Приложение 2  
к основной образовательной программе

начального общего образования

МБОУ-СОШ №45 имени Д.И.Бдынского города Орла,

утвержденной  
приказом №186-д от 30.08.2023г.

**Программа внеурочной деятельности**

**«Бальные танцы»**

**Срок освоения: 4 года (с 1 по 4 класс)**

**Содержание рабочей программы**

Основные направления рабочей программы курса для начальной школы (1-4 класс) «Бальные танцы»:

**Модуль I** - «Первые шаги» - 1 класс.

Цель: Раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области бального танца. Изучение основных движений программы «Дебют»

**Модуль II** - «Школа бального танца» - 2 класс.

         Цель: Раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области бального танца. Изучение движений и композиций программы «ШБТ»

**Модуль III** - «N класс - первый спортивный класс» - 3 класс.

         Цель: Раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области бального танца. Изучение движений и композиций программы «N» класс.

**Модуль IV** - «Е класс» - 4 класс.

Цель: Раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области бального танца. Изучение движений и произвольных композиций программы «Е» класс

***Модуль I****- «Первые шаги»*

*(68 часов)*

Знакомство с миром бального танца (1 ч.) Вводное занятие.

Знакомство с учениками. Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров. План турниров на год. Знакомство Европейской и Латиноамериканской программы бальных танцев.

Танец «Полька» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: галоп, подскоки, кросс прыжки по кругу, приставные шаги каблук-носок. Изучение композиции танца на месте, по кругу, соло и в парах. Тренировка высоты подъема ног в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Полька» под счёт, под музыку.

Танец «Медленный вальс» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: маленький квадрат, большой квадрат, закрытые перемены с правой и левой ноги. Изучение композиции программы «Дебют». Тренировка исполнения спусков и подъёмов, длинна шага в изученных движениях. Тренировка статического положения рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Медленный вальс» под счёт, под музыку.

Танец «Ча - ча» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: таймстеп на месте и в продвижении, шоссе, основной шаг, квадрат. Изучение композиции программы «Дебют». Тренировка работы ног в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Ча-ча» под счёт, под музыку.

Танец «Самба» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: баунс движение на месте, на приставных шагах, натуральное основное движение, Виск, Стационарное движение на месте, Вольта в продвижении, Крисс Кросс, Мейпул, Ботафого на месте, в продвижении и в теневой позиции. Изучение композиции программы «Дебют». Тренировка работы ног «баунс» в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Самба» под счёт, под музыку.

Музыка и ритм (3ч.)

Вступительное слово учителя. Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.

Самостоятельный счёт музыкальных произведений.

***Модуль II****- «Школа бального танца»*

*(68 часов)*

Вводное занятие. (1 ч.)

Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров. План турниров на год.

Танец «Джайв» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: основное движение на месте (ключ), шоссе вправо и влево, смена мест, раскрытие вправо и влево, квадрат. Изучение композиции танца на месте, по кругу, соло и в парах. Тренировка высоты подъема ног в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Джайв» под счёт, под музыку.

Танец «Медленный вальс» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: маленький квадрат, большой квадрат, закрытые перемены с правой и левой ноги , натуральный поворот, обратный поворот, спин поворот. Изучение композиции программы «ШБТ». Тренировка исполнения спусков и подъёмов, длинна шага в изученных движениях. Тренировка статического положения рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Медленный вальс» под счёт, под музыку.

Танец «Ча - ча» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: таймстеп на месте и в продвижении, шоссе, основной шаг, квадрат, Нью – Йорк, Рука к Руке, Спот поворот. Изучение композиции программы «ШБТ». Тренировка работы ног в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Ча-ча» под счёт, под музыку.

Танец «Самба» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: баунс движение на месте, на приставных шагах, натуральное основное движение, Виск, Стационарное движение на месте, Вольта в продвижении, Крисс Кросс, Мейпул, Ботафого на месте, в продвижении и в теневой позиции, Променадный бег, Коса, Корте-Джако, Локи в продвижение, Раскручивание от руки. Тренировка работы ног «баунс» в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Изучение композиции программы «ШБТ». Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Самба» под счёт, под музыку.

Музыка и ритм (3ч.)

Вступительное слово учителя. Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.

Самостоятельный счёт музыкальных произведений.

***Модуль III*** *- «N класс - первый спортивный класс»*

*(68 часов)*

Вводное занятие. (1 ч.)

Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров. План турниров на год.

Танец «Джайв» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: основное движение на месте (ключ), шоссе вправо и влево, смена мест, раскрытие вправо и влево, квадрат, смена рук за спиной, Американский спин поворот, Стоп – энд - Гоу, променадное шоссе. Изучение композиции танца «N» класса на месте, соло и в парах. Тренировка высоты подъема ног, работа бёдер в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Джайв» под счёт, под музыку.

Танец «Медленный вальс» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: маленький квадрат, большой квадрат, закрытые перемены с правой и левой ноги , натуральный поворот, обратный поворот, спин поворот, Виск, синкопированное шоссе, внешняя перемена. Изучение композиции программы «N» класса. Тренировка исполнения спусков и подъёмов, длинна шага в изученных движениях. Тренировка статического положения рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Медленный вальс» под счёт, под музыку.

Танец «Ча - ча» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: таймстеп на месте и в продвижении, шоссе, основной шаг, квадрат, Нью – Йорк, Рука к Руке, Спот поворот, Локк степ вперёд и назад, три ча-ча-ча вперёд назад , в променадной и контр променадной позиции. Изучение композиции программы «N»класса. Тренировка работы ног и бедёр в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Ча-ча» под счёт, под музыку.

Танец «Квикстеп» (16ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: Шоссе, Спин поворот, натуральное основное движение, Локк степ вперёд и назад. Изучение композиции программы «N» класс. Тренировка исполнения спусков и подъёмов, длинна шага в изученных движениях. Тренировка статического положения рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Квикстеп» под счёт, под музыку.

Музыка и ритм (3ч.)

Вступительное слово учителя. Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.

Самостоятельный счёт музыкальных произведений.

***Модуль IV*** *-* «Е класс»

*(68 часов)*

Вводное занятие. (1 ч.)

Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров. План турниров на год.

Танец «Медленный вальс» (11ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: маленький квадрат, большой квадрат, закрытые перемены с правой и левой ноги , натуральный поворот, обратный поворот, спин поворот, Виск, синкопированное шоссе, внешняя перемена, Плетение, Виск назад, Фолловей в продвижении, Двойной обратный поворот. Изучение композиции программы «Е» класса. Тренировка исполнения спусков и подъёмов, длинна шага в изученных движениях, исполнение Свей. Тренировка статического положения рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Медленный вальс» под счёт, под музыку.

Танец «Танго» (11ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: Ход с левой и правой ноги (вперёд, назад, с ПН в ПП), Прогрессивный боковой шаг, Прогрессивное звено, Закрытый променад, Натуральный рокк поворот, Закрытое и открытое окончание, Корте назад, Открытый обратный поворот партнерша в линию, Обратный поворот на прогрессивном боковом шаге. Изучение композиции программы «Е» класса. Тренировка исполнения длинны шага в изученных движениях, скорость наступания в променадной позиции. Тренировка статического положения рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Танго» под счёт, под музыку.

Танец «Квикстеп» (11ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: Шоссе, Спин поворот, натуральное основное движение, Локк степ вперёд и назад, Четвертной поворот направо, Перемена с хезитейшн, Типл шоссе направо и налево, Фиш тейлл, Обратный шоссе поворот. Изучение композиции программы «Е» класс. Тренировка исполнения спусков и подъёмов, длинна шага в изученных движениях. Тренировка статического положения рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Квикстеп» под счёт, под музыку.

Танец «Ча - ча» (11ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение и повторение движений: таймстеп на месте и в продвижении, шоссе, основной шаг, квадрат, Нью – Йорк, Рука к Руке, Спот поворот, Локк степ вперёд и назад, три ча-ча-ча вперёд назад , в променадной и контр променадной позиции. Изучение композиции программы «Е»класса. Тренировка работы ног и бедёр в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Ча-ча» под счёт, под музыку.

Танец «Румба» (11ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: Основные движения - Закрытое –- Открытое - На месте – Альтернативное, Прогресс. ход вперед, назад, Нью-Йорк в ЛБП или ПБП из открытой ПП - Чек из открытой КПП, Спот поворот вправо, влево включая Свитч и поворот под рукой, Рука к руке, Кукарача, Боковой шаг. Изучение композиции танца «Е» класса на месте, соло и в парах. Тренировка работы ног, работа бёдер в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Румба» под счёт, под музыку.

Танец «Джайв» (11ч.) Комбинированное занятие, тренировочное занятие, занятия практической работы.

Вступительное слово учителя. Объяснение правил исполнения танца, ритм, основные движения, характер исполнения. Изучение движений: основное движение на месте (ключ), шоссе вправо и влево, смена мест, раскрытие вправо и влево, квадрат, смена рук за спиной, Американский спин поворот, Стоп – энд - Гоу, променадное шоссе, Хлыст, Испанские руки, Раскручивание от руки, Ветряная мельница, Кикк бол чендж. Изучение композиции танца «Е» класса на месте, соло и в парах. Тренировка высоты подъема ног, работа бёдер в движениях танца. Тренировка работы рук в изученных композициях танца. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Джайв» под счёт, под музыку.

Музыка и ритм (1ч.)

Вступительное слово учителя. Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.

Самостоятельный счёт музыкальных произведений.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты**

**освоения курса «Бальные танцы»**

В ходе реализации программы курса обучающиеся должны овладевать специальными знаниями, умениями и навыками. К ним относятся:

Личностные:

* формирование активной жизненной позицию;
* приобретение способности к самопрезентации;
* развивание таких качеств как трудолюбие, упорство, дисциплинированность, собранность, пунктуальность;
* получение развитие эстетического восприятия мира;
* получение развитие нравственных качеств личности;
* получение знаний основы бального танца;
* владение техникой исполнения движений бальных танцев;
* укрепление мышц тела;
* развитие выносливости;
* развитие координации движений;
* умения распознавать ритмические особенности каждого танца и отличать друг от друга.

Метапредметные:

* приобретение навык свободного владения хореографической и специальной терминологией;
* научатся понимать выразительность отдельных элементов танца и музыки, передаче определенного содержания;
* овладение основными теоретическими и практическими знаниями, умениями и исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять танцевальные композиции;
* формирование умений различать ритмическую сторону музыки и согласовывать свои движения с ее звучанием;
* создание дружеской среды, создание условий для общения;
* формирование культуры общения между учащимися;
* воспитание доброжелательности, чуткости и внимательного отношения друг к другу;
* в осознании учеников важной роли хореографии в эстетическом воспитании личности;
* в готовности принимать участие в концертах, конкурсах, фестивалях и других мероприятиях районного, городского и областного, межрегионального, международного уровня.

**Тематическое планирование**

**1 класс**

**Модуль I** **«Первые шаги»**

**(68 часов)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Кол-во  часов | Основное программное содержание | Основные виды деятельности | ЦОР/ЭОР |
| 1 | Вводное занятие | 1 | Знакомство с учениками. Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров. План турниров на год. Знакомство Европейской и Латиноамериканской программы бальных танцев. |  |  |
| 2-17 | Полька | 16 | Изучение движений: галоп, подскоки, кросс прыжки по кругу, приставные шаги каблук-носок. Изучение композиции танца на месте, по кругу, соло и в парах. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Полька» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  Тренировка, показ выученных фигур, вариаций | https://video-dance.ru/balnie/technique-of-ballroom-dancing/2354-elementy-balnogo-tanca-obuchayuschaya-programma.html |
| 18-33 | Медленный вальс | 16 | Изучение движений: маленький квадрат, большой квадрат, закрытые перемены с правой и левой ноги. Изучение композиции программы «Дебют». Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Медленный вальс» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://video-dance.ru/balnie/technique-of-ballroom-dancing/2354-elementy-balnogo-tanca-obuchayuschaya-programma.html |
| 34-49 | Ча- ча | 16 | Изучение движений: таймстеп на месте и в продвижении, шоссе, основной шаг, квадрат. Изучение композиции программы «Дебют». Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Ча-ча» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://video-dance.ru/balnie/technique-of-ballroom-dancing/2354-elementy-balnogo-tanca-obuchayuschaya-programma.html |
| 50-65 | Самба | 16 | Изучение движений: баунс движение на месте, на приставных шагах, натуральное основное движение, Виск, Стационарное движение на месте, Вольта в продвижении, Крисс Кросс, Мейпул, Ботафого на месте, в продвижении и в теневой позиции. Изучение композиции программы «Дебют». Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Самба» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://video-dance.ru/balnie/technique-of-ballroom-dancing/2354-elementy-balnogo-tanca-obuchayuschaya-programma.html |
| 66-68 | Музыка и ритм | 6 | Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.  Самостоятельный счёт музыкальных произведений. | Рассказ, объяснение,  тренировка | https://video-dance.ru/balnie/technique-of-ballroom-dancing/2354-elementy-balnogo-tanca-obuchayuschaya-programma.html |

**Тематическое планирование**

**2 класс**

***Модуль II****-* ***«Школа бального танца»***

**(68 часов)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Кол-во  часов | Основное программное содержание | Основные виды деятельности | ЦОР/ЭОР |
| 1 | Вводное занятие | 1 | Знакомство с учениками. Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров. План турниров на год. Знакомство Европейской и Латиноамериканской программы бальных танцев. |  |  |
| 2-17 | Джайв | 16 | Изучение движений: основное движение на месте (ключ), шоссе вправо и влево, смена мест, раскрытие вправо и влево, квадрат. Изучение композиции танца на месте, по кругу, соло и в парах. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Джайв» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  Тренировка, показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |
| 18-33 | Медленный вальс | 16 | Изучение и повторение движений: маленький квадрат, большой квадрат, закрытые перемены с правой и левой ноги , натуральный поворот, обратный поворот, спин поворот. Изучение композиции программы «ШБТ». Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Медленный вальс» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/guy-howard/ |
| 34-49 | Ча- ча | 16 | Изучение и повторение движений: таймстеп на месте и в продвижении, шоссе, основной шаг, квадрат, Нью – Йорк, Рука к Руке, Спот поворот. Изучение композиции программы «ШБТ». Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Ча-ча» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |
| 50-65 | Самба | 16 | Изучение и повторение движений: баунс движение на месте, на приставных шагах, натуральное основное движение, Виск, Стационарное движение на месте, Вольта в продвижении, Крисс Кросс, Мейпул, Ботафого на месте, в продвижении и в теневой позиции, Променадный бег, Коса, Корте-Джако, Локи в продвижение, Раскручивание от руки. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Самба» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |
| 66-68 | Музыка и ритм | 6 | Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.  Самостоятельный счёт музыкальных произведений. | Рассказ, объяснение,  тренировка | https://dancebooks.ru/guy-howard/ |

**Тематическое планирование**

**3 класс**

***Модуль III - «N класс - первый спортивный класс»***

**(68 часов)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Кол-во  часов | Основное программное содержание | Основные виды деятельности | ЦОР/ЭОР |
| 1 | Вводное занятие | 1 | Знакомство с учениками. Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров. План турниров на год. Знакомство Европейской и Латиноамериканской программы бальных танцев. |  |  |
| 2-17 | Джайв | 16 | Изучение движений: основное движение на месте (ключ), шоссе вправо и влево, смена мест, раскрытие вправо и влево, квадрат, смена рук за спиной, Американский спин поворот, Стоп – энд - Гоу, променадное шоссе. Изучение композиции танца «N» класса на месте, соло и в парах. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Джайв» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  Тренировка, показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |
| 18-33 | Медленный вальс | 16 | Изучение и повторение движений: маленький квадрат, большой квадрат, закрытые перемены с правой и левой ноги , натуральный поворот, обратный поворот, спин поворот, Виск, синкопированное шоссе, внешняя перемена. Изучение композиции программы «N» класса. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Медленный вальс» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/guy-howard/ |
| 34-49 | Ча- ча | 16 | Изучение и повторение движений: таймстеп на месте и в продвижении, шоссе, основной шаг, квадрат, Нью – Йорк, Рука к Руке, Спот поворот, Локк степ вперёд и назад, три ча-ча-ча вперёд назад , в променадной и контр променадной позиции. Изучение композиции программы «N»класса. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Ча-ча» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |
| 50-65 | Квикстеп | 16 | Изучение и повторение движений: Шоссе, Спин поворот, натуральное основное движение, Локк степ вперёд и назад. Изучение композиции программы «N» класс. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Квикстеп» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/guy-howard/ |
| 66-68 | Музыка и ритм | 6 | Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.  Самостоятельный счёт музыкальных произведений. | Рассказ, объяснение,  тренировка | https://dancebooks.ru/guy-howard/ |

**Тематическое планирование**

**4 класс**

***Модуль IV******-* «Е класс»**

**(68 часов)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Кол-во  часов | Основное программное содержание | Основные виды деятельности | ЦОР/ЭОР |
| 1 | Вводное занятие | 1 | Знакомство с учениками. Правила поведения на занятии. Инструктаж по технике противопожарной безопасности. Форма одежды танцоров. План турниров на год. Знакомство Европейской и Латиноамериканской программы бальных танцев. |  |  |
| 2-12 | Медленный вальс | 11 | Изучение и повторение движений: маленький квадрат, большой квадрат, закрытые перемены с правой и левой ноги , натуральный поворот, обратный поворот, спин поворот, Виск, синкопированное шоссе, внешняя перемена, Плетение, Виск назад, Фолловей в продвижении, Двойной обратный поворот. Изучение композиции программы «Е» класса. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Медленный вальс» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  Тренировка, показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/guy-howard/ |
| 13-23 | Танго | 11 | Изучение движений: Ход с левой и правой ноги (вперёд, назад, с ПН в ПП), Прогрессивный боковой шаг, Прогрессивное звено, Закрытый променад, Натуральный рокк поворот, Закрытое и открытое окончание, Корте назад, Открытый обратный поворот партнерша в линию, Обратный поворот на прогрессивном боковом шаге. Изучение композиции программы «Е» класса. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Танго» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/guy-howard/ |
| 24-34 | Квикстеп | 11 | Изучение и повторение движений: Шоссе, Спин поворот, натуральное основное движение, Локк степ вперёд и назад, Четвертной поворот направо, Перемена с хезитейшн, Типл шоссе направо и налево, Фиш тейлл, Обратный шоссе поворот. Изучение композиции программы «Е» класс. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Квикстеп» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/guy-howard/ |
| 35-45 | Ча- ча | 11 | Изучение и повторение движений: таймстеп на месте и в продвижении, шоссе, основной шаг, квадрат, Нью – Йорк, Рука к Руке, Спот поворот, Локк степ вперёд и назад, три ча-ча-ча вперёд назад , в променадной и контр променадной позиции. Изучение композиции программы «Е»класса. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Ча-ча» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |
| 46-56 | Румба | 11 | Изучение движений: Основные движения - Закрытое –- Открытое - На месте – Альтернативное, Прогресс. ход вперед, назад, Нью-Йорк в ЛБП или ПБП из открытой ПП - Чек из открытой КПП, Спот поворот вправо, влево включая Свитч и поворот под рукой, Рука к руке, Кукарача, Боковой шаг. Изучение композиции танца «Е» класса на месте, соло и в парах. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Румба» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |
| 57-67 | Джайв | 11 | Изучение движений: основное движение на месте (ключ), шоссе вправо и влево, смена мест, раскрытие вправо и влево, квадрат, смена рук за спиной, Американский спин поворот, Стоп – энд - Гоу, променадное шоссе, Хлыст, Испанские руки, Раскручивание от руки, Ветряная мельница, Кикк бол чендж. Изучение композиции танца «Е» класса на месте, соло и в парах. Самостоятельное сольное и парное исполнение движений и композиций танца «Джайв» под счёт, под музыку. | Рассказ, объяснение,  тренировка , показ выученных фигур, вариаций | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |
| 68 | Музыка и ритм | 1 | Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Характер музыки. Построение музыкальной пьесы. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальные темы и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительность изучаемых танцев.  Самостоятельный счёт музыкальных произведений. | Рассказ, объяснение,  тренировка | https://dancebooks.ru/walter-laird-1/ |