

Департамент по образованию администрации Волгограда
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Волгограда»

Принята на заседании
педагогического совета
от «20» июня 2016г.
Протокол № 3

Утверждаю
Директор МОУ ДЮЦ Волгограда
Минина Сатьяна Михайловна

« 31 » июня 20 16 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«От спорта к искусству»
Танцевально-спортивного клуба «Надежда»**

Возраст обучающихся: 5 – 18 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Борисов Павел Витальевич,
педагог дополнительного образования

г. Волгоград, 2016

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана на основании:

Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».

Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

Общая характеристика программы:

Направленность (профиль) программы – художественная направленность.

Актуальность программы – Актуальность программы обусловлена тем, что, в настоящее время спортивный бальный танец завоевывает всё более широкую популярность в России и во всём мире. Это объясняется высокой культурой и красотой его исполнения, зрелищностью и безграничными возможностями. Человек, увлекающийся бальными танцами в течении всей жизни, может хорошо владеть телом, укреплять нервную и дыхательную системы, поддерживать мышечный тонус, наслаждаясь при этом прекрасной музыкой.

Спортивный бальный танец исполняется в паре. Отсюда вся сложность и прелесть ролевого взаимоотношения «кавалера» и «дамы». Дети, танцуя в парах, учатся помогать друг другу, прислушиваться к мнению партнёра, находить совместные решения, улаживать неизбежные разногласия и даже конфликты мирным путём, овладевают культурой общения.

Содержание программы «Спортивные бальные танцы» многопланово. Наряду с европейскими и латиноамериканскими, она включает в себя отечественные, историко-бытовые и детские массовые танцы, а также классический и джаз-танец.

Основу данной программы составляет, с одной стороны ориентация на общечеловеческие ценности мировой танцевальной культуры, а с другой – установка на развитие творческой индивидуальности ребёнка.

В данной программе использованы последние идеи и правила преподавания бальных танцев с использованием новых разработок, методик и нормативных документов.

Отличительные особенности программы – на основе интересов подростков к спортивным бальным танцам создает благоприятные условия для раскрытия творческих способностей формирующейся личности юного гражданина, его способности к самовыражению в танце.

Адресат программы – обучающиеся дошкольного и школьного возраста от 5 до 18 лет, городские жители.

Учитывая особенности психологического и физиологического развития детей, обучающиеся делятся на пять возрастных групп.

Количественный состав групп формируется от 8 человек. Младшие группы 1-3, старшие группы: 4-5. Возраст поступающих 7-10 лет.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы 3 года. Общее количество основных учебных часов – 432 часа. В год – 144 часа. Для подготовки концертного репертуара в программе предусмотрены часы для постановочной работы сводной группы переменного состава 144 часа.

Формы обучения – очная форма обучения. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, при этом большее количество времени уделяется практической части. Теоретическая часть занятий достаточно компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания.

Особенности организации образовательного процесса - группы обучающихся одной возрастной категории, состав группы постоянный.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий – общее количество часов в год – 144 часа; Занятия основной учебной нагрузки проходят 2 раза в неделю по 2 часа. Занятия сводной группы переменного состава проходят в свободное от основной учебной нагрузки время 1 раз в неделю 4 часа.

1.2. Цель и задачи программы

Цель – раскрыть творческую индивидуальность каждой формирующейся личности юного танцора, его способности к самовыражению в танце.

Задачи:

Личностные – развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце; формирование художественного вкуса и эстетических склонностей в выборе своего имиджа.

Метапредметные -

Предметные – изучение истории танцевальной культуры; развитие чувства ритма и музыкальности, формирование танцевальных знаний, умений и навыков, развитие моторико - двигательной памяти.

1.3 Содержание программы Учебный-тематический план

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	1-й год обучения				
1	Освоение основ Школы бальных танцев	36	16	20	Контрольное занятие
1.1	Вводное занятие				
1.2	Изучение основ «Медленного вальса»				
1.2.1.	Правая перемена вперед и назад, правый поворот по четвертям, левая перемена вперед и назад, левый поворот по четвертям				
1.3.	Изучение основ танца «Джайв»				
13.1.	Основное движение, фолловей-разделение				
1.4	Изучение основ танца «Самба»				
1.4.1.	Баунс (Bounce Action) на месте и в сторону, основное движение, основной самба-ход.				
1.5.	Изучение основ танца «Ча-ча-ча»				
1.5.1.	Основное движение, нью-йорк поворот, тайм степ.				
2	Развитие приобретённых навыков	36	16	20	
2.1	Медленный вальс: изучение вариаций				
2.2	«Ча-ча-ча» - изучение вариаций				
2.3	«Самба» - изучение вариаций				
3	«Джайв» - изучение вариаций	35	15	20	Контрольное занятие
3.1	Теория				
3.2	Правила спортивного костюма, танцевальные позиции в паре				
3.3	Фигуры в латиноамериканской и Европейской программах				
4	Танцевальный номер (танцевальная вариация)	35	15	20	Отчетный концерт
4.1	Теория				
4.2	Рисунок танца				
4.3	Актёрское мастерство				
4.4	Разучивание танцевального номера				
5.	Итоговый	2	1	1	
	Итого:	144	63	81	

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
2-ой год обучения					
1.	Вводное занятие. Основы техники безопасности.	3	1	2	Беседы, обсуждения
2.	Изучение основ танца «Квик-степ»	46	16	30	Практическое занятие
2.1.	Локк-степ вперед, типл-шассе влево и вправо, локк-степ назад, типл-шассе вправо и влево без поворота				
2.2.	Изучение основ танца «Танго»				
2.2.1.	Карте без поворота				
3	Изучение новых фигур с учетом танцевального класса «Е»	48	12	36	Контрольное занятие
3.1	«Ча-ча-ча»				
3.2	Локк-степ вперед и назад				
3.3	«Самба»				
3.4	Виск, ботофого из променадной в обратную променадную позицию, спот-повороты				
4	«Медленный вальс»	46	16	30	Конкурс
4.1	Полный правый и левый поворот, перемены				
4.2	«Джайв»				
4.3	Смена рук за спиной, стоп энд гоу, мельница				
4.4	Отработка вариаций				
5	Итоговый	1	-	1	Отчетный концерт
	ИТОГО	144	45	99	
3-й год обучения					
1	Изучение фигур следующего танцевального класса «Д»	68	18	50	Контрольное занятие
1.1	Изучение фигур «Венского вальса»				
1.1.2.	Перемена-шассе вперед и назад				
1.3	Изучение и отработка новых элемента «Джайва»: свивлы носок-каблук				
1.4	Изучение и отработка новых элемента «Самба»: правый и левый мейпул				
1.5	Изучение и отработка новых элемента «Ча-ча-ча»: открытвй хип-твист				
2	База стоек, открытых и	68	18	50	Отчетный концерт

№ пп	Раздел, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	закрытых танцевальных позиций в паре				
2.1	Изучение и отработка вариаций европейской программы				
2.2	Изучение и отработка вариаций латиноамериканской программы				
3.	Правила проведения соревнований, требования к костюмам, танцевальные классы	6	2	4	Обсуждения, тесты
4.	Постановочная работа Работа над концертным репертуаром. (Сводные группы переменного состава)	144	24	120	Отчетный концерт
5.	Итоговый	2	1	1	Отчетный концерт
	ИТОГО	288	63	225	

Содержание учебного плана

1 год обучения.

Теория: Основы музыкальных ритмов. Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Общая и спортивная этика. Правила и нормы поведения в обществе, в коллективе. Правила поведения на танцевальном паркете. Поведение во время аттестаций. Правила спортивного костюма для начинающих танцоров. Программа «10 ступеней мастерства»: - общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене); -танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция); - степень поворота (1/4, 4/4). Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Практика: Медленный вальс: правая перемена (вперед и назад). Самба: баунс на месте, в сторону. Полька. Диско-танец. Ритмические упражнения под музыку. 2 ступень мастерства. Медленный вальс: правый поворот по четвертям. Танго: карте без поворота. Самба: основное движение с правой ноги вперед. Ча-ча-ча: тайм-степ, рука к руке. 3 ступень мастерства Медленный вальс: левая перемена, левый поворот по четвертям. Танго: карте с поворотом по четвертям. Квикстеп: 4 шага (в ритме слоу) вперед, типл-шассе вправо и влево, 4 шага (в ритме слоу) назад, типл-шассе влево и вправо. Самба: стационарный самба-ход. Ча-ча-ча: нью-йорк. Джайв: основное движение. 4 ступень мастерства. Медленный вальс: с правой ноги 2 перемены вперед, правый поворот на четверть, 2 перемены назад, левый поворот на четверть. Танго: основной левый поворот. Квикстеп: 4 шага вперед, типл-

шассе вправо влево с поворотом вправо на 1/2, 4 шага назад, типл-шассе вправо влево без поворота. Самба: боковой самба-ход. Ча-ча-ча: основное движение. Джайв: фолловой-разделение Аттестация и конкурс мастерства. Хореография. Формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi-plie, grand-plie, releve, battement tendus, grand battement, battement releve, позиции ног, позиции рук, упражнения на растягивание и выворотность. Итоговое занятие. Подготовка и участие в конкурсе спортивного бального танца.

2 год обучения.

Теория : Основы музыкальных ритмов. Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыиванием. Медленный вальс – счет 1, 2, 3. Танго – Быстро, Быстро, Медленно. Квикстеп – 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. Самба – Медленно и Медленно. Ча-ча-ча – счет 1, 2, 3, 4и. Джайв – Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. Правила поведения во время аттестаций и соревнований Правила спортивного костюма для начинающих танцоров. Программа «10 ступеней мастерства». – общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр); - танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижения корпуса); - степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 3/4) Фигуры и стандартные вариации в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Практика: Медленный вальс: исходное положение лицом диагональ к стене (ИП ЛДС). Правая перемена и правый поворот по четвертям. Исходное положение спиной диагональ в центр (ИП СДЦ). Левая перемена и левый поворот по четвертям. Квикстеп: Локк-степ вперед, типл-шассе влево вправо без поворота. Локк-степ назад, типл-шассе вправо влево без поворота. Самба: Виск. Ча-ча-ча: Локк-степ вперед и Локк-степ назад. Джайв: смена рук за спиной. 6 ступень мастерства. Медленный вальс: ИП ЛДС с правой ноги вперед (партия партнера) правый поворот на четверть, перемена назад, левый поворот на четверть, 2 перемены вперед. Далее в обратную сторону с левой ноги назад (партия партнерши) правый поворот на четверть, перемена вперед, левый поворот на четверть, 2 перемены назад. Квикстеп: Локк-степ вперед, типл-шассе влево вправо с поворотом вправо на 1/2, Локк-степ назад, типл-шассе вправо влево без поворота. Самба: ботофого из променадной в обратную променадную позицию. Ча-ча-ча: 3 ча-ча-ча вправо и влево. Джайв: стоп энд гоу. Практическая часть. Аттестация и внутренний конкурс мастерства. 7 ступень мастерства. Медленный вальс: ИП ЛДС - 6 ступень исполняется по линии танца. Квикстеп: ИП лицом по линии танца, 6 ступень - по линии танца. Самба: поступательное ботофого вперед. Ча-ча-ча: 3 ча-ча-ча

(Локк-степ) вперед и назад. Джайв: перемена мест слева направо. 8 ступень мастерства. Медленный вальс: ИП ЛДС с правой ноги вперед партия партнера полный правый поворот, перемена, полный левый поворот, 2 перемены вперед. Обратно с левой ноги назад партия партнерши полный правый поворот, перемена, полный левый поворот, 2 перемены назад. Квикстеп: по линии танца четвертной поворот и шассе. Самба: поступательноеботофога назад. Ча-ча-ча: соло спот-поворот, спот-поворот партнерши под рукой. Джайв: мельница. Хореография. Комплекс упражнений классической хореографии направлен на формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики Demi-plie, grand-plie, releve, battement tendus, battement tendus Jeter, grand battement, grand battement Jeter, battement relevent, позиции ног, позиции рук, упражнения на растягивание и выворотность. Итоговое занятие. Выступление перед родителями, педагогами и воспитанниками Центра детского творчества

3 год обучения.

Теория :Основы музыкальных ритмов. Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Венский вальс - Счет 1,2,3. Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно. (Музыкальный размер 3/4). ФИГУРНЫЙ вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4). Ча-ча-ча - счет 1, 2, 3, 4и. Самба - 1) Медленно и Медленно. 2) Медленно и Медленно и Медленно и Медленно. Джайв - 1) Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро.Меренго - счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4). Общая и спортивная этика. Взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками. Поведение во время аттестаций и соревнований. Бальный этикет. Правила проведения соревнований СТСР. Правила спортивного костюма для начинающих танцоров для танцоров- спортсменов; Программа «Восходящие звезды». - общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр); - танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижения корпуса); - степень поворота (1/8,1/4,1/2, 4/4). Фигуры и стандартные вариации в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Практика:Медленный вальс: ИП ЛДС с левой ноги вперед партия партнера Виск, шассе из променадной позиции, 2 перемены вперед. В обратную сторону с правой ноги партия партнерши Виск, шассе из променадной позиции. Венский вальс: перемена-шассе вперед и назад. Квикстеп: 7 + 8 ступень. Самба: поступательная вольта, вольтовый поворот на месте. Ча-ча-ча: основное движение в повороте. Джайв: променадные шаги. 10 ступень мастерства. Медленный вальс: внешняя перемена. Квикстеп: правый

поворот, Локк-степ назад, типл-шассе вправо. Локк-степ вперед. Венский вальс: правый поворот. Самба: крисс-кросс. Ча-ча-ча: ронд-шассе, хип-твист-шассе. Джайв: американский спин. Конкурс мастерства. Аттестационные испытания. Этап 2. «Восходящие звезды» 1 ступень «Восходящие звезды». Медленный вальс: проходящая перемена назад. Фигурный вальс. Самба: вращение от руки. Ча-ча-ча: веер, хоккейная клюшка. Джайв: свивлы носок-каблук. Меренго: шаги на месте, боковой шаг. 2 ступень «Восходящие звезды». Медленный вальс: Виск назад. Меренго: звездный шаг, рок-поворот. Самба: правый и левый мейпул. Ча-ча-ча: открытый хип-твист. Джайв: цыплячий ход. Хореография. Demi-plie, grand-plie, releve, battement tendus, battement tendusjeter, grand battement, grand battement jeter, battement relevent, battement sur le cou-de-pied, battement developpes, позициног, позицирук, упражнениянарастягиваниеивыворотность. Ансамбль. Репертуар: Постановка пар в ансамбле. Сотрудничество танцевальных пар в ансамбле. Отработка репертуара. Ориентирование на сценической площадке Итоговое занятие. Отчетный концерт.

1.4. Планируемы результаты.

Обучающийся 1-го года обучения будет знать:

- историю бальных танцев (начальные знания);
- требования к правильной осанке; основные позиции рук, ног, головы;
- правила поведения в танцевальном коллективе, правила поведения на танцевальном паркете, правила поведения во время аттестаций.

Обучающийся 1-го года будет уметь:

- прохлопывать и протопывать различные танцевальные ритмы, используемые в танцах – выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 1 года обучения;
- выполнять комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений
- показывать свое исполнительское мастерство перед судьями на конкурсах и перед зрителями на концертах.

Обучающийся 2-го года обучения будет знать:

- основные позиции корпуса, рук, ног, головы для танцевальной пары;
- правила поведения в танцевальной паре, правила поведения на соревнованиях.

Обучающийся 2-го года будет уметь:

- различные танцевальные ритмы, умеет их прохлопывать и протопывать;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 2 года обучения;
- выполнять расширенный комплекс общефизических и танцевальных упражнений;
- показывать свое исполнительское мастерство перед судьями на конкурсах, перед зрителями на концертах.

Обучающийся 3-го года обучения будет знать:

- основные позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при

исполнении танцев программы для начинающих танцоров-спортсменов;

- правила исполнения программы для начинающих танцоров-спортсменов на соревнованиях;
- правила спортивного костюма для начинающих танцоров-спортсменов;
- правила проведения соревнований для начинающих танцоров-спортсменов;

Обучающийся 3-го года будет уметь:

- исполнять программу для начинающих танцоров-спортсменов;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 3 года обучения;
- выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для начинающих танцоров-спортсменов;
- умеет показывать свое исполнительское мастерство перед зрителями и судьями на соревнованиях.

Раздел №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график программы «От спорта к искусству» составляется в соответствии с годовым календарным учебным графиком муниципального учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр Волгограда» ежегодно.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение. Для успешной реализации программы, изложенной выше, необходимо создать материально-техническую базу, которая определяется особенностями процесса хореографического образования. Учебный кабинет для занятий по программе должен быть оснащен зеркалами, станками, хорошим напольным покрытием и высокими потолками. Освещенность, вентиляционная система, система отопления должны соответствовать требованиям СанПиН. Раздевалка должна находиться вблизи от класса хореографии. Также необходимо иметь возможность выхода на сцену (репетиции и концерты), оснащенной необходимым световым и музыкальным оборудованием. Наличие сценических костюмов и обуви.

Зеркала; аудио-видеотехника (аудио-видеоматериалы: музыка танцевальных номеров, записи выступлений на конкурсах, соревнованиях, видео-просмотр конкурсов и мастер-классов).

Информационное обеспечение-аудио, видеоисточники (музыкальный центр, видеомагнитофон, телевизор).

Кадровое обеспечение – педагог работает совместно с концертмейстером.

2.3. Формы аттестации.

Формы аттестации отражают достижения цели и задач программы, Разработаны для определения результативности освоения программы.

Соревновательные элементы в структуре занятия, мини-конкурсы, смены партнеров и партнерш, помощь неопытным танцорам – все это наилучшим образом избавляет от ошибок в кратчайший срок, повышает срок,

повышает уровень танцевального мастерства всего коллектива, т.к. обучая другого - обучаешься сам.

С учетом требований Положения российской федерации танцевального спорта о допустимых фигурах в различных танцевальных классах, строится программа для спортивных пар – «Конкурсная школа бального танца». Градация танцевальных классов (см.Приложение).

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов – журнал посещаемости, анкетирования и тестирования, фото и видеотчеты, отзывы детей и родителей, свидетельство.

Для фиксации успеха пары, спортсменам - танцорам выдаются классификационные книжки, где фиксируются достижения пары на различных соревнованиях: открытые чемпионаты клуба, города, области, ЮФО, Европы. Танцоры, набравшие определенное количество баллов, установленных президиумом Российской Федерации танцевального спорта, переводятся в следующий, более высокий танцевальный класс.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, контрольный урок, ежегодный отчетный концерт, конкурс.

2.4.Оценочные материалы.

Такие формы работы как педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики умений и навыков, уровня взаимоотношений в парах, праздники, открытые и контрольные уроки по завершении каждой темы или раздела, конкурсы, отчетные концерты позволяют увидеть достижения детей в танцевальной и творческой деятельности.

2.5. Методические материалы.

Методы обучения: (словесный, наглядный, практический, репродуктивный, частично-поисковый, игровой) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);

Форма организации образовательного процесса - групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, игра, открытое занятие, контрольный урок, отчетный концерт, конкурс, праздник.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология мастерской, технология образа и мысли, технология решения изобретательских задач, здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия:

Структура учебного занятия:

- Организационный момент.

- Разминка.
- Классический экзерсис.
- Работа над концертным репертуаром.
- Конкурсная школа бального танца.
- Подведение итогов.

3. Список литературы.

Список основной учебной литературы:

1. О.О.Иванова «Ритмическая гимнастика». Москва. 1989.-52с.
2. Г.Н. Базарова «Азбука классического танца». Москва. 1983.- 130с.
3. Ваганова «Классический танец». Москва. 1972.-170с.
4. «Современный бальный танец», Сборник, Москва, «Просвещение» 1988.-205с.
5. Лэрд «Техника латиноамериканских танцев». Москва.2005.- 500с.
6. Элизабет Фотсвайн «Имперские вариации». Москва.1985.-450с
7. Популярныe вариации М.и Н. Катлер. СПб. 1990.-300с.
8. Пол Боттомер «Уроки танца». Москва. 1989.-140с.
9. И.П.Волкова «Практикум по спортивной психологии». Москва. 1983.-90с.
10. Методический материал на DVD дисках и видеокассетах.

Список дополнительной учебной литературы:

1. Imperial Society of Teachers of Dancing "The Ballroom Technique", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Техника европейских танцев»),
2. Imperial Society of Teachers of Dancing "The revised technique of Ballroom dancing", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника европейских танцев»),
3. Alex Moore , England "Ballroom dancing" (Алекс Мур, Англия «Европейские танцы»),
4. Guy Howard "Technique of Ballroom dancing", England - (Гай Говард «Техника европейских танцев», Англия).
5. Imperial Society of Teachers of Dancing, England "The revised technique of Lati American dancing" (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев»),
6. Walter Laird "Technique of Latin dancing", England (Уолтер Лэрд «Техника латиноамериканских танцев», Англия).

Список электронных источников и Интернет-ресурсов:

1. www.СТСР.ru

Градация танцевальных классов Союза Танцевального Спорта России

Категории	Программа
– Категория «Массовый спорт»	изучается 2 -3 конкурсных танца: (St.: L.W) – Медленный вальс; (L2: Samba, Cha-cha)
– «Е» класс;	– Самба; – Ча-ча-ча; изучается 6 конкурсных танцев (St.: L.W.,Q, V.W.) – Медленный вальс; – Быстрый фокстрот; – Венский вальс. (L2: Samba, Cha-cha, Jive)
– «D» класс;	– Самба; – Ча-ча-ча; – Джайв. изучается 8 конкурсных танцев (St.: L.W.,Q, V.W.,T) – Медленный вальс; – Быстрый фокстрот (квикстеп); – Венский вальс; – Танго. (L2: Samba, Cha-cha, Jive, Rumba)
– «С» класс	– Самба; – Ча-ча-ча; – Джайв; – Румба. изучается 10 конкурсных танцев (St.: L.W.,Q, V.W.,T, F) – Медленный вальс; – Быстрый фокстрот (квикстеп); – Венский вальс – Танго – Медленный фокстрот. (L2: Samba, Cha-cha, Jive, Rumba, Pd.)
– «В» класс	– Самба; – Ча-ча-ча; – Джайв; – Румба; – Пасадобль. изучается 10 конкурсных танцев, соревнования идут отдельно по двум программам – западноевропейской и латиноамериканской.

