

Министерство образования и науки Мурманской области  
Государственное автономное учреждение  
дополнительного образования Мурманской области  
«Мурманский областной Центр дополнительного образования «Лапландия»

**ПРИНЯТА**

методическим советом

Протокол

от «21» 04 2021 г.

№ 33

Председатель  А.Ю. Решетова

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом ГАУДО МО

«МОЦДО «Лапландия»

от «21» 04 2021 г.

№ 505

Директор  С.В. Кулаков



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«Основы бального танца»**

(стартовый уровень)

**Срок реализации:** 2 года

**Возраст учащихся:** 6-9 лет

**Составитель:**

Хотько Алексей Владимирович  
педагог дополнительного образования

Мурманск  
2021

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Область применения программы «Основы бального танца»:** программа может применяться в учреждениях дополнительного образования детей.

**Направленность программы** – художественная.

**Уровень программы** – стартовый.

Программа составлена в соответствии с требованиями следующих **нормативных правовых актов:**

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- постановлением 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»;
- Уставом ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия»;
- Годовым календарным учебным графиком Государственного автономного учреждения дополнительного образования Мурманской области «Мурманский областной центр дополнительного образования «Лапландия» на 2021/22 учебный год;
- Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся Государственного автономного учреждения дополнительного образования Мурманской области «Мурманский областной центр дополнительного образования «Лапландия».

**Актуальность программы «Основы бального танца»** заключена в том, что деятельность в танцевальном коллективе выступает не только средством музыкального, пластического, спортивно-физического, художественно-эстетического развития и образования, но и является средой для самореализации и саморазвития личности. Данная образовательная программа направлена также на усиление эстетического развития детей, повышение их общей культуры с помощью средств бальной хореографии. Стартовый уровень предполагает изучение содержания программы и доступ к профессиональным знаниям в рамках содержания программы с учётом возрастных особенностей.

**Педагогическая целесообразность** реализации программы заключается в формировании целостного потенциала личности, способствовании выработке и развитию не только коммуникабельности, но и культуре общения в танце с партнёром, преподавателем, со зрителем. Содержание программы «Основы бального танца» способствует вхождению подростка в социальную среду, оказывает помощь в освоении социальных норм, ролей и функций.

**Цель программы:** развитие творческого потенциала учащихся посредством бального танца.

В соответствии с целью определены **задачи программы:**

**Обучающие:**

- получение системы знаний в области бального танца;
- обучение первичным навыкам владения основными элементами бального танца;
- овладение основами движения;
- получение знаний об особенностях постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;

– овладение опорными знаниями, умениями и компетенциями в хореографической деятельности, обеспечивающих в совокупности необходимую базу для последующего изучения хореографии, самообразования и самовоспитания;

– развитие индивидуальных способностей ;

***Развивающие:***

– развитие личностной эмоциональной сферы через творческое самовыражение;

– развитие художественного вкуса;

– формирование навыков самостоятельной творческой деятельности;

– поиск решения личностных проблем через проигрывание сложных ролевых ситуаций;

– развитие способностей к продуктивной индивидуальной и коллективной деятельности.

***Воспитательные:***

– формирование устойчивого интереса к бальному танцу;

– воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности;

– формирование духовно-нравственных позиций;

– воспитание трудолюбия, самоотдачи, самоорганизации;

– развитие мотивации личности к познанию и творчеству;

– формирование ответственности за результаты индивидуального и коллективного творчества.

**Адресат программы:** программа предназначена для учащихся 6-9 лет.

**Форма реализации программы:** очная

**Срок реализации программы:** 2 года

1 год обучения –144 часа;

2 год обучения –216 часов.

**Форма организации занятий:** групповые занятия.

**Режим занятий:**

1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа (9 месяцев);

2 год обучения –3 раза в неделю по 2 академических часа (9 месяцев).

**Набор в группы.** Зачисление производится по заявлению родителей и/или лиц, их замещающих.

**Виды учебных занятий:** практические занятия, мастер-классы, тренинги.

**Планируемые результаты** освоения программы отслеживаются по трем компонентам: личностному, метапредметному и предметному, что позволяет определить динамическую картину творческого развития обучающихся.

**Ожидаемые результаты 1 года обучения**

***Предметные:***

– знание понятийно-категориального аппарата спортивно-бальных танцев;

– знание первичных навыков владения основными элементами бального танца;

– знание основ движения;

– знание об особенностях постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;

– владение знаниями и умениями в сфере хореографической деятельности, обеспечивающими в совокупности необходимую базу для последующего знакомства с хореографией;

– развитие индивидуальных способностей ;

***Метапредметные:***

– развитие мотивации личности к творчеству и познанию;

– формирование навыка организации совместной деятельности в группе;

– развитие потребности в самостоятельности и ответственности.

***Личностные:***

– наличие интереса к занятиям по программе;

– владение культурой общения и культурой поведения на занятиях и выступлениях;

– воспитание эстетического вкуса;

- развитие коммуникативных навыков.

### **Ожидаемые результаты 2 года обучения**

#### *Предметные:*

- исполнение в соответствии с методическими правилами программных танцевальных движений и упражнений;
- умение комбинировать движения в соответствии с логической целесообразностью;
- умение самостоятельно сочинять сложные танцевальные комбинации на основе изученных движений бального танца ;
- умение осуществлять самоконтроль и взаимоконтроль при выполнении методических правил программных танцевальных движений и упражнений;
- умение реализовывать полученные навыки в выступлении.

#### *Метапредметные:*

- воспитание коммуникабельности;
- совершенствование мотивационных навыков личности к познанию и творчеству;
- воспитание трудолюбия, самоотдачи;

#### *Личностные:*

- развитие личностной эмоциональной сферы через творческое самовыражение;
- формирование навыков самостоятельной творческой деятельности;
- пополнение арсенала знаний в области культуры и искусства.

**Формы аттестации на завершающем этапе реализации программы:** аттестация на завершающем этапе реализации программы проходит в следующих формах:

- открытое занятие;
- результаты выступлений на конкурсах, фестивалях, соревнованиях различного уровня (в соответствии с положениями о конкурсах, фестивалях и соревнованиях).

### **Учебный план 1 года обучения**

№ п/п	Перечень разделов, тем	1 год обучения			Форма контроля
		теория	практика	всего часов	
1.	Вводное занятие	1	1	2	Наблюдение, собеседование
2.	Тренаж на разогрев мышц	10	52	62	Наблюдение, обсуждение, самостоятельная работа, опрос.
3.	Постановка корпуса, рук, головы на середине зала	10	26	36	Наблюдение, обсуждение, самостоятельная работа, опрос.
4.	Танцы начального уровня в парах	5	17	22	Наблюдение, самостоятельная работа, опрос.
5.	Танцевальные шаги	5	15	20	Наблюдение, обсуждение, самостоятельная работа, опрос.
6.	Заключительное занятие	1	1	2	Анализ, опрос, диагностика
	<b>Всего:</b>	<b>32</b>	<b>112</b>	<b>144</b>	

### **Содержание программы 1 года обучения**

№	Наименование программного раздела	Содержание программного раздела			
		Теоретический блок	Кол. час.	Практический блок	Кол. час.
1.	Вводное занятие	<p>Гигиенические требования к занятиям спортивным танцем. Требования к форме для занятий.</p> <p>Объяснение правил игр на знакомство и психологическую адаптацию в группе «Как тебя зовут?», «Я и мы», «Мой друг – Вежливость».</p> <p>Беседа о правилах поведения и гигиены на занятиях хореографии.</p> <p>Рассказ о искусстве бального танца.</p> <p>Разучивание танцевального приветствия (поклона).</p> <p>Разучивание понятий «простой шаг», «танцевальный шаг».</p>	1	<p>Входная диагностика. Игры «Как тебя зовут?», «Я и мы», «Мой друг – Вежливость».</p> <p>Игра «Путешествие в страну Танца».</p> <p>Исполнение поклона.</p> <p>Исполнение танцевального шага по кругу и диагонали.</p>	1
2.	Тренаж на разогрев мышц	<p>Понятия «стопа», «подъем», «вытянутый подъем», «сокращенный подъем» «выворотность»;</p> <p>Объяснение методических правил исполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для развития стопы;</li> <li>- упражнений для развития выворотности в коленном суставе;</li> <li>- упражнений для развития выворотности в тазобедренном суставе;</li> <li>- упражнений для развития пресса, гибкости и укрепления мышц спины;</li> <li>- упражнений для развития танцевального шага.</li> </ul>	10	<p>Исполнение в соответствии с методическими правилами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для развития стопы;</li> <li>- упражнений для развития выворотности в коленном суставе;</li> <li>- упражнений для развития выворотности в тазобедренном суставе;</li> <li>- упражнений для развития пресса, гибкости и укрепления мышц спины;</li> <li>- упражнений для развития танцевального шага.</li> </ul>	6 8 16 14 8
3.	Постановка корпуса, рук, ног, головы на середине зала	<p>Объяснение понятий «корпус», «устойчивость», «полупальцы», шестая (параллельная) позиция ног.</p> <p>Объяснение методических правил исполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для плечевого пояса;</li> <li>- упражнений для головы, мышц шеи;</li> <li>- упражнений для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности кистей,</li> </ul>	10	<p>Исполнение в соответствии с методическими правилами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для плечевого пояса;</li> <li>- упражнений для головы, мышц шеи;</li> <li>- упражнений для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности кистей, эластичности мышц плеча и предплечья;</li> </ul>	2 1 4

		эластичности мышц плеча и предплечья; - упражнений для торса и развития поясного отдела; - упражнений для развития подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнений для развития мышц и выворотности ног; - упражнений для укрепления мышц живота и спины; - упражнений для развития музыкально – ритмических навыков.		- упражнений для торса и развития поясного отдела; - упражнений для развития подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра; - упражнений для развития мышц и выворотности ног; - упражнений для укрепления мышц живота и спины; - упражнений для развития музыкально – ритмических навыков.	4 4 5 3 3
4.	Танцы начального уровня в парах	Объяснение методических правил исполнения танцев: - Вару-вару; - Чипи-чип; - Танец на барабане; - Модный рок; - Солнышко.	5	Выполнение танцев в соответствии с методическими правилами: - Вару-вару; - Чипи-чип; - Танец на барабане; - Модный рок; - Солнышко.	4 3 3 4 3
5.	Танцевальные шаги	Объяснение методических правил выполнения упражнений: - сценического шага; - шагов на полупальцах; - шагов с поднятыми коленями; - семенящего шага (бега); - бега с поднятыми коленями; - подскоков.	5	Выполнение в соответствии с методическими правилами: - сценического шага; - шагов на полупальцах; - шагов с поднятыми коленями; - семенящего шага (бега); - бега с поднятыми коленями; - подскоков.	2 2 2 2 3 4
6.	Заключительное занятие	Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на первом году обучения (по всем программным разделам).	1	Исполнение основных упражнений всех программных разделов в соответствии с методическими правилами	1

### Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Перечень разделов, тем	2 год обучения			Форма контроля
		теория	практика	всего часов	
1.	Вводное занятие	1	1	2	Наблюдение, собеседование
2.	Тренаж на разогрев мышц	15	57	72	Наблюдение, обсуждение, самостоятельная работа, опрос.
3.	Элементы Латиноамериканской программы	15	40	55	Наблюдение, самостоятельная

					работа, опрос.
4.	Элементы Европейской программы	10	35	45	Обсуждение, наблюдение, самостоятельная работа, опрос.
5.	Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	6	20	26	Обсуждение, наблюдение, самостоятельная работа, опрос.
6.	Танцевальные шаги	4	10	14	Самостоятельная работа, наблюдение, опрос.
7.	Аттестация на завершающем этапе реализации программы	1	1	2	Аттестация
	<b>Всего:</b>	<b>52</b>	<b>164</b>	<b>216</b>	

### Содержание программы 2 года обучения

№	Наименование программного раздела	Содержание программного раздела			
		Теория	Кол. час.	Практика	Кол. час.
1.	Вводное занятие	Повторение правил поведения и гигиены на занятиях. Повторение правил исполнения движений, изученных на первом году обучения. Понятия «свободная нога», «опорная нога».	1	Повторение движений, изученных на первом году обучения, в соответствии с методическими правилами.	1
2.	Тренаж на разогрев мышц	Повторение методических правил исполнения упражнений: - для развития стопы; - упражнений для развития выворотности в коленном суставе; - упражнений для развития выворотности в тазобедренном суставе; - упражнений для развития пресса, гибкости и укрепления мышц спины; - упражнений для развития танцевального шага.	3	Повторение и совершенствование исполнения: - упражнений для развития стопы; - упражнений для развития выворотности в коленном суставе; - упражнений для развития выворотности в тазобедренном суставе; - упражнений для развития пресса, гибкости и укрепления мышц спины; - упражнений для развития танцевального шага.	15
		Объяснение методических правил исполнения упражнений: - подготовки к упражнению passé; - подготовки к упражнению battements developpes в положении сидя и лежа; - подготовку к упражнению	12	Выполнение и разучивание в соответствии с методическими правилами: - подготовки к упражнению passé; - подготовки к упражнению battements developpes в положении сидя и лежа; - подготовку к упражнению	8 14 12

		grand battements jetes (броски ног) в положении сидя и лежа; - растяжки.		grand battements jetes (броски ног) в положении сидя и лежа; - растяжки.	8
3.	Элементы Латиноамериканской программы	Объяснение методических правил исполнения упражнений и движений стоя в центре зала: - 1, 2, 3, 5 позиций ног; - relevés на полупальцы по 6 позиции; - demi plies по 1 параллельной и свободной позициям; - основные движения танцев Самба, Ча-ча-ча, Джайв	15	Выполнение и разучивание в соответствии с методическими правилами: - 1, 2, 3, 5 позиций ног; - relevés на полупальцы по 6 позиции; - demi plies по 1 параллельной и свободной позициям; - основные движения танцев Самба, Ча-ча-ча, Джайв	40
4.	Элементы Европейской программы	Объяснение методических правил исполнения упражнений и движений в центре зала: - упражнений на постановку корпуса; - упражнений на постановку позиции рук в танце; - основные фигуры танцев: Медленный вальс, Квикстеп	10	Выполнение и разучивание в соответствии с методическими правилами: - упражнений на постановку корпуса; - упражнений на постановку кистей рук в спортивном танце; - основные фигуры танцев: Медленный вальс, Квикстеп	35
5.	Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Объяснение методических правил исполнения танцев: - Полька; - Рилио; - Фигурный вальс; - Русский лирический; - Сударушка:	6	Выполнение танцев в соответствии с методическими правилами: - Полька; - Рилио; - Фигурный вальс; - Русский лирический; - Сударушка	20
6.	Танцевальные шаги	Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на первом году обучения: - сценического шага; - шагов на полупальцах; - шагов с поднятыми коленями; - семенящего шага (бега); - бега с поднятыми коленями; - подскоков.	1	Повторение и совершенствование исполнения: - сценического шага; - шагов на полупальцах; - шагов с поднятыми коленями; - семенящего шага (бега); - бега с поднятыми коленями; - подскоков.	4
		Объяснение методических правил исполнения упражнений: - шага с переступаниями; - переменного шага.	3	Выполнение и разучивание в соответствии с методическими правилами: - шага с переступаниями; - переменного шага.	6
7.	Аттестация на завершающем этапе реализации программы	Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на втором году обучения (по всем программным разделам).	1	Итоговая диагностика на завершающем этапе обучения. Исполнение основных упражнений всех программных разделов в	1



				соответствии с методическими правилами.	
--	--	--	--	---	--

## **Комплекс организационно-педагогических условий**

**Календарный учебный график по программе «Основы бального танца» (стартовый уровень) (Приложение № 1)**

### **Ресурсное обеспечение программы**

#### **1. Материально-техническое обеспечение программы**

Для успешной реализации программы необходимы:

- кабинет площадью не менее 100 м.кв. с зеркалами, с паркетным покрытием пола, с естественной вентиляцией, освещением и температурным режимом, соответствующим санитарно-гигиеническим нормам;
- танцевальная площадка не менее 240 м.кв. для репетиций выступлений;
- музыкальный центр для воспроизведения музыкального сопровождения;
- компьютер и LCD экран для демонстрации видеоматериала;
- раздевалка мужская и женская;
- специальная форма и обувь для учебных занятий;
- костюмерная для хранения сценических костюмов;
- фонотека с записью фонограмм для концертных номеров;
- комплект видеозаписей хореографических постановок;
- специальная и методическая литература по бальной хореографии.

#### **2. Информационно-методическое обеспечение**

**Формы и методы** организации учебно-воспитательного процесса:

- словесный (устное объяснение, лекция, беседа);
- наглядно-иллюстративный (показ педагогом, демонстрация, разбор фото-видеозаписей);
- практический (упражнения, игры, тренинг);
- метод проблемного обучения (самостоятельный поиск решения, создание проблемных ситуаций);
- метод игры.

Программа строится на следующих принципах общей педагогики:

- принцип доступности материала, что предполагает оптимальный для усвоения объем материала, переход от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- принцип системности определяет постоянный, регулярный характер его осуществления;
- принцип последовательности предусматривает строгую поэтапность выполнения практических заданий и прохождения разделов, а также их логическую преемственность в процессе осуществления.

#### **Формы демонстрации результатов обучения**

- открытые занятия;
- участие в конкурсах, фестивалях, концертной деятельности.

#### **Формы контроля за усвоением программы:**

- опрос;
- проверка самостоятельной работы;
- обсуждение;
- наблюдение;
- лист учебных достижений (заполняется при проведении промежуточной (декабрь-январь, май) диагностики обучающихся и аттестации на завершающем этапе реализации программы.

### Формы и виды контроля:

– **текущий контроль** – предполагает систематическую проверку и оценку знаний, умений и навыков по конкретным темам в течение учебного года;

– **входящая диагностика учащихся** – имеет диагностические задачи и осуществляется в начале учебного года (результаты заносятся в диагностическую карту). Цель – зафиксировать начальный уровень подготовки учащихся, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью;

– **промежуточная аттестация** осуществляется в середине учебного года с целью оценки теоретических знаний, а также практических умений и навыков по итогам полугодия, может проводиться в форме открытого занятия, участия в традиционных конкурсах, фестивалях различного уровня. Промежуточный контроль проводится также в форме – открытых занятий с последующим детальным обсуждением, на котором присутствуют руководитель объединения, учащиеся и приглашенные родители или лица, их заменяющие. В течение учебного года проводятся диагностические мероприятия (наблюдение, контрольные микросрезы, контрольные занятия, конкурсные выступления,) с целью педагогического анализа и оценки результатов обучения.

– **аттестация на завершающем этапе реализации программы** проводится в конце учебного года и предполагает комплексную проверку образовательных результатов по всем ключевым направлениям. Аттестация на завершающем этапе проводится в форме открытого занятия или конкурсного выступления.

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся Государственного автономного учреждения дополнительного образования Мурманской области «Мурманский областной центр дополнительного образования «Лапландия».

### Диагностическая карта

\_\_\_\_\_ учебный год ( \_\_\_\_\_ полугодие)

Объединение \_\_\_\_\_

Уровень \_\_\_\_\_ Год \_\_\_\_\_

обучения \_\_\_\_\_ № группы \_\_\_\_\_

Возраст учащихся: \_\_\_\_\_ ФИО педагога д/о \_\_\_\_\_

№	Фамилия, имя учащегося	Владение основными принципами движения		Органичное исполнение движений		Уровень творческой активности		Способность к коммуникации и сотрудничеству	
		Начало уч.г.	Конец уч.г.	Начало уч.г.	Конец уч.г.	Начало уч.г.	Конец уч.г.	Начало уч.г.	Конец уч.г.
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									

**Выводы:**

Оценка проводится по трехуровневой системе:

Н – низкий уровень освоения программы;

С – средний уровень освоения программы;

В – высокий уровень освоения программы.

**Уровни образовательных результатов обучающегося и их критерии (1 год обучения):**

***Низкий***

- выполняет заданный ритмический рисунок с ошибками;
- не взаимодействует с партнером;
- не обращает внимания на качество своей работы;
- легко выполняет задания только после показа педагога или других участников творческого процесса;
- не внимателен к партнеру;
- не владеет правилами движения в зале.

***Средний***

- не всегда уверенно исполняет задания тренинга движения (зависит от сложности задания);
- проявляет упорство в достижении положительного результата, однако не достаточно терпелив и трудолюбив в качественном выполнении заданных упражнений;
- проявляет интерес к видео материалу;
- творчески подходит к выполнению заданий;
- самооценку и самоконтроль проявляет эпизодически;
- взаимодействует с членами творческой группы и всего коллектива;
- владеет правилами движения в зале.

***Высокий***

- уверенно держится в танцевальном зале,
- проявляет интерес к самостоятельному поиску видео материала, изучению истории бального танца;
- проявляет лидерские качества;
- способен к импровизации;
- упорен в достижении положительного качественного результата, самоконтроль и самооценка постоянны;
- легко взаимодействует с членами группы;
- уверенно владеет правилами движения в зале.

**Уровни образовательных результатов обучающегося и их критерии (2 год обучения):**

***Низкий***

- ошибается в воспроизведении заданного ритмического рисунка;
- не внимателен, не проявляет интерес к наблюдению за окружающими;
- не качественно выполняет задания тренинга;
- легко выполняет задания только после показа педагога или других участников творческого процесса, интерес к импровизации слабый;
- предпочитает одиночное движение, не требующее взаимодействия с партнёром;
- частично владеет терминологией.

***Средний***

- не всегда ритмичен;
- проявляет активный интерес к выполнению творческих заданий танцевального тренинга;
- любит импровизировать в сочетании фигур;
- упорен в достижении положительного, но не всегда качественного результата;
- самооценку и самоконтроль проявляет эпизодически;
- внимателен к партнеру, уважаем в коллективе;
- хорошо владеет терминологией.

### **Высокий**

- свободно чувствует себя в танцевальном зале, самооценка и самоконтроль постоянны;
- проявляет интерес к самостоятельному подбору и освоению видео материала;
- способен создавать импровизационные композиции;
- упорен и последователен в достижении положительного качественного результата, вынослив, терпелив, трудолюбив;
- стремится к конкурсной деятельности;
- чувствует партнера и легко подстраивается под него;
- уважаем в коллективе;
- грамотно использует терминологию.

## **Перечень информационно-методических материалов и литературы**

### **Список литературы для педагогов**

1. Барышникова Т. Г. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2001. - 256с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – СПб., 2002.- 40 с.
3. Бухвостова Л. В., Щекотина А. С. Композиция и постановка танца. – Орел, 2001. - 130 с.
4. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. – М.: Издательство ГНОМид, 2003. - 120 с.
5. Громова О. Н. 50 упражнений с музыкальным сопровождением. – М.: Издательство ГНОМид, 2002.-64 с.
6. Джозеф С. Х. Тело танцора. – М.: Новое слово, 2004.-76 с.
7. Ермолаева М. Г. Игра в образовательном процессе. – СПб.: КАРО, 2008.-122с.
8. Мессерер А. М. Танец. Мысль. Время. – М. : Искусство, 1990. -259 с.
9. Мочалов Ю. Н. Композиция сценического пространства. – М.: Музыкальная литература, 2001. - 239 с.
10. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. - 272 с.
11. Панова В. А., Соковикова Н. В. Психофизиологические процессы и функция ритма в воспитании танцевальных движений: Проблемы танцевальной педагогической деятельности. – Новосибирск, 2002. - 113 с.
12. Сапогов А. А. Гармония духа и материи. – СПб.: ГИПЕРИОН, 2003.-349 с.
13. Фомин А. С. Детский танец в системе воспитания и образования. – М.: Педагогика, 1998. - 55с.
14. Федорова Г. П. Поиграем, потанцуем. – СПб.: Детство-пресс, 2002. - 48 с.
15. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев / Перевод и ред. Ю.С. Пина – М.С-П., 1993. – 49 с.
16. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. – Лондон. Имперское общество учителей танцев. /Перевод и редакция Ю.С. Пина. – М., С-П., 1992.-146 с.
17. Щербакова Н. А. От музыки к движению. – Москва, 2001. - 56 с.
18. Бальные танцы / ред. М. Заламане. - М.: Рига, 2005. - 319 с.
19. Бальные танцы. - М.: Latvijas Valsts Izdevnieciba, 2013. - 322 с.
20. 25. Рассел, Джесси Бальные танцы / Джесси Рассел. - М.: VSD, 2012. - 930 с.
21. Эндриус Т. Магия танца. - Москва: Высшая школа, 2015. - 256 с.
22. Буйлова Л.Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ // Молодой ученый.–2015.– №15. –С.567-572с.
23. Санец Д.И. Образовательная программа дополнительного образования детей (адаптированная) «Основы бального танца для дошкольников».– М. 2016.– 24с.

### **Список литературы для учащихся**

1. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2004.- 159 с.
2. Браиловская Л. В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. - 156 с.
3. Васильева Т. К. Секрет танца. - СПб.: 1997. - 479 с.
4. Володина О. В., Анисимова Т.Б. Самоучитель клубных танцев Funk, Trance, House. - Ростов на Дону: 2005.-155с.

5. Дункан А. Моя жизнь. Танец будущего. – М.: 1992. - 191 с.
6. Дыкман Л. Я. Гармоничный ребенок. Как этого достичь? Труд, игры, творчество, праздники года. – СПб.: Дамаск, 1999. - 176с.

#### **Список литературы для родителей**

1. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. – М.: 2003. - 512 с.
2. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1991.- 93 с.
3. Гальперин С. И. Анатомия и физиология человека. Возрастные особенности с основами школьной гигиены. – Москва, 1974.-468 с.
4. Эндрюс Т. Магия танца. - Москва: Высшая школа, 2015. - 256 с.

#### **Электронные ресурсы**

1. Бальные танцы [Электронный ресурс] .- URL: <http://ballroom-dances.ru/page/malenkij-vals-dlua-detej> (дата обращения: 07.04.2021).
2. Федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла [Электронный ресурс]. - URL: <https://fdsarr.ru/dance/documents/> (дата обращения: 07.04.2021).

**Календарный учебный график по программе**  
«Основы бального танца» (стартовый уровень) г. об. группа №

Педагог: Хотько А.В., педагог дополнительного образования

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: 2 раза в неделю по 2 часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю): 04.11.2021, 07.01.22, 23.02.2022, 08.03.2022, 1.05.2022, 9.05.2022

Каникулярный период:

- осенние каникулы –
- зимние каникулы –
- весенние каникулы –
- летние каникулы –

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Теория/ практика	2	Вводное занятие.	Лапландия к.304	Наблюдение, собеседование
2.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
3.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
4.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
5.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
6.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
7.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц	Лапландия	Самостоятельная

				практика		Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	к.304	работа, опрос,
8.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
9.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
10.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
11.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
12.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
13.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,
14.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
15.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
16.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
17.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
18.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
19.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,

						бальных танцев		
20.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
21.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
22.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
23.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
24.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
25.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,
26.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
27.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
28.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
29.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
30.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
31.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,



32.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
33.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
34.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
35.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
36.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
37.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,
38.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
39.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
40.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
41.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
42.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
43.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,
44.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц	Лапландия	Наблюдение,

				практика		Элементы Европейской программы	к.304	обсуждение, опрос.
45.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
46.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
47.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
48.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
49.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,
50.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
51.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
52.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
53.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
54.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
55.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,
56.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение,

								опрос.
57.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
58.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
59.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
60.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
61.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,
62.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.
63.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
64.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
65.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
66.				Практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
67.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Самостоятельная работа, опрос,
68.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.304	Наблюдение, обсуждение, опрос.

69.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.304	Наблюдение, опрос, обсуждение,
70.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.304	Наблюдение.
71.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.304	Наблюдение, самостоятельная работа.
72.				Теория/ практика	2	Заключительное занятие	Лапландия к.304	Аттестация
<b>Всего:144 часа</b>								

**Календарный учебный график по программе**  
 «Основы бального танца» (стартовый уровень) 2 г. об. группа № 1

Педагог: Хотько А.В., педагог дополнительного образования

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: 2 раза в неделю по 2 часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю): 04.11.2021, 07.01.22, 23.02.2022, 08.03.2022, 1.05.2022, 9.05.2022

Каникулярный период:

- осенние каникулы –
- зимние каникулы –
- весенние каникулы –
- летние каникулы –

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

1.				Теория/ практика	2	Вводное занятие	Лапландия к.305	
2.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
3.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
4.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
5.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
6.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
7.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,

8.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
9.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
10.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы балльных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
11.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
12.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
13.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
14.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
15.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы балльных танцев	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
16.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
17.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
18.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
19.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос,

								обсуждение,
20.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение.
21.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
22.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
23.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
24.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
25.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
26.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
27.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
28.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
29.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
30.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение.
31.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
32.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц	Лапландия	Наблюдение,

				практика		Танцевальные шаги	к.305	обсуждение, опрос.
33.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
34.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
35.				Теория/пра ктика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы балльных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
36.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
37.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
38.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
39.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
40.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы балльных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
41.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
42.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
43.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
44.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.



45.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
46.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
47.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
48.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
49.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
50.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
51.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
52.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
53.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
54.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
55.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
56.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
57.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос,

								обсуждение,
58.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
59.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
60.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение.
61.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
62.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
63.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
64.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
65.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
66.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
67.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
68.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
69.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.

70.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение.
71.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
72.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги		Наблюдение, обсуждение, опрос.
73.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
74.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
75.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
76.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
77.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
78.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
79.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
80.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
81.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
82.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение,

								опрос.
83.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
84.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
85.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы балльных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
86.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
87.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
88.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
89.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
90.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы балльных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
91.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
92.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
93.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
94.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение.
95.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,

						программы бальных танцев		
96.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
97.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
98.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
99.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
100.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение.
101.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, самостоятельная работа.
102.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение.
103.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Латиноамериканской программы	Лапландия к.305	Самостоятельная работа, опрос,
104.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Элементы Европейской программы	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
105.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Основы исполнения отечественной программы бальных танцев	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос, обсуждение,
106.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, обсуждение, опрос.
107.				Теория/ практика	2	Тренаж на разогрев мышц Танцевальные шаги	Лапландия к.305	Наблюдение, опрос,

								обсуждение,
108.				Теория/ практика	2	Аттестация на завершающем этапе реализации программы	Лапландия к.305	Диагностика на завершающем этапе обучения
Всего: 216 часов								