

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
ГОРОД КРАСНОДАР**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «ЮБИЛЕЙНАЯ»**

**ПРИНЯТА**  
на заседании педагогического совета  
МБОУ ДО СШ «Юбилейная»  
от «24» апреля 2023 года  
протокол № 4

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом МБОУ ДО СШ «Юбилейная»  
от «24» апреля 2023 года  
№ 20-П

Тюрин М.А.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ПО ВИДУ СПОРТА  
ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ  
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ)**

**Уровень программы: ознакомительный**

**Срок реализации – 1 год: 230 часов**

**Возрастная категория: – 6-18 лет**

**Форма обучения: очная**

**Вид программы: модифицированная**

**Программа реализуется на бюджетной основе**

**ID – номер Программы в Навигаторе: 1672**

**Авторы программы:**  
Гарбуз Елена Николаевна – заместитель директора по спортивной работе МБОУ ДО СШ «Юбилейная»;  
Асадчая Оксана Евгеньевна – методист МБОУ ДО СШ «Юбилейная»;  
Скоробогатова Валентина Юрьевна тренер - преподаватель МБОУ ДО СШ «Юбилейная»;

г. Краснодар, 2023

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты**

### **1.1 Пояснительная записка**

Занятия физической культурой и спортом является неотъемлемой частью современной жизни. Двигательная активность и оздоровление организма является одним из самых важных, доступных и естественных видов деятельности, и именно здесь закладываются первые навыки индивидуального труда; умение подходить к постановке и решению двигательных задач, воспитываются организованность, ответственность, добросовестность и умение работать как индивидуально (самостоятельно), так и в коллективе, что играет немаловажную роль в процессе социализации и выработке позитивных личностных качеств обучающихся.

Именно для того, чтобы ребенок, наделенный способностью и тягой к спорту, развитию своих способностей, мог овладеть начальными умениями и навыками в танцевальном спорте, самореализоваться в спорте, научиться и пристраститься к здоровому образу жизни, разработана программа, направленная на спортивно-оздоровительное развитие обучающихся.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами в сфере образования и образовательной организации:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;

4. Федеральный приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. №11);

5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный проектным комитетом по национальному проекту «Образование» (протокол от 7 декабря 2018 г. № 3);

6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и

науки РФ;

9. Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий» от 19 марта 2020 г.;

10. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 2020 г.;

11. Положение о порядке разработки и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МБОУ ДО СШ

«Юбилейная»;

12. Устав МБОУ ДО СШ «Юбилейная».

### **1.1.1 Направленность программы.**

**Направленность** программы – спортивно-оздоровительная, в том числе направлена на обучение и становление двигательной активности применительно к виду спорта – танцевальный спорт.

### **1.1.2 Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность**

**Новизна программы** заключается в том, что она является модульной и разработана для обучающихся, которые сами стремятся заниматься танцевальным спортом. При этом дети не только разного возраста и пола, но и имеют разные стартовые способности. Педагог впервые работает с разновозрастной группой обучающихся. В данных условиях наша программа - это механизм, который определяет содержание обучения двигательным навыкам детей школьного возраста, методы работы педагога по формированию и развитию умений и навыков, приемы воспитания юных танцоров.

**Актуальность программы.** Современная образовательная среда - это условия, в которых каждый ребенок развивается соразмерно своим способностям, интересам и потребностям.

Двигательная активность является основным элементом развития ребенка, начиная с самых первых дней жизни. С раннего возраста дети чувствуют потребность в движении, в двигательном общении, испытывают тягу к занятиям спортом и физической культурой.

Именно в период детства важно реализовать потенциал ребенка, сформировать физические навыки, которые способствуют развитию творческого и спортивного мышления, приобщить детей к коллективу. Каждый ребенок находит возможность для самовыражения личности через различные виды деятельности. И спорт, а в данном случае вид спорта танцевальный спорт, дает возможность наиболее полно заявить о себе как о личности.

**Педагогическая целесообразность.** Занятия в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» на отделении танцевального спорта - это то место, где можно пообщаться со сверстниками, увлеченными этим видом спорта, вместе преодолеть комплексы и неуверенность в себе, развивать физические

качества, способности и навыки, которые помогут непосредственно пригодиться не только в спорте, но и в жизни. В результате занятий ребёнок может научиться работать в коллективе, раскрыться и проявить свои лучшие качества.

Программа способствует:

- утверждению здорового образа жизни учащихся;
- физическому воспитанию и развитию учащихся;
- развитию физических способностей и навыков, которые позволят успешно закончить обучение по программе. Перейти на базовый уровень подготовки МБОУ ДО СШ «Юбилейная» отделения танцевального спорта.

Основными формами и методами в работе с учащимися являются рассказ, объяснение, показ, упражнение, методы стимулирования, репродуктивный, объяснительно-иллюстративный.

### **1.1.3 Отличительные особенности данной программы:**

Особенность данной программы является ее двух модульный состав. Модуль **Подготовительный**, дает возможность обучающимся ознакомиться с теоретическими и практическими начальными навыками и понятиями танцевального спорта. Учащиеся изучают простейшие двигательные танцевальные действия. Развивается желание заниматься спортом. Даются базовые понятия здорового образа жизни и гигиены. Этот этап является первым звеном в системе многолетней подготовки юных спортсменов. Модуль **Интенсивный**, позволяет выявить детей, более склонных к занятиям спортом и танцевальным спортом в частности, за счет углубления изучения технических особенностей данного вида спорта и увеличения объема двигательных задач.

**Адресат программы.** Адресатом программы являются дети школьного возраста 6-18 лет, имеющие выраженные двигательные способности и обладающие интересом к активной спортивной деятельности.

К освоению дополнительной общеобразовательной программы допускаются любые лица 6-18 лет без предъявления требований к уровню образования, предоставившие **справку-допуск врача по спортивной медицине по результатам прохождения медицинского обследования для лиц желающих заниматься физической культурой и спортом в образовательной организации**, на основании регистрации в АИС «Навигатор дополнительного образования Краснодарского края» и заявления родителей (законных представителей). Специального отбора не производится.

Также в программе предусмотрено участие детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

### **1.1.4 Формы обучения и режим занятий**

**Форма обучения** – очная, при сформировавшемся запросе дистанционная (электронная форма с применением дистанционных технологий).

**Режим занятий.**

Общее количество часов: 230. Количество часов в неделю – 5.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 и 2 часа.

При очной форме продолжительность одного занятия может составлять 1 или 2 академических часа.

При 2-х часовом занятии перерыв между академическими часами составляет 5 минут.

При реализации программы в электронной форме с применением дистанционных технологий продолжительность занятий в сети Интернет составляет 20 минут (младшие школьники) и 30 мин (средние и старшие школьники). Перерыв между занятиями составляет не менее 10 мин.

Продолжительность занятия соответствует нормам СанПиН 2.4.4.3172-14 и Методическим рекомендациям по реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий от 19 марта 2020 г.

#### **1.1.5 Особенности организации образовательного процесса:**

Программа разработана на основе модульного подхода (ФЗ №273, ст.13, п.3; Порядок №196, п.10), каждый из которых представляет собой относительно самостоятельные дидактические единицы (части образовательной программы). Все модули программы взаимосвязаны друг с другом и объединены единой целью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Содержание каждого модуля формируется с учетом сохранения преемственности образовательных частей.

Программа пригодна для использования в сетевой и комбинированной формах реализации.

Состав группы – постоянный, в группе обучаются учащиеся разных возрастных категорий, занятия – групповые.

Количество детей в группе – 15-20 человек.

Увеличение нагрузки соответствует принципам регулярности и систематичности; при этом более равномерно распределяется сама нагрузка.

Учитывая особенности и содержание работы учебной группы, исходя из педагогической целесообразности, педагог может проводить занятия со всем составом учебной группы, по подгруппам.

Виды учебных занятий следующие:

- Учебное занятие.
- Занятие-игра.
- Мастер-класс.

#### **1.1.6 Уровни содержания программы, объём и сроки ее реализации** **Срок реализации программы – 1 год.**

Программа «Танцевальный спорт» имеет *ознакомительный* уровень, т.к. на этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и знакомство с основами техники танцевального спорта. Она формирует у учащихся интерес, мотивацию к выбранному виду спорта; расширяет спектр специализированных знаний для дальнейшего самоопределения, развития личностных компетенций: общекультурных, учебно-познавательных, информационных, коммуникативных.

Запланированное количество часов обучения по образовательным модулям:

Модуль «Подготовительный» – 158 часов;

Модуль «Интенсивный» – 72 часа;

### **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы** – создание условий для массового привлечения детей и подростков к занятиям танцевальным спортом в спортивно-оздоровительных группах.

**1.2.1** Цель достигается решением ведущих взаимосвязанных задач, реализующихся на основе развития двигательной активности учащихся.

#### **Задачи программы:**

##### **Образовательные (предметные)–**

- развитие физических качеств учащихся посредством танцевального спорта, овладение двигательными навыками;
- привить навыки спортивной гигиены;
- ознакомление и выполнение Правил поведения в спортивных сооружениях и на спортивных мероприятиях;
- овладение простейшими приемами вида спорта, техникой перемещений, стойки и т.д.

##### **Личностные:**

- развитие физических качеств: силы, выносливости, координации, гибкости, ловкости, скоростных качеств;
- развитие внимания, выдержки, концентрации;
- развитие потребности в занятиях физической культуры и спорта;

##### **Метапредметные:**

- воспитание навыков самоорганизации и самоконтроля, умения концентрировать внимание, слух, мышление, память;
- воспитание трудолюбия, целеустремлённости и упорства в достижении поставленных целей;
- усвоение нравственных гуманистических норм жизни и поведения;
- воспитание спортивной толерантности через участие в конкурсах и соревнованиях.

**Цели и задачи модулей** представлены в табл. 1.

Т а б л и ц а 1. Цели и задачи модулей

<b>Название модуля</b>	<b>Цель модуля</b>	<b>Задачи модуля</b>
«Подготовительный».	Создание условий для массового привлечения обучающихся занятиям танцевальным спортом	- обучить правильным базовым движениям танца; развивать желание заниматься спортом и танцевальным спортом в частности.

«Интенсивный».	Создание условий для развития физических качеств, определение детей проявляющих выдающиеся способности к танцевальному спорту	-научить правильным базовым движениям с возможностью самостоятельного их выполнения в различных сложных условиях (учебное занятие, конкурс или показательные выступления)
----------------	---	---

### **1.2.2.Содержание программы**

Программа «Танцевальный спорт» рассчитана на 1 год обучения, состоит из 2 образовательных модулей.

В программу могут вноситься необходимые изменения в название, количество часов на изучение отдельных тем, распределение часов в модуле на основании заявления педагога и листа дополнения к программе, утвержденного приказом учреждения.

Учебный план представлен в табл 2.

#### **Содержание учебного плана**

##### **Модуль «Подготовительный»**

##### **Теоретическая подготовка**

Теоретическая подготовка имеет немаловажное значение в подготовке спортсменов. Главная ее задача состоит в том, чтобы научить обучающегося осмысливать и анализировать действия как свои, так и партнера: не механически выполнять указания тренера-преподавателя, а творчески подходить к ним. Начинающих танцоров необходимо приучить посещать соревнования, изучать техническую и тактическую подготовленность соперников, следить за действиями судей, их реакцией на действия танцоров, их перемещениях по площадке, просматривать фильмы, видеофильмы и спортивные репортажи по танцевальному спорту.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке. Она органически связана с физической, технической, тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний. Танцор, как и любой другой спортсмен, должен обладать высокими моральными и волевыми качествами, быть достойным гражданином России, с честью представлять свою спортивную школу.

Воспитание морально-волевых качеств начинается с первых шагов, когда нужно научиться подчинять свои интересы общественным, выполнять все требования тренера, болеть душой за честь коллектива. Необходимо воспитать у обучающихся правильное, уважительное отношение к товарищам по спортивной школе, к соперникам, к тренеру, к судьям, к зрителям.

##### **Учебный план**

**Учебный план на 46 недель (230 часов) состоящий из 2-х модулей**

(Подготовительный – 158 часов и

Интенсивный – 72 часа)

Т а б л и ц а 2. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Модуль «Подготовительный»</b>					
1.	Теоретическая подготовка	4	4	0	Наблюдение, опрос
2.	Общая физическая подготовка	60	0	60	Наблюдение, опрос
3.	Специальная физическая подготовка	21	0	21	Наблюдение, опрос
4.	Техническая подготовка	54	0	54	Наблюдение, опрос
5.	Игровая подготовка	19	0	19	Наблюдение, опрос
	<b>Итого</b>	<b>158</b>	<b>4</b>	<b>154</b>	
<b>Модуль «Интенсивный»</b>					
1.	Теоретическая подготовка	5	5	0	Наблюдение, опрос
2.	Общая физическая подготовка	10	0	10	Наблюдение, опрос
3.	Специальная физическая подготовка	27	0	27	Наблюдение, опрос
4.	Техническая подготовка	20	0	20	Наблюдение, опрос
5.	Игровая подготовка	7	0	7	Наблюдение, опрос
6.	Итоговая аттестация	3	0	3	Наблюдение, опрос. измерение
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>5</b>	<b>67</b>	

На СО этапе необходимо ознакомить обучающихся с правилами гигиены, спортивной дисциплины и соблюдением чистоты в спортивном сооружении. Большое внимание необходимо уделять рассказам о традициях вида спорта, его истории и предназначении. Причем, в СО группах знакомство обучающихся с особенностями танцевального спорта проводится непосредственно перед занятиями или в ходе разучивания каких-либо двигательных действий, обращая их внимание на то, что данный приём или комбинацию приёмов лучше всех выполнял такой-то известный спортсмен. Основное внимание при построении бесед и рассказов направлено на то, чтобы привить будущим спортсменам гордость за выбранный вид спорта и желание добиться высоких спортивных результатов.

В теоретической подготовке необходимо уделить внимание системе контроля и самоконтроля за уровнем различных сторон подготовленности и состоянием здоровья. Примерная программа теоретических занятий для СО групп представлена в табл. 3.

Т а б л и ц а 3. Примерный план теоретической подготовки

№ п/п	Название темы	Краткое содержание темы
1.	Физическая культура и спорт в России. Танцевальный спорт в мире	Значение двигательной активности в укреплении здоровья, физического развития и подготовленности,



	и России.	в воспитании людей. Сведения о спортивных званиях и разрядах.
2.	Сведения о строении и функциях организма человека.	Костная и мышечная системы. Сердечно-сосудистая и дыхательная системы. Нервная система. Органы пищеварения и выделения. Взаимодействие органов и систем.
3.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	Воздействие на основные органы и системы под воздействием физической нагрузки.
4.	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	Личная гигиена, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Предупреждение травм, доврачебная помощь пострадавшим. Режим дня и питания.
5.	Основы терминологии танцевального спорта.	Базовые понятия и названия. Основные термины

### **Общая физическая подготовка (ОФП)**

Для решения поставленных задач используются средства общей физической подготовки: общеразвивающие упражнения; гимнастические упражнения; упражнения под музыку, которая развивает чувство ритма.

Содержание общефизической подготовки (укрепление голеностопного сустава, развитие гибкости) сочетается с хореографической подготовкой. Занятия хореографией необходимы для формирования правильной осанки, укрепления мышц спины, ног, совершенствования координации движений, что благоприятно сказывается на состоянии организма в целом.

Содержание раздела включает следующие дидактические единицы:

- позиции рук и ног;
- упражнения на осанку;
- упражнения на равновесие;
- игроритмика.

### **Специальная физическая подготовка (СФП)**

Специальная физическая подготовка

- Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.
- Музыкально-подвижные игры: «Отгадай, чей голосок», «Найди своё место», «Нитка-иголка», «Попрыгунчики-воробышки», «Совушка», «Цапля и лягушки», «У медведя во бору».
- танцевальные шаги (Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги. Поворот на 360 градусов на шагах. Шаги «Полька», «Галоп». Комбинации из изученных танцевальных шагов);
- гибкость;
- упражнения для стоп. Battement вперед сильной вытянутой ногой. Battement назад сильной вытянутой ногой. Положение «бабочка», «складочка» с вытянутыми стопами;
- упражнение на развитие гибкости спины: «Лодочка», «Лягушка», «Мостик» с пола, «Бутон», «Коробочка», растяжка на шпагат;

- упражнения на чувство ритма. Ритмические танцы: «Хоровод», «Полька-хлопушка», «Галоп шестёрками» «Если весело живётся», «Танец утят», «Кузнечик». Специальные композиции и комплексы упражнений: «Большой олень», «Мурёнка», «Чебурашка», «Я танцую»;  
-элементы классического танца. Пор де бра (перегибание назад, стоя лицом к станку). Пор де бра (наклоны) с батман тандю в сторону, стоя лицом к станку. Пор де бра, стоя боком к станку. Пор де бра на середине;  
-прыжки. Сотэ по первой позиции, сотэ по второй позиции. Тур в воздухе;

### **Техническая подготовка**

На начальном этапе осваиваются танцы: «Полька», «Утятя», «Диско», основные движения латиноамериканской программы: «Ча-ча-ча» и европейской программы: «Вальс». Первоначально движения осваиваются на месте и соло, затем в продвижении и в парах.

В дальнейшем происходит изучение движений в танцах Самба, Ча-ча, Джайв, Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, а также знакомство и изучение новых танцев: Румба, Пасодобль, Танго и Медленный Фокстрот, в соответствии с европейской, латиноамериканской программами и классами.

### **Игровая подготовка**

*Спортивные и подвижные игры.* Баскетбол, волейбол, ручной мяч, футбол, бадминтон и др. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание», «Катающаяся мишень». Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. По сигналу бег на 5, 10, 15 м из исходных положений: стойка (лицом, боком и спиной к стартовой линии), сидя, лежа лицом вверх и вниз в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами.

### **Модуль «Интенсивный»**

#### **Теоретическая подготовка**

Теоретическая подготовка в модуле «Интенсивный» сводится к углубленному изучению предыдущих тем, а также изучение оборудования и инвентаря для занятий танцевальным спортом, введение понятий техники, детальное изучение основных правил соревнований по танцевальному спорту. Больше внимание уделяется воспитанию морально-волевых качеств, которые необходимо развивать с первых шагов, нужно объяснять как подчинять свои интересы общественным, выполнять все требования тренера, болеть душой за честь коллектива. Необходимо воспитать у обучающихся правильное, уважительное отношение к товарищам по

спортивной школе, к соперникам, к тренеру, к судьям, к зрителям.  
 Примерный план теоретической подготовки представлен в табл.4

Т а б л и ц а №4. Примерный план теоретической подготовки

№ п/п	Название темы	Краткое содержание темы
1	Оборудование и инвентарь.	Применяемые в процессе соревнований и тренировки, тренажёрные устройства, технические средства.
2	Основы техники.	Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь техники и результата выступления. Характеристика технической подготовки.
3	Правила и организация соревнований по танцевальному спорту	Роль соревнований в подготовке занимающихся, правила соревнований, подготовка и участие в соревнованиях.
4	Правила поведения на спортивных мероприятиях. Правильное отношение к товарищам по команде, соперникам, судьям.	Техника безопасности при перемещении группы занимающихся внутри города и за его пределами. Правила спортивного общения и коммуникации в спорте.

### **Общая физическая подготовка (ОФП)**

ОФП в интенсивном модуле программы опирается на основные направления модуля Подготовительный. Упражнения по общей физической подготовке используются те же, что и в предыдущем модуле, но с повышенной интенсивностью и плотностью. Особое внимание уделяется хореографии, как основе для дальнейшего освоения программы.

### **Специальная физическая подготовка (СФП)**

1. Упражнения для развития амплитуды и гибкости:

Наклоны вперед, назад, в стороны с максимальным напряжением (из различных исходных положений – сидя, стоя, без опоры). Наклоном назад «мост» (лежа, стоя, с захватом ног). Шпагат, шпагат с различными наклонами вперед, назад, в сторону, со скамейки. Движением ногами (махи) в различных направлениях и с максимальной амплитудой, медленные движения ногами с фиксацией конечного положения в течение нескольких секунд.

2. Упражнения на формирование осанки совершенствование равновесия:

Различные виды ходьбы (с носка, с поворотом, острым, перекатным, пружинными шагами); выполнение упражнений с выключенным зрительным анализатором, прыжки толчком с поворотом на 1800-3600 (сериями 10 раз с открытыми глазами, 10 - с закрытыми).

### 3. Упражнения для развития координации движений:

Выполнение небольших комбинаций (без музыки и под музыку), включающих базовые шаги и элементы аэробики (с предметом и без него).

Выполнение отдельных элементов в усложненных условиях (без зрительной ориентировки, на уменьшенной площади опоры).

### 4. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:

Различные прыжки со скакалкой с постепенным увеличением продолжительности и скорости (второй год обучения). Различные эстафеты и игры с бегом и прыжками, используя мячи, обручи и др. предметы.

Прыжки на месте и с продвижением на одной, двух ногах (высоту прыжка постепенно увеличивать). Прыжки с предметами в руках и с грузами. Особое внимание уделяют развитию физических качеств. В настоящее время выделяют 7 основных физических способностей:

- координация - способность к целесообразной организации мышечной деятельности и ловкость - способность осваивать новые движения и перестраивать деятельность в соответствии с обстановкой, для развития применяются - задания, игры, эстафеты, включающие сложно-координированные действия и упражнения с предметами;

- гибкость - подвижность в суставах - способность выполнять движений по большой амплитуде пассивно и активно, ее развитию способствуют упражнения на развитие подвижности различных суставов - пружинное растягивание, махи, фиксация поз, расслабление;

- сила - способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий в статических и динамических движениях, существуют;

- упражнения на силу мышц рук, ног, туловища: сгибание и разгибание, отведение и приведение, круговые движения, бег, прыжки, выпады, приседы;

- быстрота - способность быстро реагировать и выполнять движения с большой скоростью и частотой, развивается при выполнении упражнений на развитие скорости реакции, скорости и частоты движений при выполнении основных упражнений;

- прыгучесть - скоростно-силовое качество, проявляющееся в высоте отталкивания, ее развитию способствуют упражнения на развитие силы, скорости и высоты отталкивания, а также прыжковой выносливости;

- равновесие - способность сохранять устойчивое положение в статических и динамических упражнениях, совершенствуется в процессе сохранения устойчивого положения в усложненных условиях: после динамических движений, после раздражения вестибулярного анализатора, с выключенным зрением, на уменьшенной, повышенной опоре;

- выносливость - способность противостоять утомлению, вырабатывается в процессе выполнения различных заданий на фоне утомления.

### **Техническая подготовка.**

Хореографическая подготовка двигательно обогащает спортсменов (ок), содействует разнообразию их деятельности и расширению средств выразительности в соревновательных программах, формирует правильное понимание красоты поз, линий, положений и движений тела, развивает культуру движений, а также воспитывает музыкальность ритмичность, эмоциональность и выразительность.

Формирование умений понимать музыку и выполнять движения в соответствии с ее характером, темпом, ритмом, динамикой. Этот вид подготовки предполагает: знакомство с элементами музыкальной грамоты; формирование умения слушать и понимать музыку, различать средства музыкальной выразительности; развитие умения согласовывать движения с музыкой и средствами музыкальной выразительности; совершенствования творческих способностей - поиска соответствующих музыке движений.

Средствами технической подготовки являются: теоретические основы музыкальной грамоты; специальные упражнения на согласование движений с музыкой; творческие задания и импровизация; музыкальные игры.

Формы организации технической подготовки:

- специальные занятия техники исполнения элементов;
- практические задания на связь движений с музыкой или отдельными средствами музыкальной выразительности;
- музыкальные игры;

#### **Игровая подготовка**

Спортивные и подвижные игры Подготовительного модуля. Баскетбол, волейбол, ручной мяч, футбол, бадминтон и др. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание», «Катающаяся мишень».

#### **Итоговая аттестация**

Итоговая аттестация включает в себя определение:

- общефизического уровня подготовки обучающегося;
- танцевальных умений и навыков;
- определение уровня личностного развития учащихся;

### **1.3. Планируемые результаты**

#### **Планируемые результаты обучения**

**Предметные:** учащиеся ознакомлены с видом спорта – танцевальный спорт; освоили правильные танцевальные перемещения и позиции; расширили познания в области истории выбранного вида спорта; владеют простейшими навыками владения телом; знают основы гигиены спорта.

**Личностные:** у учащихся развиты индивидуальность, активность и импровизационные способности; развиты спортивный азарт и спортивное трудолюбие; развиты навыки общения.

**Метапредметные:** у учащихся сформирована устойчивая мотивация к

самовыражению, как в занятиях танцевальным спортом, так и в жизни; приобретен положительный социальный опыт в процессе тренировочной работы как в группе, так и индивидуально; воспитано чувство патриотизма, уважения к спортивным достижениям национальных спортсменов на различных уровнях; сформировано умение взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации**

**2.1 Календарный учебный график** программы является составной частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, содержит в себе комплекс основных характеристик, представленных в Таблице 3, для каждой учебной группы .

**Даты начала и окончания учебных периодов/этапов** – учебный год начинается с 1 января и заканчивается 31 декабря.

**Количество учебных недель или дней** – программа предусматривает обучение в течение 46 недель.

**Продолжительность каникул** – в период зимних каникул проводятся мероприятия по программе, по расписанию; в период осенних и весенних каникул занятия проводятся по программе, по расписанию; в летний период организуется работа по программе, по расписанию.

**Сроки контрольных мероприятий** – обозначены в календарном учебном графике.

### **2.2 Условия реализации программы**

Для успешного выполнения данной программы необходимы следующие средства обучения:

**1. Материально-техническое обеспечение** – светлый, просторный,

теплый зал с музыкальным оборудованием, раздевалки.

- напольное покрытие, подходящее для занятий;
- зеркала;
- хореографический станок;
- музыкальный центр;
- гимнастические коврики (кол-во не менее числа учащихся);
- скакалки, мячи, утяжелители.

**2. Информационное обеспечение** – возможность выхода в сеть Интернет.

### **3. Кадровое обеспечение**

Реализация данной программы предусматривает привлечение тренера-преподавателя дополнительного образования, имеющего:

- высшее (среднее специальное) педагогическое или спортивное образование.

- среднее профессиональное образование - программы подготовки

специалистов среднего звена или высшее образование - бакалавриат, направленность (профиль) которого, как правило, соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися, или преподаваемой дисциплине (модулю);

- дополнительное профессиональное образование
- - профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися, или преподаваемой дисциплине (модулю).

Критерии отбора педагога:

- профессионально-педагогическая компетентность, наличие теоретической и практической подготовки в соответствии с профилем деятельности;
- профессионально-педагогическая информированность;
- умение творчески применять имеющиеся знания на практике, программировать свою деятельность, анализировать и развивать свой опыт с учетом современных условий;
- знание основных законодательных и нормативных документов по вопросам образования и защиты прав учащихся.

### **2.3 Формы контроля и аттестации**

Определять уровень качества обучения и отслеживать реальную степень соответствия того, что ребенок усвоил заданные требования, а также внесение соответствующих коррективов в процесс его последующего обучения необходимо на всех этапах реализации программы.

В учреждении принята система мониторинга дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Педагогический мониторинг включает в себя:

- определение уровня межличностного развития обучающихся;
- итоговая диагностика, в конце учебного года, либо в конце освоения программы;
- наблюдения за социально-значимой деятельностью учащихся, в которых отражаются все достижения и результаты в предметной, метапредметной сфере.

#### **Формы отслеживания образовательных результатов:**

беседа, педагогическое наблюдение, контрольные занятия, подвижные, матчевые, товарищеские игры внутри коллектива и внутри спортивной школы, открытые и итоговые занятия, тестирование.

**Формы фиксации образовательных результатов:** грамоты, дипломы, протоколы, фото, отзывы родителей и педагогов.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** открытые занятия, выступления детей в конкурсах и фестивалях, участие в городских мероприятиях и праздниках.

### **2.4 Оценочные материалы**

На первых занятиях в учебных группах тренер-преподаватель проводит

первичное тестирование, для определения функционального состояния занимающегося, для этого проводятся стандартные тесты.

По окончании обучения по программе, для определения достижения учащимися планируемых результатов проводится диагностика согласно сдачи контрольных упражнений.

### Календарный учебный график

Таблица

3

Учебная неделя	Раздел учебного плана	Время проведения занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения
<b><u>Модуль Подготовительный</u></b>					
1	Теория ОФП Хореография	<b>По утвержденному расписанию</b>	5	Очная/ дистанционная	
2	Теория ОФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
3	Теория ОФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
4	Теория ОФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
5	Теория ОФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
6	Теория СФП Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
7	ОФП СФП Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
8	ОФП СФП Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
9	ОФП СФП Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
10	ОФП СФП Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
11	ОФП СФП Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
12	ОФП СФП Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
13	ОФП СФП Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
14	ОФП СФП Игровая под-ка		5	Очная/ дистанционная	



15	ОФП СФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
16	ОФП СФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
17	ОФП СФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
18	ОФП СФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
19	ОФП СФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
20	ОФП СФП Хореография		5	Очная/ дистанционная	
21	ОФП СФП		5	Очная/ дистанционная	
22	СФП Хореография Игровая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
23	СФП Хореография Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
24	СФП Хореография Техническая под-к		5	Очная/ дистанционная	
25	СФП Хореография Техническая подготовка		5	Очная/ дистанционная	
26	ОФП Техническая под-ка Игровая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
27	Техническая под-ка Игровая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
28	ОФП Игровая под-ка Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
29	СФП Игровая под-ка Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
30	ОФП Игровая под-ка Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
31	Игровая подготовка Итоговое занятие.		5	Очная/ дистанционная	

## 2-й Модуль

1	Теория Хореография СФП	<b>По утвержденному расписанию</b>	5	Очная/ дистанционная	
2	Теория ОФП Игровая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
3	ОФП Хореография Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
4	ОФП		5	Очная/	

	Хореография Техническая под-ка			дистанционная	
5	ОФП Хореография Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
6	ОФП Хореография Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
7	ОФП Хореография Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
8	СФП Игровая под-ка Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
9	СФП Игровая под-ка Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
10	СФП Игровая под-ка Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
11	СФП Игровая под-ка Техническая под-ка		5	Очная/ дистанционная	
12	СФП Игровая под-ка Техническая под-ка				
13	ОФП Хореография Техническая под-ка				
14	СФП Игровая под-ка Техническая под-ка				
15	Игровая под-ка Контрольные испытания		5	Очная/ дистанционная	

Структура данного календарного учебного графика является примерной, а имеющиеся в ней модули могут реализовываться в разной последовательности в зависимости от уровня подготовки обучающихся и их способностей к освоению учебного материала.

Раздел программы - Контрольные испытания или его часть, может быть реализован как по итогам всей программы, так и по результатам обучения одного из модулей.

Этот параметр является одной из **форм аттестации** учащихся, применяемых в рамках данной программы.

Так же используются промежуточные формы отслеживания и демонстрации результатов:

- анкета;
- протокол соревнований;
- отчётный концерт;
- выступления на фестивалях, праздниках, открытых занятиях и соревнованиях.

Тестирование по учебным контрольным упражнениям проводится в форме соревнований. По результатам контрольных испытаний, по окончании обучения по программе, обучающимся может быть рекомендовано поступление на предпрофессиональную программу по танцевальному спорту. Все данные выполнения контрольных упражнений заносятся в протоколы для отслеживания динамики прироста результатов обучающегося (Приложение 2).

Система контроля за обучением учащегося и отслеживание динамику его образовательных результатов нужно начинать от первого момента взаимодействия с педагогом. Способ оценивания – сравнение ребенка только с самим собой, выявление его собственных успехов по сравнению с исходным уровнем – важнейший отличительный принцип дополнительного образования, стимулирующий и развивающий мотивацию обучения каждого ребенка.

Регулярное отслеживание результатов может стать основой стимулирования, поощрения ребенка за его труд, старание. Каждую оценку надо прокомментировать, показать, в чем прирост знаний и мастерства обучающегося – это поддержит его стремление к новым успехам.

Также формируется отчет об уровне освоения дополнительной общеразвивающей программы учащимися (Приложение 3). Это позволяет в полной мере оценить работу тренера-преподавателя в группе.

#### **Формы аттестации**

Определять уровень качества обучения и отслеживать реальную степень соответствия того, что ребёнок усвоил, заданным требованиям, а также внести соответствующие коррективы в процесс его последующего обучения необходимо на всех этапах реализации программы. Тренер-преподаватель проводит начальное и итоговое тестирование. Для этого выделяется время в начале подготовительного и в конце интенсивного модулей. Проводится сравнение результатов обучающегося, его уровень улучшения физических показателей посредством контрольных упражнений. На фоне этих данных тренер-преподаватель оценивает готовность ребенка к переходу на предпрофессиональную программу.

#### **Формы подведения итогов**

- теоретический опрос,
- выполнение технических элементов,
- контрольная игра,
- сдача контрольных упражнений.

### **2.5 Методические материалы**

При организации образовательного процесса используются традиционные:

методы обучения: наглядный, словесный, практический, объяснительно-иллюстративные, частично-поисковый, исследовательский, проблемный, игровой, дискуссионный, и др.;

методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

Тренировка юных спортсменов, в отличие от тренировки взрослых, имеет ряд методических и организационных особенностей.

1. Тренировочные занятия с юными спортсменами не должны быть ориентированы на достижение высокого спортивного результата.

2. Тренировочные и соревновательные нагрузки должны соответствовать функциональным возможностям растущего организма.

3. В процессе занятий необходимо соблюдать рациональный режим, обеспечить гигиену быта, хорошую организацию врачебно-педагогического контроля за состоянием здоровья, подготовленностью занимающихся и их физическим развитием.

4. Надежной основой успеха юных спортсменов в избранном виде спорта является приобретенный фонд умений и навыков, всестороннее развитие физических качеств, решение функциональных возможностей организма.

Система подготовки представляет собой организацию регулярных тренировочных занятий и соревнований. На протяжении многих лет тренировок спортсмены должны овладеть техникой, приобрести опыт и специальные знания, улучшить моральные и волевые качества.

Основные средства тренировочных воздействий:

- 1) общеразвивающие упражнения (с целью создания школы движения);
- 2) подвижные игры и игровые упражнения;
- 3) элементы акробатики (кувырки, повороты, кульбиты и др.);
- 4) всевозможные прыжки и прыжковые упражнения;
- 5) метание легких снарядов (теннисных и набивных мячей);
- 6) спортивно-силовые упражнения (в виде комплексов тренировочных заданий).

Основные методы выполнения упражнений: игровой; повторный; равномерный; круговой; соревновательный (в контрольно-педагогических испытаниях).

Основные направления тренировки: спортивно-оздоровительный этап подготовки необходим для создания предпосылок для последующей успешной спортивной специализации, а так же по данной программе занимаются дети и взрослые не выполнившие требования по сдаче контрольных нормативов по программе предпрофессиональной или спортивной подготовки, но желающие заниматься избранным видом спорта. Здесь происходит отбор детей для дальнейших занятий по танцевальному спорту, поскольку именно в это время закладывается основа предпосылок овладения спортивным мастерством.

На данном этапе подготовки существует опасность перегрузки еще неокрепшего детского организма. Поэтому дозировать нагрузку следует очень осторожно. Особенно это относится к упражнениям с отягощениями. Так, детям 8-10 лет доступны упражнения с весом, равным около 10% собственного веса.

Упражнения скоростно-силового характера следует давать небольшими дозами (по 5-8 мин) с чередованием промежутков активного отдыха.

Основные средства и методы тренировки. Главное средство в занятиях с детьми на этом этапе - подвижные игры. Для обеспечения технической и физической подготовки начинающих спортсменов лучше применять упражнения в комплексе, что дает возможность проводить занятия и тренировки более организованно и целенаправленно. Комплексы желательно сочетать с проведением игр и игровых упражнений.

Выполнение упражнений, направленных на развитие быстроты, требует интенсивных движений и большого нервного напряжения. Их применяют в начале основной части занятия после разминки, когда степень возбуждения центральной нервной системы оптимальна и способствует усвоению двигательных навыков, наиболее трудных по координации. Вслед за комплексами на быстроту включают и игровые упражнения, способствующие закреплению этого качества.

Комплексы упражнений, направленные на воспитание силы, используют во второй половине занятия, так как к этому периоду наиболее полно проявляются функциональные возможности дыхания, кровообращения и других систем организма. Комплексы упражнений силовой направленности подкрепляют соответствующими силовыми играми и игровыми упражнениями.

В спортивно-оздоровительных группах большое внимание необходимо уделять акробатике, направленной на развитие координационных способностей и вестибулярного аппарата. Обучение технике танцевального спорта на этом этапе подготовки носит ознакомительный характер и осуществляется на основе обучения базовым элементам: позиции, передвижения, поддержки, шаги.

Применение названных средств, при преимущественном использовании упражнений, направленных на развитие гибкости и пластики (50% основной части занятия), позволяет достигнуть более высокого уровня физической подготовленности.

Особенности обучения на спортивно-оздоровительном этапе. Обучение осуществляется на основе общих методических принципов. В большей степени используются методы обеспечения наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядных пособий), методы упражнений - игровой и соревновательный. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение - простым. Тренеру нецелесообразно подробно анализировать детали.

Детям необходимо ставить двигательную задачу в конкретной форме, с наглядным объяснением: согнуть, выпрямить, попасть в шаг, поднять, опустить.

Методика контроля уже на этом этапе тренировки включает использование комплекса методов: педагогических, медико-биологических и пр. Комплекс методик позволит определить: состояние здоровья спортсмена; показатели телосложения; степень тренированности; уровень подготовленности; величину выполненной тренировочной нагрузки.

Принципы построения программы: доступность, системность,

последовательность, преемственность, гуманизация, детоцентризм, увлекательность, сотрудничество, культуросообразность.

На основе полученной информации тренер должен вносить соответствующие коррективы в тренировочный процесс.

**Алгоритм учебного занятия:**

1. Организация учебного процесса.
2. Построение. Повторение правил ТБ.
3. Разминка.
4. Повторение пройденного материала.
5. Ознакомление с новым материалом. Объяснение порядка выполнения.
6. Выполнение нового материала под контролем.
7. Связка с элементами пройденного и нового материала.
8. Подведение итогов.

**Воспитательная и психологическая подготовка.**

В работе с обучающимися применяется широкий круг средств и методов воспитания. В качестве средств используются тренировочные занятия, спортивные соревнования, беседы, собрания, кинофильмы, наглядные пособия, произведения искусства, общественно полезный труд, общественная деятельность. В качестве методов нравственного воспитания применяются формирование нравственного сознания (нравственное просвещение) и общественного поведения, использование положительного примера, стимулирование положительных действий (поощрение), предупреждение и обсуждение отрицательных действий (наказание), упражнение (практическое обучение).

Психологическая подготовка на спортивно-оздоровительном этапе обусловлена созданием благоприятных условий на тренировочных занятиях для наиболее полного освоения поданного материала. Создание коллектива группы в котором обучающийся наиболее комфортно может реализовать себя и свои двигательные потребности.

## **2.6 Педагогический и врачебный контроль**

Основная цель педагогического и врачебного контроля - всемерное содействие положительному влиянию спорта на состояние здоровья, физическое развитие и подготовленность занимающихся. Углубленное медицинское обследование проводится при поступлении в спортивную школу один раз в год.

Особое внимание при врачебном контроле занимающихся обращается на состояние здоровья и функциональные системы организма.

При контроле состояния здоровья решаются следующие задачи: возможность по состоянию здоровья начать или продолжить занятия видом спорта (танцевальный спорт); отвечают ли условия занятий и образ жизни занимающихся (помещение, одежда, оборудование, питание), учебный режим и условия отдыха основным гигиеническим нормам и требованиям.

Оперативный контроль осуществляется путем педагогических наблюдений на тренировочных занятиях. При этом решаются следующие

задачи: выявление начальных стадий заболеваний (скрытой патологии); оценка функционального состояния организма по переносимости нагрузок; оценка гигиенических условий занятий (характеристика помещений для тренировок, спортивной одежды и обуви); соответствие методики занятий гигиеническим требованиям.

Анализ результатов контроля позволяет сформулировать заключение о прерывании, прекращении или коррекции учебно-тренировочного процесса, проведения мероприятий по оздоровлению учебно-тренировочной среды, необходимости медицинской реабилитации обучающихся.

Тестирование по ОФП обучающихся спортивных школ осуществляется два раза в год - в начале и в конце учебного года. Перед тестированием производится разминка. На СО этапе подготовки основным критерием подготовленности обучающихся считается улучшение своих спортивных результатов к концу учебного года по сравнению с результатами в начале учебного года.

### Контрольные упражнения

Таблица 4

<i>Контрольное упражнение</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
1. бег 30 м. (сек.)	не более 6,6
2. бег 60 м.(сек.)	не более 11,8 с
3. прыжки в длину с места (см.)	не менее 135
4. бег 1000м	Без учета времени

Тестирование по учебным контрольным упражнениям проводится в форме соревнований 1-2 раза в год.

По результатам контрольных испытаний обучающимся может быть рекомендовано поступление на предпрофессиональную программу по танцевальному спорту.

### Список литературы

1. Васильева, Т.К. Секрет танца: Методическое пособие / Т.К. Васильева. –СПб.: “Диамант”, ООО “Золотой век”, 1997 г.
2. Весновский, Л.Д. Бальный танец от А доЯ: Справочник терминов, понятий, определений / Л.Д. Весновский. –Новосибирск: ЦЭРНС, 1997 г. –40 с.
3. Говард, Гай. Техника европейских танцев. Пер. с англ. А. Белгородского / Гай Говард. –М.: «Артис», 2003 г. –255с.
4. Лэрд, Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Пер. с англ. А. Белгородского / УолтерЛэрд. –Часть I. –М.: «Артис», 2003 г. –179с.
5. Лэрд, Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Пер с англ. А. Белгородцева / УолтерЛэрд. –Часть II.–М.: «Артис», 2003 г. –243с.
6. ЛэрдУолтер. Техника европейских танцев

7. Мур, А. Пересмотренная техника европейских танцев: Часть первая. Квикстеп / А. Мур. –Санкт-Петербург, 1993 г. –49с
8. Мур, А. Пересмотренная техника европейских танцев. Часть вторая. Медленный вальс / А. Мур. –Санкт-Петербург, 1993 г. –55с.
9. Мур Алекс. “Техника бальных танцев”
10. Основы латиноамериканских танцев. –Томск: Издательство “Артис”, 1997 г.
11. Семенова, Е.Н. “Серия внутренних конкурсов” // спортивные танцы, Бюллетень № 2(4). –М.: РГАФК, 2004 г. –54с.
12. Спортивные танцы: Правила соревнований. –М.: [б.и.]. –1996 г.
13. Спортивно –танцевальная классификация фигур и вариаций по программам сложности в стандартных танцах: (метод.материал для студентов ин-тов физ. культуры) / сост.: А.В. Машков, А.М. Машкова. –М.: ФОН, 1996 г. –30с.
14. Федерация Танцевального Спорта России. Сборник нормативных документов. Правила соревнований по спортивным танцам. – М.: ЗАО ФИД «Деловой экспресс», 2001 г.
15. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом.
16. Система скейтинг на турнирах по бальным танцам и танцевальному спорту.

Приложение 2

**ПРОТОКОЛ РЕЗУЛЬТАТОВ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**  
**МБОУ ДО СШ «Юбилейная»**  
 \_\_\_\_\_ учебный год

Вид аттестации \_\_\_\_\_  
 (промежуточная, итоговая)

Вид спорта	
Образовательная программа и срок ее реализации	
группы	кол-во детей в группе



ФИО тренера  
 Дата проведения аттестации  
 Форма проведения

**РЕЗУЛЬТАТЫ АТТЕСТАЦИИ**

№	Фамилия, имя ребенка	Бег 30 м	Бег 30 м (3x10м) челнок	Прыжок с места в длину	Сгибание-разгибание рук в упоре	Прыжки на скакалке
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

Подпись тренера-преподавателя

Приложение 3

**ОТЧЕТ**

**Тренера-преподавателя дополнительного образования**

Вид спорта, группа

за 2020-2021 учебный год

**Анализ сохранности контингента в объединении**

Группа	Количество детей			
	На 10.01	На 01.06	На 31.12	Выбыло в теч. года
				Прибыло в теч. года

1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
Всего					

### Анализ возрастного состава объединения

	Возраст детей			
	8-9 лет	9-10 лет	10-14 лет	14-18 лет
Количество детей				
% от общего количества				

### Анализ выполнения образовательной программы объединения

---



---



---



---



---

Для реализации программы разработаны следующие материалы:  
 дидактические \_\_\_\_\_

---



---

методические рекомендации и разработки \_\_\_\_\_

---

---

Оценка знаний, умений и навыков воспитанников проводилась  
с периодичностью \_\_\_\_\_  
в форме \_\_\_\_\_

---

Проведены открытые занятия по темам: \_\_\_\_\_

---

Разработана другая методическая продукция (памятки, буклеты, доклады, мастер-классы и т.д.) \_\_\_\_\_

---

### Анализ воспитательной работы объединения

---

---

---

---

---

По охране здоровья детей предприняты следующие меры: \_\_\_\_\_

---

Проведены родительские собрания

---

(указать количество и даты проведения)

---

Другие формы работы с родителями: \_\_\_\_\_

---

Следует отметить активно участвующих в работе группы родителей:

1) \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. родителя)

2) \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О., родителя)

3) \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. родителя)

Подпись тренера-преподавателя \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_