

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр»  
Индустриального района

Принята на заседании  
Педагогического совета  
протокол № 5  
от 30.08.2023

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «ДЮЦ»  
\_\_\_\_\_ М.И. Круглова  
Приказ № 245-осн от 30.08.2023

**Рабочая программа на 2023-2024 учебный год**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
коллектива вокально-хореографической студии «Импульс»  
Эстрадно-бальный танец

Авторы-составители:  
Захаров Антон Владимирович,  
педагог дополнительного образования

Барнаул, 2023

## **Пояснительная записка**

В содержание программы наряду с европейскими и латиноамериканскими программами включены направления «Современный танец» и «Растяжка».

Спортивные бальные танцы делятся на две программы:

- ✓ Европейская программа (Медленный вальс, Венский вальс, Танго, Фокстрот и Квикстеп)
- ✓ Латиноамериканская программа (Ча-ча-ча, Самба, Румба, Пасадобль и Джайв).

**Основная цель:** приобщение учащихся к миру бальных танцев, овладение техникой спортивных бальных танцев европейской и латиноамериканской программы.

### **Краткая характеристика групп обучения:**

**4-5 год обучения.** Количество групп – 1. Дети в возрасте 10-15 лет (юниоры -1). Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. (2 часа - европейские танцы, 2 часа - латиноамериканские танцы, 1 час – тренаж современной пластики, основы классического танца, растяжка, 1 час постановочная работа(ансамбль)). Наполняемость группы 10-16 человек. Педагог – Захаров А.В.

Индивидуальные занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу для отдельных пар или соло исполнителей.

Продолжительность одного часа занятия – 45 минут.

Форма промежуточной аттестации – итоговое занятие/отчётный концерт

Календарно-тематический план

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Дата проведения занятия
		теория	практика	Всего	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1	1	2	11.09-17.09
2	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	11.09-17.09
3	Постановочная работа	0	1	1	11.09-17.09
4	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	1	1	2	11.09-17.09
5	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	1	1	2	18.09-24.09
6	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	18.09-24.09
7	Постановочная работа	0	1	1	18.09-24.09
8	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	18.09-24.09
9	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	25.09-01.10
10	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	25.09-01.10
11	Постановочная работа	0	1	1	25.09-01.10
12	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	25.09-01.10
13	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	02.10-08.10
14	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	02.10-08.10
15	Постановочная работа	0	1	1	02.10-08.10
16	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	1	1	2	02.10-08.10
17	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	1	1	2	09.10-15.10
18	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	09.10-15.10
19	Постановочная работа	0	1	1	09.10-15.10
20	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	09.10-15.10
21	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	16.10-22.10
22	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	16.10-22.10
23	Постановочная работа	0	1	1	16.10-22.10
24	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс,	0	2	2	16.10-22.10

	Танго, Фокстрот техника и учебные вариации				
25	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	23.10-29.10
26	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	23.10-29.10
27	Постановочная работа	0	1	1	23.10-29.10
28	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	23.10-29.10
29	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	30.10-05.11
30	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	30.10-05.11
31	Постановочная работа	0	1	1	30.10-05.11
32	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	30.10-05.11
33	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	06.11-12.11
34	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	06.11-12.11
35	Постановочная работа	0	1	1	06.11-12.11
36	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	06.11-12.11
37	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	13.11-19.11
38	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	13.11-19.11
39	Постановочная работа	0	1	1	13.11-19.11
40	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	13.11-19.11
41	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	20.11-26.11
42	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	20.11-26.11
43	Постановочная работа	0	1	1	20.11-26.11
44	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	20.11-26.11
45	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	27.11-03.12
46	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	27.11-03.12
47	Постановочная работа	0	1	1	27.11-03.12
48	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	27.11-03.12
49	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	04.12-10.12

50	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	04.12-10.12
51	Постановочная работа	0	1	1	04.12-10.12
52	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	04.12-10.12
53	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	11.12-17.12
54	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	11.12-17.12
55	Постановочная работа	0	1	1	11.12-17.12
56	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	11.12-17.12
57	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	18.12-24.12
58	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	18.12-24.12
	Постановочная работа	0	1	1	18.12-24.12
59	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	18.12-24.12
60	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	25.12-31.12
61	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	25.12-31.12
62	Постановочная работа	0	1	1	25.12-31.12
63	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	25.12-31.12
64	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	08.01-14.01
65	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	08.01-14.01
66	Постановочная работа. Инструктаж по ТБ	0	1	1	08.01-14.01
67	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	08.01-14.01
68	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	15.01-21.01
69	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	15.01-21.01
70	Постановочная работа	0	1	1	15.01-21.01
71	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	15.01-21.01
72	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	22.01-28.01
73	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	22.01-28.01
74	Постановочная работа	0	1	1	22.01-28.01
75	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс,	0	2	2	22.01-28.01

	Танго, Фокстрот техника и учебные вариации				
76	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	29.01-04.02
77	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	29.01-04.02
78	Постановочная работа	0	1	1	29.01-04.02
79	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	29.01-04.02
80	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	05.02-11.02
81	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	05.02-11.02
82	Постановочная работа	0	1	1	05.02-11.02
83	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	05.02-11.02
84	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	12.02-18.02
85	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	2	2	12.02-18.02
86	Постановочная работа				12.02-18.02
87	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	12.02-18.02
88	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	19.02-25.02
89	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	19.02-25.02
90	Постановочная работа	0	1	1	19.02-25.02
91	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	19.02-25.02
92	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	26.02-03.03
93	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	26.02-03.03
94	Постановочная работа	0	1	1	26.02-03.03
95	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	26.02-03.03
96	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	04.03-10.03
97	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	04.03-10.03
98	Постановочная работа	0	1	1	04.03-10.03
99	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	04.03-10.03
100	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	11.03-17.03

101	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	11.03-17.03
102	Постановочная работа	0	1	1	11.03-17.03
103	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	11.03-17.03
104	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	18.03-24.03
105	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	18.03-24.03
106	Постановочная работа	0	1	1	18.03-24.03
107	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	18.03-24.03
108	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	25.03-31.03
109	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	25.03-31.03
110	Постановочная работа	0	1	1	25.03-31.03
111	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	25.03-31.03
112	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	01.04-07.04
113	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	01.04-07.04
114	Постановочная работа	0	1	1	01.04-07.04
115	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	01.04-07.04
116	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	08.04-14.04
117	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	08.04-14.04
118	Постановочная работа	0	1	1	08.04-14.04
119	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации,	0	2	2	08.04-14.04
120	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	15.04-21.04
121	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	15.04-21.04
122	Постановочная работа	0	1	1	15.04-21.04
123	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	15.04-21.04
124	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	22.04-28.04
125	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	22.04-28.04
126	Постановочная работа	0	1	1	22.04-28.04
127	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс,	0	2	2	22.04-28.04

	Танго, Фокстрот техника и учебные вариации				
128	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	29.04-05.05
129	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	29.04-05.05
130	Постановочная работа	0	1	1	29.04-05.05
131	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации,	0	2	2	29.04-05.05
132	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	06.05-12.05
133	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	06.05-12.05
134	Постановочная работа	0	1	1	06.05-12.05
135	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	06.05-12.05
136	Ча-Ча-Ча, Самба, Джайв, Румба, Пасадобль техника и учебные вариации	0	2	2	13.05-19.05
137	Тренаж современной пластики. Основы классического танца, растяжка	0	1	1	13.05-19.05
138	Постановочная работа	0	1	1	13.05-19.05
139	М. Вальс, Квикстеп, Венский вальс, Танго, Фокстрот техника и учебные вариации	0	2	2	13.05-19.05
140	Подготовка к отчетному концерту	0	2	2	20.05-26.05
141	Подготовка к отчетному концерту	0	2	2	20.05-26.05
142	Отчетный концерт	0	2	2	20.05-26.05
	Итого:	5	211	216	

### Ожидаемые результаты

По окончании четвертого-пятого года обучения, учащиеся будут **знать:** Фигуры, истории и характеристики танцев Медленный вальс, Ча-ча-ча, Самба, Быстрый фокстрот, Джайв, Венский вальс, Румба, Танго, Фокстрот, Пасадобль. Технику исполнения любого движения бальной хореографии, соответствующего возрасту учащегося. Структуру и ритмическую раскладку бального движения. Термины и методику изученных танцевальных движений. Положения рук и ног в паре и отдельно друг от друга, позы бального танца. Правила поведения на конкурсных соревнованиях. **Будут уметь:** Сочетать пройденные упражнения в несложные вариации. Исполнять движения, сохраняя танцевальную форму, соответствующую принципам Европейской и Латиноамериканской программ. Танцевать движения бальной хореографии не только самостоятельно, но и в паре, и ансамбле. Владеть сценическим пространством. Различать музыку Латиноамериканской и Европейской программ. Технично исполнять движения бальной хореографии. Сопоставлять, сравнивать и осмысленно исполнять движения бальной хореографии. Исполнять программные танцы (Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, Танго, Фокстрот, Самба, Ча-ча-ча, Джайв, Румба, Пасадобль). Удерживать красивую осанку, правильное положение рук (как в паре, так и соло). Правильно снижаться и подниматься. Воспроизводить музыкальный ритм.



Календарно-тематический план  
Индивидуальные занятия

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Дата проведения занятия
		теория	практика	всего	
1	Отработка техники Самбы	0	1	1	11.09 – 17.09
2	Постановка рук, корпуса, ног. Вариация Ча-ча-ча	0	1	1	18.09 - 24.09
3	Отработка техники Квикстеп, Венский вальс	0	1	1	25.09 - 01.10
4	Техника Квикстеп, Ча-ча-ча, Самба	0	1	1	02.10 – 08.10
5	Отработка техники Медленного вальса	0	1	1	09.10 – 15.10
6	Техника Ча-ча-ча, Самба, Джайв	0	1	1	16.10 – 22.10
7	Отработка техники Ча-ча-ча, Медленный вальс	0	1	1	23.10 – 29.10
8	Вариации Медленный вальс, Ча-ча-ча, Квикстеп, Венский вальс, Самба, Джайв	0	1	1	30.10 - 05.11
9	Вариации Медленный вальс, Ча-ча-ча, Квикстеп, Венский вальс, Самба, Джайв	0	1	1	06.11 - 12.11
10	Отработка Ча-ча-ча, Самба	0	1	1	13.11 – 19.11
11	Отработка Квикстеп, Медленный вальс	0	1	1	20.11 – 26.11
12	Работа над вариациями	0	1	1	27.11 - 03.12
13	Отработка техники Медленный Вальс, Ча-ча-ча	0	1	1	04.12 – 10.12
14	Отработка техники танца Самба	0	1	1	11.12 -17.12
15	Отработка техники танца Джайв	0	1	1	18.12 – 24.12
16	Отработка техники танца Ча-ча-ча	0	1	1	25.12 – 31.12
17	Постановка вариации стандарт	0	1	1	08.01 - 14.01
18	Отработка техники Квикстеп, Медленный Вальс. Венский вальс	0	1	1	15.01 - 21.01
19	Отработка техники Самбы, Ча-ча-ча, Джайв	0	1	1	22.01 - 28.01
20	Отработка техники Джайв, Румба	0	1	1	29.01 – 04.02
21	Отработка техники Медленный вальс, Танго	0	1	1	05.02 - 11.02
22	Вариации Медленный вальс, Ча-ча-ча, Квикстеп, Венский вальс, Самба, Джайв	0	1	1	12.02 – 18.02
23	Техника Самба, Ча-ча-ча, Джайв, Румба	0	1	1	19.02 - 25.02
24	Постановка корпуса, Венский вальс	0	1	1	26.02 – 03.03
25	Техника Самба, Ча-ча-ча, Медленный вальс, Квикстеп	0	1	1	04.03 – 10.03
26	Постановка вариации Стандарт	0	1	1	11.03 - 17.03
27	Постановка вариаций Латина	0	1	1	18.03 – 24.03
28	Отработка вариации Медленный Вальс, Ча-ча-ча	0	1	1	25.03 – 31.03
29	Отработка техники Румба, Танго	0	1	1	01.04 – 07.04
30	Вариации Медленный вальс, Ча-ча-ча, Квикстеп, Венский вальс, Самба, Джайв, Румба, Танго	0	1	1	08.04 – 14.04
31	Отработка техники Самбы	0	1	1	15.04 – 21.04
32	Отработка техники Квикстеп, Венский Вальс	0	1	1	22.04 – 28.04
33	Отработка номеров	0	1	1	29.04 – 05.05
34	Отработка вариаций	0	1	1	06.05 – 12.05
35	Отработка вариаций Медленный вальс, Ча-ча-ча, Квикстеп, Венский вальс, Самба, Джайв, Румба, Танго	0	1	1	13.05 – 19.05
36	Отработка вариаций Медленный вальс, Ча-ча-ча, Квикстеп, Венский вальс, Самба, Джайв, Румба, Танго	0	1	1	20.05 - 26.05
	Итого:	0	36	36	

