**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа №1»**

**городского округа Саранск**

|  |  |
| --- | --- |
| «Рассмотрено»:  Педагогическим советом  от 28 августа 2019г. | «Утверждаю»:  Директор МОУ СОШ № 1    \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Д.М. Куликов |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**по курсу «*Спортивно-бальные танцы*»**

**(спортивно-оздоровительное, общекультурное направление)**

**Руководитель и разработчик:**

Морозов Руслан Алексеевич

Тренер-преподаватель в области

танцевальных видов спорта

**2019 - 2020**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии.

Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда "дух" и "тело" находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный внеурочный и воспитательный процесс в школе.

**Внеурочная программа составлена на основании следующих нормативно-правовых акктов:**

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных учреждений дополнительного образования детей» от 04.07.2014г. №41;

4. Рабочая программа «Ритмика и танец» 1-4 классы составлена в соответствии с требованиями ФГОС на основе программ по хореографии для общеобразовательных школ: программа «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г.; программа «Хореография и ритмика» 1-7 классы Щербаковой Н.Н.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что приходя в школу, ребенок имеет ограниченный запас двигательных навыков, с нарушенной осанкой, координацией. Одни скованы, неподвижны, медлительны, другие - разболтаны и суетливы. Часто дети плохо держатся: гнутся, поднимают плечи, неправильно ставят ноги при ходьбе (носки внутрь) и т.п. Длительное пребывание ребенка за школьной партой, ограничение движений, мешает правильному развитию костно-мышечной системы, напротив, влечет за собой психофизиологическую перегрузку. Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения.

# Результаты освоения курса внеурочной деятельности

К числу планируемых результатов освоения курса отнесены:

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

-общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

-организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

-находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

-видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;

-оценивать красоту телосложения и осанку, сравнивать их с эталонными образцами;

-управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность и рассудительность.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- представлять движения спортивно-бальных танцев для укрепления здоровья и физического развития;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных, имеющихся, вариативных условиях.

**Творческая деятельность:**

• раскрытие творческих способностей;

• развитие организованности и самостоятельности;

• иметь представления о народных танцах.

**Адресат программы**:

- программа рассчитана на учащихся обоего пола, в возрасте 7-8 лет;

- обязателен минимальный интерес к хореографии;

- наличие базовых знаний по программе не обязательно;

- наличие определенной физической и практической подготовки не требуется

- противопоказаний по физическому здоровью детей нет.

- наполняемость группы до 15 человек

**Объем и срок освоения внеурочной программы.**

Программа рассчитана на 9 месяцев, 144 часа в год.

**Отличительная особенность внеурочной программы.**

Настоящий курс опирается на некоторые понятия и навыки, которые учащиеся получают на других уроках в общеобразовательной школе.

Самая тесная связь прослеживается между танцами и физкультурой: и по строению урока и по его насыщенности. Начинаясь с разминки. Имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу. Каждое занятие имеет конкретную цель -натренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений.

Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Непосредственная связь курса «Танцы» с «Музыкой» прослеживается на всем этапе, так как мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Учащиеся отрабатывают понятия «ритм», «счет», «размер», «такт», при этом дети должны различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он произошел, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

При изучении общих понятий в бальных танцах учащиеся сталкиваются с математическими понятиями «угол поворота», «направление движения» (по линии танца, диагонально), «доли счета» (1/4, 2/4, 3/4 и т.д.). Существуют понятия «геометрия шагов», «диаграмма шагов».

На занятиях учащиеся пользуются и физическими понятиями «вес тела», «ось поворота», «импульс движения», «ускорение».

Законодателем моды в бальных танцах является Англия, поэтому часто названия шагов и фигур звучат на английском языке. Отсюда вытекает связь с изучением английского языка.

**Средства данного курса можно разделить на следующие основные группы:**

* основы музыкальной грамоты;
* основы танцевальной грамоты;
* упражнения на согласование движений с музыкой;
* общеразвивающие и специальные упражнения;
* основы современных бальных танцев.

**Цель:**формирование и развитие творческих способностей учащихся, раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков в области спортивно-бальных танцев, выявление талантливых и одаренных.

Данная цель реализуется через решение следующих **задач**:

**Обучающие**:

-ознакомление учащихся с основами спортивного бального танца;

-знакомство с историей возникновения танца;

-ознакомление с традициями народов, танцы которых легли в основу того или иного спортивного бального танца;

**Развивающие**:

- развитие и сохранение здоровья детей;

- развитие и совершенствование двигательных навыков, способностей, чувства ритма, музыкальности, координации движений, пластики;

**Воспитательные**:

-воспитание любви к искусству танца и музыки;

-формирование художественного вкуса детей, развития их творческого потенциала, трудолюбия, терпения, чувства собственного достоинства и самоуважения.

**Организационно – педагогические условия реализации программы**

**Условия набора и формирования групп**:

- принимаются все желающие,

- возраст на первый год обучения 7-8.лет

**Продолжительность образовательного процесса**: программа рассчитана на 1 год обучения по 72 часа в год. Занятия проводятся два раза в неделю.

**Формы организации деятельности:**фронтальная, групповая, коллективная**.**

**Форма занятий**: групповая и индивидуальная, со всей группой одновременно и с участниками конкретного номера для отработки сольных партий.

**Режим занятий**

**число занятий в неделю:**2 занятия в неделю;

**число и продолжительность занятий в день:**2 часа по 45 минут, 15 минут перерыв

**Содержание работы.**

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

**Содержание программы 1 года обучения**

**Тема №1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности**

Теория. Техника безопасности в зале и при выполнении задач урока

**Тема №2. Джайв**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Джайв»)

Практика: Основной шаг; закрытие, раскрытие; смена мест; вариация; смена рук за спиной; хлыст

**Тема №3. Самба**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Самба»)

Практика. Основное движение; виск; вольта; ботафога; вариация

**Тема №4. Квикстеп**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Квикстеп»)

Практика. Ход лицом по линии танца; ход спиной по линии танца; лок степ вперед, назад; четвертные повороты

**Тема №5. Танго**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Танго»)

Практика. Основной ход; кортэ; вариация в паре; выход в открытый променад; закрытый променад; вариация

**Тема №6. Румба**

Теория. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Румба»)

Практика. Основной шаг; Нью-Йорк; рука в руке; спин поворот; лок степ; алемана; вариация

**Тема №7. Повторение**

Теория. Теоретический материал

Практика. Джайв, самба, танго, квикстеп, румба

**Содержание учебного материала внеурочной программы.**

**1.Техника безопасности в зале и при выполнении задач урока. -2 часа**

Содержание внеурочной программы обучения на занятиях Спортивными Бальными Танцами. Требования, предъявляемые к учащимся на уроке. Требования к форме. Общефизические развивающие упражнения, разминки. Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии (беседа)

**2. Джайв -2 часа**

Изучение нового материала

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Джайв»). Подъем бедра. Ки-ки. Ки-ки через шаг

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии .

**3. Джайв -2 часа**

Изучение нового материала.

Синкопированное шассе (шаг, приставка, шаг) влево и вправо (у партнерши наоборот). Синкопированное шассе с шагом назад и возвращением вперед. Основной шаг в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии (беседа)

**4.Джайв -2 часа**

Изучение нового материала.

Специальные упражнения. Основной шаг по одному, в паре. Раскрытие по одному, в паре. Закрытие по одному, в паре. Вариация из трех фигур

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**5.Джайв -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Основной шаг. Раскрытие, закрытие. Основной ход со сменой мест. Вариация из пройденных фигур по одному, в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии (беседа)

**6. Джайв – 2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Основной шаг. Раскрытие, закрытие. Основной ход со сменой мест. Вариация из пройденных фигур по одному, в паре (основной шаг, раскрытие, закрытие, основной шаг, смена мест)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии (беседа).

**7 .Джайв – 2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основной шаг. Раскрытие, закрытие. Основной ход со сменой мест. Смена рук за спиной. Вариация из пройденных фигур в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**8 .Джайв -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Вариация из пройденных фигур по одному. Хлыст. Вариация из пройденных фигур в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**9.** **Джайв – 2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Пройденные фигуры по одному. Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основной шаг, раскрытие, закрытие, основной шаг, смена мест, основной шаг, смена рук за спиной, хлыст)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**10.** **Джайв – 2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Пройденные фигуры по одному. Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основной шаг, раскрытие, закрытие, основной шаг, смена мест, основной шаг, смена рук за спиной, хлыст)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**11.** **Джайв – 2 часа**

Комбинированный .

Подготовительные упражнения. Пройденные фигуры по одному. Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основной шаг, раскрытие, закрытие, основной шаг, смена мест, основной шаг, смена рук за спиной, хлыст)

**12.** **Джайв – 2 часа**

Комбинированный.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

Подготовительные упражнения. Пройденные фигуры по одному. Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основной шаг, раскрытие, закрытие, основной шаг, смена мест, основной шаг, смена рук за спиной, хлыст)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**13.** **Джайв – 1 час**

**Самба -1 час**

Комбинированный.

Вариация джайва. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Самба»)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**14. Самба -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения для исполнения основных движений танца. Баунс. Основное движение по одному

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**15. Самба -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения. Основное движение по одному. Позиция в паре. Основное движение в паре. Виск по одному, в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**16. Самба -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск по одному. Вольта. Вариация из пройденных фигур по одному, в паре (основное движение, виск, вольта)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**17. Самба -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта по одному. Бота фого по одному (теневая ботафого). Вариация из пройденных фигур по одному, в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**18. Самба -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**19. Самба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого по одному. Самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого). Самба ход в парах

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**20. Самба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**21. Самба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**22. Самба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**23. Самба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**24. Самба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход по одному. Вариация из пройденных фигур в парах (основное движение, виск, вольта, ботафого, самба ход)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**25. Квикстеп -2 часа**

Изучение нового материала

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Квикстеп»). Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Учебная позиция в паре. Ход лицом по линии танца в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**26. Квикстеп -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Ход спиной по линии танца

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**27. Квикстеп -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца по одному, в парах. Лок степ вперед, назад по одному. Лок степ вперед, назад в парах

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**28. Квикстеп -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца, лок степ вперед, назад по одному. Четвертные повороты по одному. Четвертные повороты в паре. Четвертной поворот, лок степ вперед

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**29. Квикстеп -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Учебная позиция в паре. Ход лицом по линии танца в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**30. Квикстеп -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Ход спиной по линии танца

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**31. Квикстеп -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца по одному, в парах. Лок степ вперед, назад по одному. Лок степ вперед, назад в парах

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**32. Квикстеп -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца, лок степ вперед, назад по одному. Четвертные повороты по одному. Четвертные повороты в паре. Четвертной поворот, лок степ вперед

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**33. Квикстеп -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Учебная позиция в паре. Ход лицом по линии танца в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**34. Квикстеп -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Ход спиной по линии танца

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**35. Квикстеп -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца по одному, в парах. Лок степ вперед, назад по одному. Лок степ вперед, назад в парах

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**36. Квикстеп -1 час.**

**Танго -1 час**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца, ход спиной по линии танца, лок степ вперед, назад по одному. Четвертные повороты по одному. Четвертные повороты в паре. Четвертной поворот, лок степ вперед. Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Танго»)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**37.Танго -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Ход лицом по линии танца. Ход спиной по линии танца

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**38.Танго -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Основной ход по одному. Кортэ по одному. Позиция в паре. Основной ход и кортэ в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**39.Танго -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Основной ход и кортэ по одному.

Основной ход и кортэ в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**40.Танго -2 часа**

Изучение нового материала

Подготовительные упражнения. Основной ход и кортэ по одному. Выход в открытый променад по одному. Основной ход, кортэ, выход в открытый променад в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**41.Танго -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Основной ход, кортэ, выход в открытый променад по одному. Закрытый променад. Основной ход, кортэ, выход в открытый променад в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**42.Танго -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Выход в открытый променад, закрытый променад по одному. Позиция в паре. Выход в открытый променад, закрытый променад в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**43.Танго -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основной ход по одному. Кортэ по одному. Позиция в паре. Основной ход и кортэ в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**44.Танго -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основной ход и кортэ по одному. Основной ход и кортэ в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**45.Танго -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основной ход и кортэ по одному. Выход в открытый променад по одному. Основной ход, кортэ, выход в открытый променад в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**46.Танго -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основной ход, кортэ, выход в открытый променад по одному. Закрытый променад. Основной ход, кортэ, выход в открытый променад в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**47.Танго -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Выход в открытый променад, закрытый променад по одному. Позиция в паре. Выход в открытый променад, закрытый променад в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

наблюдение

**48.Румба -2 часа**

Изучение нового материала

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Румба»). Подготовительные упражнения. Работа рук.

Основной шаг.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**49.Румба -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Работа рук. Основной шаг по одному. Нью- Йорк по одному. Рука в руке по одному. Позиция в паре.

Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**50.Румба -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Работа рук. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке по одному. Спин поворот по одному. Спин поворот в паре.

Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**51.Румба -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Работа рук. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке спин поворот по одному. Лок степ по одному. Лок степ в паре.

Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спин поворот в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**52. Румба -2 часа**

Изучение нового материала.

Подготовительные упражнения. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке спин поворот, лок степ по одному. Алемана по одному. Алемана в паре. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спин поворот, лок степ в паре

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**53. Румба -2 часа**

Комбинированный

Подготовительные упражнения. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке спин поворот, лок степ, алемана по одному. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спин поворот, лок степ, алемана в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**54. Румба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Работа рук. Основной шаг

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**55. Румба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Работа рук. Основной шаг по одному. Нью- Йорк по одному. Рука в руке по одному. Позиция в паре. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**56. Румба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Работа рук. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке по одному. Спин поворот по одному. Спин поворот в паре. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**57. Румба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Работа рук. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке спин поворот по одному. Лок степ по одному. Лок степ в паре. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спин поворот в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**58. Румба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке спин поворот, лок степ по одному. Алемана по одному. Алемана в паре. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спин поворот, лок степ в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**59. Румба -2 часа**

Комбинированный.

Подготовительные упражнения. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке спин поворот, лок степ, алемана по одному. Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спин поворот, лок степ, алемана в паре.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**60. Румба -2 часа**

Комбинированный.

Теоретический материал (общая характеристика, история, музыкальный размер, особенности танца «Румба»).

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии

**61.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Теоретический материал.

**62.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Теоретический материал.

Джайв (основной шаг, раскрытие, закрытие, основной шаг, смена мест, основной шаг, смена рук за спиной, хлыст).

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**63.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Самба (основное движение, виск, вольта, бота фого, самба ход

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**64.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Танго (Выход в открытый променад, закрытый променад)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**65.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Квикстеп (Четвертной поворот, лок степ вперед)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**66.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Румба (Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спин поворот, лок степ, алемана).

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**67.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Теоретический материал.

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**68.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Джайв (основной шаг, раскрытие, закрытие, основной шаг, смена мест, основной шаг, смена рук за спиной, хлыст).

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**69.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Самба (основное движение, виск, вольта, бота фого, самба ход).

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**70.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Танго (Выход в открытый променад, закрытый променад)

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**71.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Квикстеп (Четвертной поворот, лок степ вперед).

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**72.Повторение -2 часа**

Комбинированный.

Румба (Основной шаг, Нью-Йорк, рука в руке, спин поворот, лок степ, алемана).

Усвоение новых знаний, рассматриваемых на занятии.

**Материально-техническое обеспечение внеурочной**

**Помещение:**

-кабинет для занятий танцевальной студии;

**Приспособления, реквизит:**

-музыкальный центр;

**Список литературы для педагогов**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Рольф, 1999.
2. Богданов Г.П. Физическая культура в школе. - М.: Просвещение, 1971.
3. Кветная О.В., Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать: Учебное

пособие.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.

4. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьники и компьютер. - М:  
ВАКО, 2007.

1. Латиноамериканские танцы./ Авт.-сост. О.В. Иванникова.- М: ACT, 2003.
2. Ритмика и бальные танцы. Программа для начальной и средней школы. Е.И. Мошкова.-М. :Просвещение, 1997.

7. Савостьянов А.И. Физическое здоровье школьника. Учебное пособие.-  
М.:Педагогическое общество России, 1996.

1. Савченко Е. Эстетическое воспитание на уроках хореографии. // Учитель. - 2003.-№3.
2. Современный бальный танец. Учебное пособие. Под редакцией В.М. Стригановой В.И. Уральской. М.: Просвещение, 1977.Фокина Е. Танцуют все. // Учитель.-2002.- №6
3. Янкелевич Е.И. Воспитание правильной осанки.- М.: Физкультура и спорт, 1959.

12. Методика преподавания спортивного бального танца. Принципы обучения  
начинающих. Латиноамериканские танцы.- Видео Мастер, 2004.

**Список литературы для детей и родителей**

1. Латино-американские танцы (самба, джайв). - Дане медиа, 2002.

Латинский квартал. С.Дуванов, С.Тверьянович. Самба, румба. Ча-ча-ча, пасадобль, джайв. - Дане медиа, 2002.

1. Танцы. Обучающая программа. Выпуск 4.(самба).

Учебное видео по спортивным танцам по программе «С» класса в соответствии с правилами ФТСР и МФТС. - ООО «Артис-ИС».