отработка под счёт, в музыку, применяя авторский метод «ритмической считалки» (см. Прилож. №1). Соединение в блок, отработка.

5. Балльные танцы отечественной программы (продолжение). *Практика.* «Фигурный вальс», «Русский лирический», «Сударушка» - изучение, отработка в парах под счёт, в музыку.

6. Последовательные бальные танцы европейской программы. *Теория.* Основные понятия. *Практика.* «Медленный вальс», «Квикстеп» – изучение основных движений, соединение в связки и отработка под счёт, в музыку.

7. Последовательные бальные танцы латиноамериканской программы. *Теория.* Основные понятия. *Практика.* «Ча-ча-ча», «Самба» – изучение основных движений, соединение в связки и отработка под счёт, в музыку.

8. Упражнения на релаксацию. *Практические занятия:* Упражнения в партере: «Кошечка», «Перекрут», «Рыбка», «Березка», «Велосипед» и т.д.

9. Итоговые занятия проводятся в форме зачёта концерта для родителей и учителей.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате освоения программы учащиеся достигнут следующих результатов:

Предметные:

- сформируют навыки правильного движения;
- будут знать основы музыкальной грамоты и танцевальную терминологию;
- смогут исполнить некоторые бальные танцы отечественной, европейской и латиноамериканской программы.

Метапредметные:

- развить музыкальный слух, чувство ритма, выразительность движений;
- сформировать правильную осанку и координацию движений,
- сформировать опыт сценической деятельности

Личностные:

- будут проявлять интерес к занятиям бальными танцами;
- будут воспитываться культура поведения и общения в коллективе;
- будут формироваться ответственность, трудолюбие, целеустремленность.

РАЗДЕЛ 2

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 сентября	31 мая	36	36	36 1 ч. в неделю	1 раз в неделю по 1 часу
2 год	1 сентября	31 мая	36	36	72 2 ч. в неделю	1 раз в неделю по 2 часа
3 год	1 сентября	31 мая	36	36	72 2 ч. в неделю	1 раз в неделю по 2 часа

На учебный год для каждой учебной группы в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» разрабатывается Рабочая программа, включающая календарный учебный график.

Рабочая программа оформляется в соответствии с локальным нормативным актом ДДТ им. В. Дубинина «Положением о дополнительной общеобразовательной программе» и утверждается Директором учреждения перед началом учебного года. Форма рабочей программы представлена в Приложении №1.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Учебное помещение соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных Санитарными правилами (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

Материально-техническое обеспечение

Прветриваемое помещение, в котором пол покрыт паркетным лаком. Для занятий балльными танцами необходимо:

- хореографический станок;
- раздевалка для детей;
- зеркало настенное 8*3 м;
- стол и стул для педагога;
- шкаф для хранения дидактических пособий и учебных материалов;
- персональный компьютер для педагога;
- аудиоаппаратура для обеспечения музыкального сопровождения танцев;
- видеоаппаратура для просмотра видеозаписей конкурсов и семинаров по балльным танцам;
- настенные фотографии танцевальных пар и ансамбля студии «Гармония»;

Методическое обеспечение

- Методические пособия:
 - Авторская методика «Ритмическая считалка» (см. Приложение №2);
 - Примерные композиции в танцах европейской и латиноамериканской программы по ступеням обучения (см. Приложение №3).
- Коллекция аудиозаписей для балльных танцев;
- Примерный репертуар студии:
 - детские массовые танцы («Автомобиль», «Ковбой», «Стрелки», «Крошка», «Слоненок», «Диско», «Сплит», «Снуппи», «Зигзаг»);

- бальные танцы отечественной программы («Полька», «Вару-вару», «Рилио», «Фигурный вальс», «Русский лирический», «Сударушка»);
- бальные танцы европейской программы («Медленный вальс», «Квикстеп»);
- бальные танцы латиноамериканской программы «Ча-ча-ча», «Самба»)

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, имеющий педагогическое образование и специальную предметную подготовку в области бальных танцев.

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка освоенных учащимися знаний, умений и навыков проходит в соответствии с локальным нормативным документом «Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости».

Оценка уровня освоения программы проходит 2 раза в год: в декабре; в апреле-мае.

Результаты диагностики выполнения образовательной программы фиксируются в ведомостях по четырем уровням:

- Минимальный – программа освоена не в полном объеме
- Базовый – учащийся справился с программой полностью
- Повышенный – учащийся справился с программой полностью и результативно, проявлял инициативу в дополнительной творческой деятельности
- Творческий уровень – учащийся проявляет устойчивое стремление к более глубокому самостоятельному познанию предмета

Формы аттестации

В систему отслеживания и фиксации образовательных результатов (диагностики), а также их предъявления и демонстрации входят:

- педагогические наблюдения на занятиях за уровнем взаимоотношений в парах, группе;
- промежуточная и итоговая аттестация каждого ребёнка в форме участия в концертах для родителей (демонстрация образовательных результатов);

Критерии оценки

Критерии	Уровни обученности				
	Минимальный	Базовый	Повышенный	Творческий	Методы и приемы диагностики
1. Развитие чувства ритма, музыкальности при исполнении танца	Неустойчивое определение основного ритма каждого танца	Устойчивое определение основного ритма каждого танца	Устойчивое определение основного ритма каждого танца, отображение характера в танце	Устойчивое исполнение танца в основном ритме, в характере, а также в синкопированном ритме	Пед.наблюден. участие в открытом занятии для родителей
2. Развитие необходимых физических качеств: силы, ловкости, быстроты, выносливости, устойчивости, осанки и т.д.	Держать голову прямо, локти в стороны, успевать двигаться в основном ритме танца в течение 1 минуты	Держать основную стойку, двигаться в основном ритме танца и быстро восстанавливаться после нагрузки	Хорошо держать основную стойку, легко двигаться в основном ритме танца, грамотно распределяя дыхание и	Отлично держать основную стойку, всегда иметь запас по быстроте, ловкости и выносливости и в каждом	Пед.наблюден. участие в открытом занятии для родителей

			быстро восстанавлив аясь после.	танце	
3. Выступление на открытом занятии для родителей, мероприятиях класса, школы	Участие в открытом занятии для родителей в одном или нескольких танцах группы	Участие в открытом занятии для родителей во всех танцах группы	Стабильно хорошее исполнение танцев в открытом занятии для родителей	Стабильно хорошее исполнение танцев в открытом занятии для родителей, в концертах	Открытое занятие для родителей, выступление в классе, школе
4. Эмпатическое общение в группе с другими детьми	Доброжелательность в общении с одним или несколькими детьми	Доброжелательность в общении с другими детьми группы, отсутствие крупных конфликтов или срывов в поведении на занятиях	Доброжелательность, желание сотрудничать с другими детьми группы. Личное участие в урегулировании конфликтов	Доброжелательность, желание сотрудничать с другими детьми и педагогом на занятии. Личное участие в урегулировании конфликтов (миротворец)	Пед.наблюден.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Принципы и методы обучения

Организацию занятий и выбор методов подачи материала автор осуществляет в соответствии со следующими принципами: принцип системности, последовательности и доступности обучения; принцип опоры на интерес; принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребёнка. Кроме этого, принцип добровольности обучения; принцип наглядности; принцип сотворчества педагога и ребёнка; своевременная похвала и профилактика конфликтных ситуаций.

Систему методов организации занятий автор выбрал, опираясь на организационную классификацию методов известного российского учёного Ю.К.Бабанского:

- Методы организации учебно-познавательной деятельности (объяснительно-иллюстративный; метод анализа и последующего синтеза; дедукция и индукция; закрепление пройденного материала);
- Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности (методы эмоционального стимулирования; развитие познавательного интереса; успешность на концертах);
- Методы организации взаимодействия учащихся (практические упражнения в парах, группе; метод взаимной проверки знаний и умений детей; самостоятельная отработка задания; самостоятельное проведение разминки для группы и т.д.);
- Методы развития психических функций, творческих способностей и личностных качеств детей (метод художественного моделирования; методы развития творческих способностей; метод идентификации);
- Методы контроля и диагностики эффективности учебно-познавательной деятельности, социального и психологического развития детей (опрос, музыкальная викторина, соревновательный метод, контрольное исполнение танца, зачёт, анализ выступления на концерте, наблюдения педагога на занятиях).

Педагогические технологии

- Педагогические технологии: группового обучения, коллективного взаимообучения;

- Здоровьесберегающие технологии - способствуют предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и т.д.;
- Психолого-педагогические технологии - психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса; смена видов деятельности, позитивная психологическая атмосфера учебного занятия;
- Учебно-воспитательные технологии, которые включают в себя обучение грамотной заботе о своём здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивацию их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, просвещение их родителей;
- Специальные технологии - трансляция исполнительского опыта учащемуся от педагога с помощью демонстрации, формирование культуры выступления учащихся на концерте.

Формы организации учебного занятия

- традиционная (обычное занятие);
- игровое занятие; видео-просмотр;
- отчётный концерт;
- открытое занятие;

Алгоритм учебного занятия

1. Интенсивная разминка под музыкальную фонограмму на все основные группы мышц, тренировка дыхательной и кровеносной систем, упражнения на выносливость – 15 минут;
 2. Танцевальная часть. Исполнение танцевальных фигур и связок, уточняется ритмический рисунок танца, темп исполнения. Изучение ведения в танцевальной паре. Эмоциональная окраска, образ в танце. Необходимые объяснения педагога, совместный анализ исполнения танца – 60 минут;
 3. Заключительная часть. Упражнения классического экзерсиса у «станка» для улучшения осанки, отработки позиций рук и ног. Упражнения на растяжку и последующее расслабление. Длительность 10-15 минут.
- Общая продолжительность занятия составляет два академических часа.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Цель программы – личностное развитие школьников средствами народного хореографического творчества.

Задачи:

- воспитание трудолюбия как в учебных занятиях, так и в домашних делах, умения доводить начатое дело до конца
- формирование доброго отношения к окружающим: проявление миролюбия — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- воспитание сопереживания и уважительного отношения к другим людям: стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;

Виды, формы и содержание деятельности.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений – модулей воспитательной работы.

Модуль «Ключевые дела».

Участие в ключевых делах учреждения:

- участие в концерте ко дню присвоения им. В. Дубинина
- участие в конкурсе «Звёзды нашего дома»
- участие в отчётном концерте Дома детского творчества им. В.Дубинина
- участие в концертах, конкурсах и фестивалях района, города, России и мира
- участие в концерте ко дню защиты детей

Ключевые дела творческого объединения:

- посвящение в юные танцоры.
- поздравления именинников.
- участие в конкурсах, фестивалях, творческих сменах.

Модуль «Профессиональное самоопределение»:

- участие в конкурсах и соревнованиях различного уровня,
- мастер-классы от старших учащихся,
- просмотр тематического видео-контента.

Модуль «Каникулы»:

Формы воспитательной деятельности в каникулярное время:

- участие в делах учреждения,
- экскурсии,
- профильные семинары и другое.

Модуль «Работа с родителями»:

- беседы, консультации, собрания, форумы.
- привлечение большего количества родителей к проблемам коллектива и совместное их решение.

Планируемые результаты

- проявляет трудолюбие как в учебных занятиях, так и в домашних делах, умения доводить начатое дело до конца
- сформировано доброе отношение к окружающим: проявление миролюбия — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- сформировано сопереживания и уважительного отношения к другим людям: уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Календарный план воспитательной работы составляется на каждый учебный год в соответствии с рабочей программой воспитания и конкретизирует ее применительно к текущему учебному. Соотносится с календарным планом воспитательной работы в учреждении.

Форма календарного плана воспитательной работы

<i>№</i>	<i>Модуль</i>	<i>Мероприятие</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответственный</i>
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативные документы

1. Конституция Российской Федерации (от 12.12.1993 с изм. 01.07.2020);
2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности РФ»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273);
6. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
7. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
8. Стратегическое направление в области цифровой трансформации образования, относящейся к сфере деятельности Министерства просвещения Российской Федерации (утв. распоряжением Правительства РФ от 02.12.2021 № 3427);
9. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678);
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
12. Федеральные проекты «Цифровая образовательная среда», «Современная школа», «Патриотическое воспитание» (2020);
13. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
14. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
15. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
16. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
17. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

18. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 39-п «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
19. Постановление Правительства новосибирской области от 02.03.2020 № 2 «О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Новосибирской области»;
20. Устав Учреждения и другие нормативные, правовые и локальные акты об образовании;
21. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы (включая разноуровневые и модульные): методические рекомендации по разработке и реализации. – 3-е изд., изм. и дополн. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ, 2023.

Литература, использованная при составлении программы:

1. Правила ФТСАРР о танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении .
2. Правила ФТСАРР о возрастных категориях и классах мастерства спортсменов.
3. Правила спортивного костюма Союза танцевального спорта России.
4. Правила проведения соревнований по танцевальному спорту.
5. Сборник нормативных документов по спортивным танцам. - М.: ФТСАРР, 2018.-224
6. Положение ФСТ НСО. Кодекс чести для судей на конкурсах бального танца. – Новосибирск, 2011.
7. Арнольд П.Дж. Эстетические аспекты спорта. Сокр. пер. Соменко Л.В. //Спорт, духовные ценности, культура. М., -1997. - Вып.5
8. Бабанский Ю.К. Оптимизация учебно-воспитательного процесса. – М.: Просвещение, 1982. -192 с.
9. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. Екатеринбург, 2006
10. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1963. – 285 с.
11. Выготский Л.С. Психология искусства. Текст. – М.: Лабиринт, 2008.
12. Г. Ригацони. Учимся танцевать бальные танцы. М.: Милан, 2001
13. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы (включая разноуровневые и модульные) / Методические рекомендации по разработке и реализации. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ, 2021. – 67 с.
14. Изард Е.И. Психология эмоций. – СПб: Питер, 1999. – 327 с.
15. Изучение бальных танцев. Максин А. Издательство: Лань, Планета музыки; Серия: Учебники для вузов. Специальная литература; 2010
16. Калюцкий В.Н., Кулагина И.Ю. Возрастная психология. – М.: Академия, 1996. – 542 с.
17. Маркосян А.А. Вопросы возрастной психологии. – М.: Просвещение, 1975. – 223 с.
18. -Мур А., Бальные танцы: Метод. пособ./-А. Мур.-М.:000 Астрель, 2004
19. Перспективные направления и формы обучения танцам / Перевод с англ. и ред. Ю.С. Пина. – М., СПб, 1995
20. Приглашаем танцевать. Сборник популярных бальных танцев. Составление и общая редакция В. Кудрякова. Изд. Советский композитор, М., 1982
21. Потемкина О.Ф. Как сделать урок интересным для учителя и его учеников: Пособие для учителей и школьных психологов. – М.: Просвещение, 1993. – 186
22. Современный бальный танец. / Под ред. Стриганова В.М., Уральской В.И. – М.: Просвещение, 1979.– 431 с.
23. Словарь-справочник педагога дополнительного образования. Образовательное пространство г. Новосибирска. – Новосибирск.2003. – 44 с.
24. Танцы и игры для детей 6-летнего возраста. Методическая разработка. Составитель Кондратенко Г. М. С-Пб. НОУ «Институт развития образования «Смена», 2007

25. Уолтер Лэрд. Пересмотренная техника латино-американских танцев\ перевод с англ. и ред. Пина Ю.-М.,С-Пб: REST, 1993.-197с.
26. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам. Шутиков Ю.Н. С-Пб. 2006 (Приложение. Описание историко-бытовых и отечественных бальных танцев.)

Литература для обучающихся:

1. Боттомер, П. Учимся танцевать. /Перевод с англ. К.Молькова. – М.: Эксмо-Пресс, 2002. – 256 с.
2. Ги Дени, Люк Дассвиль. Все танцы. – Киев: Музыкальная Украина, 1987. – 334 с.
3. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. – М.: Искусство, 1990. – 175 с.
4. Положение ФСТ НСО об организации и проведении конкурса бального танца. – Новосибирск, 2021.
5. Положение ФТСАРР о допустимых танцах и фигурах. – М., 2020.
6. Положение ФТСАРР о танцевальных костюмах. – М., 2020.
7. Положение «О проведении фестиваля бального танца». – Новосибирск, 2021.

МБУДО ДДТ им. В.Дубинина

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Л.В. Третьякова

«__» _____ 202__ г.

**Рабочая программа на 202__ - 202__ учебный год
«Ритмика»
студии бального танца «Гармония»**

Педагог дополнительного образования Скробот Анатолий Алексеевич

Организационное состояние на текущий учебный год

Группа № __

Возраст учащихся _____ лет

Год обучения: __

Количество часов по программе: ____

Количество часов в 20__ - 202__ учебном год: ____

Цель:

Задачи:

Место проведения занятий:

Календарно-тематический план

№ п/п	Дата/время проведения занятия	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения занятия	Форма контроля
1						
2						

Участие в выставках и конкурсах:

- 1.
- 2.

План воспитательной работы.

№п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения
1			
2			

План работы с родителями:

№п/п	Формы работы	Тема	Сроки
1			
2			

Планируемые результаты:

Форма оценки уровня освоения программы:

Декабрь:

Май:

Прием «ритмической считалки» в структуре практических методов обучения танцу

Детские хореографические коллективы имеют, как правило, типичную структуру: младшая группа (дошкольники); одна или две средних группы (младшие школьники); и старшая (основная) группа, в которой занимаются опытные исполнители - подростки.

Ребята, которые занимаются в младшей группе, еще не могут так сконцентрировать свое внимание, чтобы, к примеру, быстро выучить длинные связки танцевальных движений. И, если педагог применяет лишь метод последовательного разучивания по отдельным элементам, то процесс обучения растягивается во времени и есть угроза утраты интереса.

В этом случае я предлагаю коллегам интенсифицировать процесс обучения, взяв на вооружение разработанный мною прием разучивания детских массовых танцев: «ритмическая считалка», предназначенный для активизации образного восприятия. Этот прием может быть включен в структуру любого метода обучения как его важнейший элемент, прием целенаправленного обучающего воздействия.

Смысл этого приема заключается в том, что быстро запоминающаяся «считалка» намного сокращает время для разучивания танца, за счет закодированной в ней технической или образной информации. Обратимся к примеру.

Пример № 1. В ходе разучивания детского массового танца «Ковбой» используется следующая считалка:

Едем, едем, едем, едем.
Накрест едем, вожжи взяли;
Погоняем, погоняем,
Вожжи справа, вожжи слева;
Пистолет, пистолет.
Кнут, кнут, кнут, - поехали!

Технологический алгоритм педагогических действий при использовании приема:

А) Разучиваем танец по частям с показом движений, проговаривая «считалку» вместе с детьми;

Б) Повторяем полностью танец в медленном темпе со «считалкой», педагог повторяет танец вместе с детьми;

В) Дети сами повторяют танец медленно вместе со «считалкой»: затем постепенно ускоряем темп.

Ритм танца напоминает скачку на лошади, в движениях выражен яркий образ ковбоя, танец смотрится даже без музыки (как своеобразная детская игра).

Следует особо подчеркнуть, что на любом этапе разучивания стихотворный размер «считалки» должен хорошо совпадать с музыкальным размером фонограммы (4/4; 3/4; 2/4; и т.д.).

Технология реализации предлагаемого метода, как мы убедились, позволяет детям быстро выучить последовательность достаточно сложных движений, причем даже тем, у кого недостаточно развита двигательная память.

Пример № 2. Идет разучивание детского массового танца «Волчок».

Считалка:

Вперед, точка, назад, точка.
Вправо, точка, влево, точка:
Скрутка, скрутка, покачались.
Кик, подставка, шаг, приставка.

Технологический алгоритм предпринимаемых педагогических действий будет следующим:

А) Разучиваем танец по частям с показом движений, проговаривая «считалку» вместе с детьми;

Б) Повторяем полностью танец в медленном темпе со «считалкой», педагог повторяет танец вместе с детьми;

В) Дети сами повторяют танец медленно, теперь вместе со «считалкой»;

Г) Повторяем танец под обычный счет, при этом считалка «уходит внутрь» – остается в голове;

Д) Исполняем танец под музыку (сами дети).

(в дальнейших примерах пункты разучивания танца я буду перечислять как: А), Б), В...)

Итак, в этом случае мы с помощью «считалки» добились рефлексии – дети станцевали «в музыку».

Если ритм разучивания танца более сложный, синкопированный, то нужные паузы должны быть отражены в «считалке». То же самое можно сказать про те движения в танце, которые исполняются с акцентом. Акцент должен быть подчеркнут интонацией голоса, либо необходимым ударением на отдельные слоги.

Пример № 3. Разучивается детский массовый танец «Снупи».

Считалка:

Точка слева, точка справа,
Точка слева, кик, болл, чейндж,
Встать, носочек, левой, правой,
Встать, кик, болл, чейндж, поворот.

При разучивании танца применяем пункты А, Б, В, Г, Д, описанные выше.

Ударения, расставленные интонациями голоса в «считалке», дают возможность быстрее освоить акцентированное исполнение элементов танца.

До сих пор были приведены примеры с разучиванием небольших танцевальных связок. Если же взять танец большей продолжительности, то наша «ритмическая считалка» должна быть более динамичной, связной, с яркими и легко запоминающимися образными деталями.

Пример № 4. Разучивание детского массового танца «Диско 2»

Считалка:

Руки наверх, накрест прижать,	}	2 раза
Вывести в стороны, хлопнуть 2 раза		
После вперед и поближе к себе	}	2 раза
Под одеяло нырнуть и обратно.		
Дальше срываем четыре банана	}	2 раза
Локоть, нога, по кругу рука		
Ежик поставил колючки наверх	}	2 раза
Мы отдыхаем, – веселье и смех!		

При разучивании танца так же применяем пункты А, Б, В, Г, Д. В «считалке» используем образные детали: одеяло, бананы, ежик... В целом «считалка» хорошо ложиться на квадратный ритм 4/4 музыкальной фонограммы, она отражает динамику танца.

Когда нужно разучить связку с изменениями направления движения, то в «Считалке» необходимо это изменение отразить; Иногда важно бывает указать направление взгляда, наклон корпуса, характер прыжка и взмаха руками и т.д.

Таким образом, исходя из этих примеров, ясно, что предлагаемый прием как деталь того или иного метода помогает существенно сократить процесс разучивания танца, дает возможность детям сосредоточиться на образном содержании исполняемого танца, т.е. в содержательном плане на самом интересном для танцора и педагога материале.

Пример № 5. Разучивание детского массового танца «Бруклин»

Считалка:

Три шага назад, наклон, хлоп,
Три шага вперед, наклон, хлоп,
Поворот вправо, наклон, хлоп,
Поворот влево, наклон, хлоп.

Кик, болл, чейндж 2 раза подряд,
Свивл направо, свивл налево
Дальше срываем дружно бананы
Видно, попали в жаркие страны!
Сядем пониже и крутим руками –
Роли-полли танцуем мы с вами!
Каблук, каблук, носок, носок,
Каблук-носок, кик, поворот!

Алгоритм разучивания танца точно такой же.

В подготовительной и основной группах я часто пользуюсь так называемыми «ключевыми» словами, которые позволяют кратко и ёмко раскрыть суть образа в танце, его характер.

В качестве **дидактического материала** я часто использую видеозаписи крупнейших конкурсов спортивного бального танца, семинаров ведущих специалистов России и зарубежья. Также в моем распоряжении специальные танцевальные журналы, издаваемые в г. Москве и С.-Петербурге

Федерация спортивного танца Новосибирской области предоставляет для педагогов бального танца разнообразные документы: «Положение о танцевальных фигурах для детей разных возрастных групп»; «Положение о проведении конкурса бального танца»; «Кодекс судьи на конкурсах бального танца» и многие другие. В них четко прописаны последовательность изучения бальных танцев детьми, какими должны быть танцевальный костюм и прическа и т.д.

**Примерные композиции в танцах европейской и латиноамериканской программы
по ступеням обучения**

Предлагаемые танцевальные связки для детей I ступени обучения

Танцевальные движения	Счет
Медленный вальс	
Движение «Закрытая перемена» Вперед и назад 2 раза	1 2 3 1 2 3 1 2 3 1 2 3 1 2 3 1 2 3
Движение «Правый квадрат»	1 2 3 1 2 3
Итого	8 тактов
Квикстеп	
Два шага вперед, шассе, в сторону; два шага назад, шассе в сторону (Для Д - симметрично) – все 2 раза	ММ ББМ  2 раза
Два приставных шага в сторону, 3 прыжка с заменой свободной ноги, в конце замена ноги. То же исполняем в другую сторону	ММММ и МиМиММ  2 раза
Итого	8 тактов
Самба	
Основное движение – 2 раза	1 и 2 3 и 4 5 и 6 7 и 8
Виск – 4 раза	1 и 2 3 и 4 5 и 6 7 и 8
«Вольта» ВЛ 3 раза, доворот ВП замедленно	и 1 2 и 3 4 и 5 6 и 7 8
«Вольта» ВП 3 раза, доворот ВЛ замедленно	и 1 2 и 3 4 и 5 6 и 7 8
Итого	8 тактов
Ча-ча-ча	
Движение «Таймстеп» 2 раза	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3
Основное движение – 2 раза	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3
Движение «Нью-йорк» – 2 раза	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3
Движение «Рука к руке» – 2 раза	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3
Итого	8 тактов

Предлагаемые танцевальные связки для детей II ступени обучения

Танцевальные движения	Счет	Примечание
Медленный вальс		
Правый поворот	МММ МММ	Начать ДС, закончить ДЦ
Правая перемена	МММ	
Левый поворот	МММ МММ	Закончить ДС
Виск	МММ	Закончить в ПП по ЛТ
Шассе из ПП, локстеп	МББМ, МББМ	
Итого	8 тактов	Начать сначала сбоку Д
Квикстеп		
Четвертные повороты, повторить 2 раза	МББМ  2 раза	Начать ДС
Двойной Локстеп	МББББМ	Движение по ЛТ в ППДК
Половина правого поворота	МББ	Закончить спиной по ЛТ

Правый спин поворот	МММ	Закончить спиной к ДЦ
Поступательное шассе ВЛ	МББМ	Закончить ДС
Двойной Локстеп	МБББМ	Движение по ЛТ в ППДК
Степ хоп сбоку Д П, Л, П, Л	ММММ	В ППДК
Итого	8 тактов	Начать сбоку Д
Венский вальс		
Для исполнения предлагается одна фигура: правый поворот		
Самба		
Стац. самба ход СПН (Д – с ЛН), боковой самба ход, вольта ВЛ (у Д - ВП)	1 и 2 3 и 4 5 и 6 7 и 8	Начать в ОП, далее в ПП, двигаясь по ЛТ
Самба ход вперед, боковой самба ход, всё повторить	1 и 2 3 и 4 5 и 6 7 и 8	
«Обоюдный» вольта поворот на 4 счета: М – ВЛ; Д – ВП	1 и 2 3 и 4	Поворот равен 1
«Виск» ВП, вольта спот поворот Д под рукой ВП	5 и 6 7 и 8	И всё сначала
Итого	6 тактов	
Ча-ча-ча		
«Кросс бэйзик», повторить еще раз	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3 □ 2 раза	Начать в ЗП, закончить в ОП
Спот поворот Д под рукой ВЛ, ВП	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3	
«Открытый хип твист»	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3 4 и 1	Закончить в верной позиции
«Хоккейная клюшка»	4 и 1 2 3и	Закончить в ОП
«Нью-йорк» «Плечо к плечу»	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3	И переход на начало
Итого	12 тактов	
Джайв		
Фоллзвэй рок	1 2 3 и 4 5 и 6	Начать в ЗП,
Смена мест справа налево	1 2 3 и 4 5 и 6	Закончить в ЗП
Смена мест слава направо	1 2 3 и 4 5 и 6	Закончить в ОП
Американский спин (2 раза)	1 2 3 и 4 5 и 6 □ 2 раза	
Смена рук у П за спиной (2 раза)	1 2 3 и 4 5 и 6 □ 2 раза	
«Стоп энд гоу» (2 раза)	1 2 3 и 4 5 и 6 □ 2 раза	
		И всё сначала

Предлагаемые танцевальные связки для детей третьей ступени обучения

Танцевальные движения	Счет	Примечание
Медленный вальс		
Половина правого поворота	1 2 3	Начать ДС
Правый спин поворот	1 2 3	Закончить спиной ДЦ
Левый поворот (II, I части)	1 2 3	Закончить спиной по линии

	1 2 3	танца
Кортэ	1 2 3	Закончить спиной против ЛТ
Виск назад	1 2 3	Закончить лицом по ЛТ в ПП
Шассе из ПП	1 2 и 3	
Локстеп	1 2 и 3	
Итого	8 тактов	Конец I части*
Половина правого поворота	1 2 3	Начать сбоку Д
Перемена хэзитэйшн	1 2 3	Закончить ДЦ
Шассе ВП	1 2 и 3	Закончить спиной по ЛТ
Наружная перемена	1 2 3	Закончить ДС
Половина правого поворота	1 2 3	Начать сбоку Д
Открытый импетус	1 2 3	Закончить в ПП ДЦ
Плетение из ПП	1 2 3 1 2 3	Закончить ДС и перейти на начало
Итого	16 тактов	Конец II части**
Примечание:		
* – для менее подготовленных пар – I часть		
** – для более подготовленных пар – I, II части		
Квикстеп		
Половина правого поворота	МББ	Начать ДС
Перемена хэзитэйшн	МММ	Закончить ДЦ
Шассе ВП	МББМ	Закончить спиной по ЛТ
Наружная перемена	МББ	Закончить ДС
Двойной локстеп	МББББМ	Движение по ЛТ в ППДК
Половина правого поворота	МББ	Начать сбоку Д
Правый спин поворот	МММ	Закончить спиной ДЦ
Поступательное шассе ВЛ	МББМ	Закончить ДС
«Степ хоп» с ПН, ЛН	ММ	Сбоку Д в ППДК
Итого	6 тактов	Начать сбоку Д
Танго		
Основной ход с ЛН, ПН	ММ	ИП: начать ДС
Прогрессивное звено	ББ	Закончить в ПП ДЦ
Закрытый променад	МББМ	Закончить по ЛТ
Открытый левый поворот, Д сбоку, с открытым окончанием	ББМ ББМ	Закончить ДС в ППДК
Внешний свивл, шаги 2. 3 променадного звена	МББ	Закончить в ПП ДС
Правый твист поворот	МББМББ	Закончить в ПП по новой ЛТ
Шаги 1-3 правого променадного поворота	МББ	
Рок поворот	МББМББМ	Закончить ДС
* Форстеп	ББББ	Закончить в ПП
* Чейс	МББББМ	Закончить в ПП ДЦ по новой ЛТ
* Закрытый променад	МББМ	Закончить ДС
Итого	8 тактов	
* – для более подготовленных пар		
Венский вальс		
Для исполнения предлагаются 4 фигуры:		
Правый поворот		
Перемена с правого на левый поворот		
Левый поворот		

Перемена с левого на правый поворот		
Самба		
Левый поворот, повторить	1 и 2 3 и 4 5 и 6 7 и 8	Начать по ЛТ в ЗП, закончить КС
Промежные боты	1 и 2 3 и 4 5 и 6	Закончить в ПП по ЛТ
Вольта ВЛ (у Д – ВП)	7 и 8	
Самба ход вперед, самба ход боковой, всё повторить	1 и 2 3 и 4 5 и 6 7 и 8	Движение в ПП закончить в ОП
Теневые боты, вольта крис кросс	1 и 2 3 и 4 5 и 6 7 и 8	
Теневые боты, вольта крис кросс	1 и 2 3 и 4 5 и 6 7 и 8	Закончить боком по ЛТ
Вольта спот повороты Д под рукой ВП, ВЛ	1 и 2 3 и 4	Закончить в ОП
«Мэйпоул»	5 и 6 7 и 8	Закончить по ЛТ
Итого	12 тактов	
Ча-ча-ча		
«Выход в веер» (Открытый хип-твист)	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3 4 и 1	Начать в ОП, закончить в веерной позиции
«Алемана» из веерной позиции	2 3 4 и 1 2 3	Закончить в ОП
«Нью-Йорк» ВП, ВЛ	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3	
«Рука к руке»	4 и 1 2 3	
Спот поворот Д под рукой ВП	4 и 1 2 3	Закончить в ОП
		Конец I части *
М: локстеп вперед, чек Д: локстеп назад, ход назад прерв.	4 и 1 2 3	
«Алемана» из ОП	4 и 1 2 3	
«Волчок» ВП, раскрытие ВП	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3 4 и 1 2 3	Общий поворот ВП до 2
М: шассе на месте с ЛН, прерванный ход назад, хип-твист шассе Д: хип-твист шассе сбоку М, шаги ЛН, ПН, спот поворот ВЛ, локстеп назад	4 и 1 2 3 4 и 1	Закончить в веерной позиции
«Хоккейная клюшка»	2 3 4 и 1 2 3	Закончить в ОП, М идет за Д
Итого	12 тактов	Конец II части
* Примечание: менее подготовленные пары могут исполнять только I часть и перейти на начало		
Румба		
Основное движение, открытый хип-твист	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3 4 и 1	Начать в ОП, закончить в веерной позиции
«Алемана» из веерной позиции	2 3	Закончить в ОП

	4 и 1 2 3	
«Нью-Йорк» ВП, ВЛ	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3	
«Фэнсинг»	4 и 1 2 3	
Спот поворот Д под рукой ВП	4 и 1 2 3	
		Конец I части*
Основное движение, «алемана» из ОП	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3	Закончить в ОП, движение по кругу
Правый «волчок»	4 и 1 2 3 4 и 1 2 3 4 и 1	Общий поворот ВП до 2
Раскрытие ВП, ВЛ Д	2 3 4 и 1 2 3 4 и 1 2 3	
Спот поворот Д под рукой ВП	4 и 1 2 3	Перейти на начало
Итого	16 тактов	Конец II части
* Примечание: менее подготовленные пары могут исполнять только I часть и перейти на начало		
Джайв		
«Фоллэвэй рок»	1 2 3 и 4 5 и 6	Начать в ЗП,
«Фоллэвэйтроуэвэй»	1 2 3 и 4 5 и 6	Закончить в ОП
«Американский спин»	1 2 3 и 4 5 и 6	
«Хлыст»	1 2 3 и 4 5 6 7 и 8	Общий поворот от 1/2 до 1 ВП
«Выход в веер»	1 2 3 и 4 5 и 6	Закончить в веерной позиции
«Стоп энд гоу» повторить	1 2 3 и 4 5 и 6	□ 2 раза
		М заканчивает спиной к Д («пресс лайн»)
		Конец I части*
Д: линк, «бегущие шаги» П, Л, П, поворот ВЛ 1/2 и локстеп с ЛН М: в конце – локстеп с ПН (заканчивает «фоллэвэйтроуэвэй»)	1 2 3 и 4 5 и 6	В конце у Д вновь поворот к М
Д: «ход цыпленка», затем вновь «бегущие шаги» и локстеп с ЛН М: шаги «меренги» назад, поворот спиной к Д и в конце – локстеп с ПН	1 2 3 4 5 6 7 и 8	
Д: «шаги цыпленка» М: шаги «меренги» назад	1 2 3 4	
Смена рук за спиной у М	1 2 3 и 4 5 и 6	
Раскачивание	1 2 3 и 4 5 6 7 и 8	
		Перейти на начало сначала
* Примечание: менее подготовленные пары могут исполнять только I часть и перейти на начало		

Список используемых сокращений

П – правый (ая)
Л – левый (ая)
С – стена
Ц – центр
Д – дама
ПН – правая нога
ЛН – левая нога
ВП – вправо
ВЛ – влево
ЛТ – линия танца
ДС – диагонально к стене
ДЦ – диагонально к центру
ПП – променадная позиция
ППДК – позиция противодвижения корпуса
М – а) мужчина
 б) медленно (при описании счета)
Б – быстро (при описании счета)