

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.08.2026 16:54:58
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра спортивных дисциплин

Согласовано
деканом факультета физической культуры
и спорта

«18» марта 2026 г.


/Кулишенко И.В./

Рабочая программа дисциплины

Спортивные танцы

Направление подготовки
49.03.01 Физическая культура

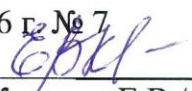
Профиль:
Спортивная тренировка

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Заочная

Согласовано учебно-методической
комиссией факультета физической
культуры и спорта

Протокол «13» марта 2026 г. № 7

Председатель УМКом 
/Крякина Е.В./

Рекомендовано кафедрой спортивных
дисциплин

Протокол от «27» февраля 2026 г. № 6

Зав. кафедрой 
/Антипов А.В./

Москва
2026

Авторы-составители:

Сулим А.С., старший преподаватель кафедры спортивных игр, гимнастики и единоборств

Брызгалова Р.М., кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных игр, гимнастики и единоборств

Рабочая программа дисциплины «Спортивные танцы» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ России от 19.09.2017 № 940.

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является элективной дисциплиной.

Год начала подготовки (по учебному плану) 2026.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты обучения	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Объём и содержание дисциплины.....	5
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....	11
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.....	12
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	25
7. Методические указания по освоению дисциплины.....	26
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	26
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	26

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины – воспитание у студентов физических и эстетических качеств, хороших манер общения и нравственных устоев посредством выполнения танцевальных упражнений.

Задачи дисциплины:

1. Овладеть в области теории, практики, а также методики преподавания основ предмета спортивные танцы.
2. Овладеть педагогическими принципами построения учебно-тренировочного занятия.
2. Научить студентов организовывать занятия по спортивным танцам с детьми.
3. Научить выполнению историко-бытовых танцев.
4. Научить выполнению танцевальных упражнений и танцев латиноамериканской и европейской программы.

1.2. Планируемые результаты обучения

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

ДПК-5. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.

ДПК-6. Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является элективной дисциплиной.

При её освоении необходимы знания, умения и компетенции, полученные в результате изучения других дисциплин: анатомия человека, физиология человека, гимнастика.

Приобретенные знания и умения в результате освоения данной дисциплины нужны студентам для изучения теории и методики физической культуры, прохождения учебной практики (ознакомительной практики) и производственной практики (тренерской практики).

3. ОБЪЁМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объём дисциплины

Показатель объема дисциплины	Форма обучения
	Заочная
Объем дисциплины в зачетных единицах	2
Объем дисциплины в часах	72
Контактная работа:	14.2
Лекции	4
Практические занятия	10
из них, в форме практической подготовки	10
Контактные часы на промежуточную аттестацию:	0.2
Зачет	0.2
Самостоятельная работа	50
Контроль	7.8

Форма промежуточной аттестации: зачёт в 1 семестре.

3.2. Содержание дисциплины

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов		
	Лекции	Практические занятия	из них, в форме практической подготовки
Раздел I. История спортивного танца			
Тема 1. Возникновение балльных и современных танцев. Классификация танцев. Характерные особенности различных танцевальных направлений. Танец в Древней Греции. Военные пляски. Танец средневековья – простой (народный) и благородный (исполняемый знатью). Народные танцы – «бранли»: простые, весёлые, подражательные (танец башмачников, конюхов, прачек и т.д.). Основа танца – народное творчество. Создание Людовиком XIV в 1651г. академии танцев в Париже. Создание балетного театра. Введение Петром I (XVII век) танцевальных ассамблей и публичных балов. Приглашение дворянством иностранных учителей танцев (немцев, французов, англичан) – танцмейстеров. Обучение танцем, привитие правил европейского светского обхождения (политеса). Частные танцевальные пансионы. Появление бытового танца (менуэт). Появление классического танца во второй половине XIX века. Народные танцы – хороводы (орнаментальные и игровые), пляски, переплясы, парные и сольные пляски. Появление салонно-балльного танца («Русская пляска», «Казачёк»). <u>Классификация танцев</u> : народные, исторические, историко-бытовые, классические, современные балльные танцы (латиноамериканские и европейские), спортивные.	0.5	-	-
Раздел II. Хореография в спортивном танце			
Тема 1. Классификация танцевальных движений Позиции, положение и движение ног. Положение колена. Шаги, переходы, приставки, притопы. Положение ступней на полу. Позиции, положения и движения рук. Положения и позиции головы и корпуса. Баланс, перенос веса тела, походка, вариации, подъём и снижение.	0.5	-	-
Тема 2. Композиционное построение спортивных танцев. Движение по линии танца по радиусу (от «центра», «к центру»), против линии танца. Точное исполнение танцевальных движений и фигур; импровизационный характер танца (произвольное варьирование последовательности движений и фигур). Психологическая совместимость партнеров. Музыкальное оформление танца. Эстетика костюмов танцоров.	0.5	-	-
Раздел III. Техника и методика обучения спортивным танцам			
Тема 1. Европейские танцы. Латиноамериканские танцы. Народные танцы. Исторические балльные танцы. <u>Европейские танцы:</u> «Танго»: («ход левой ногой», «ход правой ногой», «прогрессивное звено», «рок поворот», «закрытый променад», «файв - степ», «внешний свивл», «обратный поворот»). «Медленный вальс»: («правый поворот», «шаг-перемена», «левый поворот», «виск », «шассе», «спин-поворот», «плетение»). «Фокстрот»: («шаг перо», «левый поворот», «тройной	1.5	6	6

шаг», «правый поворот», «открытый телемарк», «наружный свивл», «плетение»). «Венский вальс»: («правый поворот», «шаг перемена», «левый поворот»). «Квикстеп»: («четвертной поворот», «прогрессивное шассе», «лок - степ», «спин поворот»). <u>Латиноамериканские танцы:</u> 1. «Румба»: («основной ход вперёд и назад», «нью-йорк », «спот поворот», «веер», «алемана», «раскрытие», «кукарача»). 2. «Самба»: («основной ход вперёд и назад», «виск », «самба ход», «вольта-кросс», «ботафого в закрытой и теневой позиции»). 3. «Ча – ча – ча »: («основной ход вперёд и назад», «нью-йорк », «спот поворот», «рука к руке», «алемана», «веер», «клюшка», «лок-степ»). 4. «Джайв»: («джайв-шассе», «рок назад», «смена места справа налево», «смена места слева на право», «смена руки за спиной», «американский спин»). 5. «Пасодобль»: («шассе в право», «сюр-плэйс», «разделение», «шестнадцать»). <u>Народные танцы:</u> 1. Русские танцы – «Кадриль», «Пляска», «Перепляс», «Русский лирический». 2. Белорусские танцы – «Бульба», «Лявониха», «Крыжачок». 3. Молдавские танцы – «Молдовеняска». 4. Грузинские танцы – «Лезгинка». 5. Греческие танцы – «Сиртаки». <u>Исторические бальные танцы:</u> 1. «Полонез» 2. «Полька» 3. «Краковяк» 4. «Мазурка»			
Тема 2. Чёткость исполнения технических элементов. Основные положения в паре. Соединения рук. Чёткость исполнения технических элементов – шаг с носка, перенос тяжести тела с одной ноги на другую, повороты на 90° и 180° вправо влево, переходы, движения по линии танца. Основные положения в паре – лицом друг к другу, спиной друг к другу, стоя в одну линию. Соединение рук – руки скрестно, под руку, классическое соединение рук в паре, руки скрестно за спиной, рука в руке (другая на пояс), партнёр руки на талию партнёрше – партнёрша руки на плечи партнёру, стоя лицом друг к другу партнёры держатся за руки (или за руку).	0.5	-	-
Тема 3. Артистичность и выразительность исполнения танцев. Импровизационные движения. Музыкальное выразительное исполнение. Согласование элементов танца с музыкальным сопровождением. Четкое выполнение движений согласно музыкальному звучанию. Согласование частей упражнений с музыкальным метрическим размером. Согласование танцевальных композиций с началом и концом музыкального периода. Выполнение танцевальных упражнений с отстающим движением рук и головы согласно музыкальному произведению.	0.5	4	4
Итого:	4	10	10

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тема	Задания на практическую подготовку	Количество часов
Тема 1. Европейские танцы. Латиноамериканские танцы. Народные танцы. Исторические бальные танцы.	Овладеть техникой выполнения европейских, латиноамериканских, народных и исторических бальных танцев	6
Тема 2. Артистичность и выразительность исполнения танцев. Импровизационные движения.	Научиться импровизировать на заданную хореографическую тему, т.е. создавать рисунок танца в момент исполнения, мгновенно, неожиданно, без предварительной подготовки, составлять сюжетные этюды и др.	4
Итого:		10

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Кол-во часов	Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение	Формы отчётности
1. Техника упражнений у опоры на развитие различных мышечных групп.	1. Выполнение упражнений классического экзерсиса на развитие силы мышц ног, гибкости, прыгучести. 2. Упражнения на растягивание мышц и на равновесия.	4	Подготовка конспекта учебно-тренировочного занятия	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Конспект учебно-тренировочного занятия
2. Техника танцевальных упражнений народного характера.	1. Выполнение упражнений характерного экзерсиса. 2. Соединение упражнений классического характера с народными элементами.	6	Подготовка к устному опросу Подготовка к теоретическому тестированию	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Устный опрос Теоретическое тестирование

3. Техника латиноамериканских танцев.	1. Выполнение упражнений танца «Румба»: - «основной ход вперёд и назад» - «нью -йорк» - «спот - поворот» - «рука к руке» 2. Выполнение упражнений танца «Самба»: - «основной ход вперёд и назад» - «виск» - «самба-ход» - «вольта» 3. Выполнение упражнений танца «Ча-ча-ча»: - «основной ход вперёд и назад» - «нью -йорк» - «спот - поворот» - поворот партнерши под рукой вправо	20	Подготовка к реферату Подготовка творческого задания Подготовка зачётных танцев	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Реферат Творческое задание Техника выполнения зачётных танцев
4. Техника европейских танцев.	1. Выполнение упражнений танца «Медленный вальс»: - «правый поворот» - «шаг перемена» - «левый поворот» - «виск» - «шассе»	20	Подготовка творческого задания Подготовка зачётных танцев.	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Творческое задание Техника выполнения зачётных танцев
ИТОГО:		50			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.

5.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ДПК-5. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

обучающихся.	
ДПК-6. Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа.	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

5.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
ДПК -5	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	Знать: - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания. Уметь: -описывает варианты применения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания в практической деятельности - составлять на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания. -проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно требованиям к проведению современного урока (занятия) по спортивным танцам. Владеть: -способами решения задач физического воспитания.	Устный опрос, реферат, творческое задание, теоретическое тестирование, конспект учебно-тренировочного занятия	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания творческого задания Шкала оценивания теоретического тестирования Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия
	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	Знать: - наиболее эффективные способы решения задач физического воспитания с различным контингентом занимающихся. Уметь: -составляет на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания с учетом,	Устный опрос, реферат, творческое задание, теоретическое тестирование, конспект учебно-тренировочного занятия,	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания творческого задания

			индивидуальных и групповых особенностей занимающихся. -проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно современным требованиям к проведению уроков (занятий) по спортивным танцам. Владеть: - оригинальными методиками обучения, развития и воспитания при проведении. урока (занятия) по спортивным танцам.	практическая подготовка (техника выполнения зачётных танцев)	Шкала оценивания теоретического тестирования Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия Шкала оценивания практической подготовки (техники выполнения зачётных танцев)
ДПК -6	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	Знать: -основные документы планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по спортивным танцам. -основную отчетную документацию о проведении спортивных соревнований по спортивным танцам Уметь: -составлять текущие (составление поурочных планов-графиков, журнал учета посещаемости, план-конспект и т.д.) и перспективные планы (годовой учебный план, учебный план-график) по спортивным танцам. -составлять основные отчеты о проведении спортивных соревнований по спортивным танцам - применять навыки по	Устный опрос, реферат, творческое задание, теоретическое тестирование, конспект учебно-тренировочного занятия	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания творческого задания Шкала оценивания теоретического тестирования Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия

			составлению плановых документов во время прохождения практики. Владеть: - навыками по составлению текущих и перспективных планов (применительно к конкретным «производственным» задачам).		
Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	Знать: -документы планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по спортивным танцам. -отчетную документацию о проведении спортивных соревнований по спортивным танцам Уметь: - составлять смету проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях по спортивным танцам. -проводить физкультурно-спортивные мероприятия в соответствии с планом и привлекать СМИ, спонсоров, органы управления ФК города, района и т.д. Владеть: -навыками организации физкультурно-спортивных мероприятий различного уровня. -навыком составления полного перечня отчетной документации и проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия по спортивным танцам.	Устный опрос, реферат, творческое задание, теоретическое тестирование, конспект учебно-тренировочного занятия, практическая подготовка (техника выполнения зачётных танцев)	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкала оценивания творческого задания Шкала оценивания теоретического тестирования Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия Шкала оценивания практической подготовки (техники выполнения зачётных танцев)	

Описание шкал оценивания

Шкала оценки конспекта учебно-тренировочного занятия

Критерии	Количество баллов
Содержание конспекта соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью. Присутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	9-10 баллов
Содержание конспекта недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам темы, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения. Присутствуют некоторые схемы, таблицы.	6-8 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки. В конспекте отсутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	3-5 баллов

Шкала оценивания устных опросов

Требования к критерию	Количество баллов
Полно и аргументировано отвечает по содержанию задания. Обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные. Излагает материал последовательно и правильно.	8-10 баллов
Ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.	6-8 баллов
Ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.	3-5 баллов
Ставится, если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.	0-2 балла

Шкала оценивания реферата

Критерии	Количество баллов
Содержание соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	8-10 баллов
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и	

задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	6-8 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	3-5 баллов

Шкала оценивания творческого задания

Критерии	Количество баллов
Выразительное, уверенное стилистически правильное исполнение движений классического и народного танцев, то есть владение элементарными техническими приемами исполнения, чистота исполнения танцевального материала, демонстрация использования техники танцевальных движений, проявления музыкальности исполнения хореографических комбинаций, артистичность и эмоциональность. Студент должен владеть навыками простейших движений классического танца. Студент должен владеть элементами танцев народов России. Студент должен знать терминологию и порядок движений у станка классического и народного танца. Должен иметь отличные профессиональные данные в области классического и народного танцев.	8-10 баллов
Выразительное, уверенное исполнение движений классического и народного танцев, то есть владение техническими и эмоциональными приемами исполнения. В исполнении танцевального материала допущены погрешности. Осмысленное исполнение большей части программных движений классического и народного танцев, в каком-либо аспекте исполнения допущены неточности (технические недостатки и слабо выражены артистические данные, музыкальность). Незначительные погрешности в знании терминологии и порядка движений у станка классического и народного танца. Хорошие профессиональные данные в области классического и народного танцев.	6-8 баллов
Исполнение движений классического и народного танцев, недостаточная демонстрация технических и эмоциональных приемов исполнения движений. В каком-либо аспекте исполнения допущены неточности, технические недостатки, погрешности в исполнении	3-5 баллов
Крайне слабая степень владения навыками простейших движений в области классического и народного танцев. Студент не знает элементов танцев народов России. Исполнение движений классического и народного танцев не соответствующее уровню хореографической подготовленности. Грубые ошибки в танцевальных движениях, остановки, отсутствие музыкальности, выразительности и артистизма в исполнении хореографического материала. Отсутствие профессиональных данных в области хореографии.	0-2 балла

Шкала оценивания теоретического тестирования

количество правильных ответов	количество баллов
19 и больше	10
15-18	7
11-14	4
меньше 10	0

Шкала оценивания практической подготовки (техники выполнения зачётных танцев)

Название танцев	Критерии	Количество баллов
«Па-де-грас» «Краковяк» «Медленный вальс» «Самба» «Румба» «Ча-ча-ча»	Отличное знание танца. Умение держать спину, подтянутые мышцы ног. Умение исполнять танец с хорошей хореографией, выразительно и артистично. Умение согласовывать движения с музыкальным сопровождением. Хорошее взаимопонимание партнеров на протяжении всего танца.	30
	Не очень уверенное исполнение танца. Незначительные ошибки в хореографии движений. Неоправданные ошибки в согласовании движений с музыкой. Недостаточно четкое взаимодействие партнеров в одной из частей танца	20
	Значительные ошибки в знании танца. Значительные ошибки в хореографических движениях. Отсутствие взаимопонимания партнеров в движениях различных частях танца.	10
	Плохо выражен рисунок танца, неуверенное исполнение движений. Отсутствие взаимопонимания партнеров в танце	0-5

5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЁТУ

1. История возникновения бальных танцев.
2. История латиноамериканских танцев.
3. Методика обучения историко-бытовым танцам.
4. Методика обучения танцам европейской программы
5. Методика обучения латиноамериканским танцам.
6. Классификация фигур в спортивных танцах с учетом возрастных особенностей.
7. Структура занятия спортивными танцами в ДЮСШ.
8. Организация учебно-тренировочного занятия по спортивным танцам.

9. Развитие основных физических качеств средствами спортивных танцев.
10. Роль и значение музыки в занятиях спортивными танцами.
11. Психолого-педагогические основы взаимодействия партнеров в спортивном танце.
12. Методы воспитания артистичности и выразительности исполнения в спортивном танце.
13. Влияние занятий спортивными танцами на здоровье занимающихся.
14. Формирование правильной осанки средствами спортивного танца.
15. Спортивные танцы в студенческом возрасте.
16. Организация и проведение соревнований по спортивным танцам в ДЮСШ.
17. Состав судейской коллегии на соревнованиях по спортивным бальным танцам, краткая характеристика их обязанностей.
18. Место и значение бальных танцев в системе физического воспитания.
19. Влияние классического танца и других видов хореографии на современный бальный танец.
20. Построение композиции в танцах европейской программы.
21. Построение композиции в танцах латиноамериканской программы.
22. Значение хореографии в занятиях спортивными танцами.
23. Противопоказания при занятиях спортивными танцами.
24. Травмы в спортивных бальных танцах, доврачебная помощь.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ К УСТНОМУ ОПРОСУ

1. Исторические предпосылки и факторы, определяющие развитие танцевального спорта, их характеристика.
2. Цель, условие и специфика деятельности тренера по танцевальному спорту.
3. Понятие классификации. Основные принципы классификации в танцевальном спорте.
4. Основные термины в спортивных танцах и их характеристика.
5. Международная терминология спортивных танцев.
6. Определение спортивных (бальных) танцев как вида спорта. Комплексный характер двигательной деятельности танцоров.
7. Характеристика энергообеспечения двигательной деятельности в спортивных танцах.
8. Предмет обучения в танцевальном спорте. Характеристика методики обучения танцоров с целью овладения техникой спортивного танца.
9. Основной путь и задачи обучения. Этапы обучения и их характеристика.
10. Основы техники в танцевальном спорте.
11. Характеристика этапов обучения в танцевальном спорте.
12. Закономерности формирования двигательного умения и навыка.
13. События 1957 года, сыгравшие основную роль в становлении и развитии спортивно - танцевального движения в РФ. Организаторы и участники.
14. Первые ведущие студии международного конкурсного бального танца в г. Москве после 1957 года, их руководители. Какие первые ведущие танцевальные пары России были ими подготовлены?
15. Первая попытка официально утвердить конкурсный бальный танец как вид спорта в СССР.
16. Представители России - члены сборной команды СССР, по конкурсному бальному танцу среди любителей в начале 80- х годов, их подготовка к международным соревнованиям.
17. Первые Чемпионаты СССР, организованные АБТ; сложности, возникшие при их проведении.
18. Значения классической хореографии для исполнителей спортивных танцев. Специфика преподавания классической хореографии для спортсменов-танцоров.
19. Порядок урока классического танца. Понятие *batterie*, его вида. Понятие *plié*.

20. Позиция ног и рук. Понятие *gond*, его виды и направления.
21. Вращения в классическом танце. Понятие *port de brag*, его виды.

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Специфика положительного воздействия соревновательной деятельности на развитие личности с точки зрения постоянной конкуренции.
2. Инновационные формы обучения бального танца: Европейская программа.
3. Педагогический опыт ведущих специалистов по бальной хореографии России и мира.
4. Появление и развитие новой форм бальной хореографии – парного танца.
5. Стил и его влияние на характер, манеру исполнения бальных танцев.
6. История возникновения и развития «Медленного вальса».
7. История возникновения и развития «Румбы».
8. История возникновения и развития «Самбы».
9. История возникновения и развития «Ча-ча-ча».
10. Характеристика бального танца в России.
11. Реформы Петра I. Открытие Петровских Ассамблей.
12. Особенности романтического стиля в бальной хореографии XIX века.
13. Особенности романтического стиля в бальной хореографии XX века.
14. Демократизация бальной хореографии XIX века.
15. Демократизация бальной хореографии XX века.
16. Характеристика форм и стилей бальной хореографии XIX века.
17. Характеристика форм и стилей бальной хореографии XX века.

ПРИМЕР ЗАДАНИЙ ДЛЯ ТЕСТИРОВАНИЯ

1. По какой позиции ног исполняются танцы европейской программы?

- А. По шестой
- Б. По второй
- В. По третьей
- Г. По пятой

2. По какой позиции ног исполняются танцы латиноамериканской программы?

- А. По второй
- Б. По третьей
- В. По пятой
- Г. По первой

3. Назовите самый характерно выраженный танец латиноамериканской программы?

- А. Самба
- Б. Румба
- В. Пассадобль
- Г. Джайв

4. Назовите самый требовательный к точному исполнению танец латиноамериканской программы?

- А. Джайв
- Б. Румба
- В. Ча-ча-ча

Г. Самба

5. Назовите танец европейской программы, выполняемый с постоянным противодвижением в корпусе?

- А. Медленный вальс
- Б. Венский вальс
- В. Медленный фокстрот
- Г. Танго

6. Какой танец из представленных относится к Европейской программе спортивных бальных танцев?

- А. Танго
- Б. Румба
- В. Самба
- Г. Пассадобль

7. Какой танец из представленных относится к латиноамериканской программе спортивных бальных танцев?

- А. Медленный вальс
- Б. Ча-ча-ча
- В. Медленный фокстрот
- Г. Быстрый фокстрот

8. Какой танец из представленных, всегда имеет фиксированную продолжительность исполнения?

- А. Самба
- Б. Пассадобль
- В. Ча-ча-ча
- Г. Джайв

9. Какой танец из представленных НЕ относится к европейской программе спортивных бальных танцев?

- А. Румба
- Б. Медленных вальс
- В. Танго
- Г. Венский вальс

10. Какой танец из представленных НЕ относится к латиноамериканской программе спортивных бальных танцев?

- А. Ча-ча-ча
- Б. Быстрый фокстрот
- В. Пассадобль
- Г. Джайв

11. Назовите самый быстрый танец латиноамериканской программы?

- А. Самба
- Б. Румба
- В. Джайв
- Г. Ча-ча-ча

12. Самый медленный танец европейской программы?

- А. Медленный вальс
- Б. Венский вальс

- В. Танго
- Г. Медленный фокстрот

13. Отметьте правильный счет в танце Румба?

- А. Раз,два,три
- Б. Четыре-раз,два,три
- В. Раз,два
- Г. Раз,два,три,четыре

14. Правильное направление линии танца?

- А. Против часовой стрелки
- Б. По часовой стрелке
- В. К центру зала
- Г. От центра зала

15. Какой танец латиноамериканской программы отличается наличием «пружинки» в каждом движении?

- А. Самба
- Б. Ча-ча-ча
- В. Румба
- Г. Джайв

16. Танец латиноамериканской программы, где преимущественно используются прыжки?

- А. Румба
- Б. Самба
- В. Ча-ча-ча
- Г. Джайв

17. Отметьте самый медленный танец латиноамериканской программы?

- А. Самба
- Б. Румба
- В. Джайв
- Г. Ча-ча-ча

18. «Гордый танец испанской корриды» - это ...

- А. Джайв
- Б. Пассадобль
- В. Самба
- Г. Румба

19. В европейской программе фигура «большой квадрат» выполняется в ...

- А. Танго
- Б. Медленный вальс
- В. Быстрый фокстрот
- Г. Венский вальс

20. Единственный танец европейской программы, где используются прыжки ...

- А. Быстрый фокстрот
- Б. Танго
- В. Венский вальс
- Г. Медленный фокстрот

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

(перечень зачётных танцев)

1. «Па-де-грас»
2. «Краковяк»
3. «Медленный вальс»
4. «Самба»
5. «Ча-ча-ча»
6. «Румба»

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ДЛЯ НАПИСАНИЯ КОНСПЕКТА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

1. Разучивание элементов танца «Медленный вальс».
2. Разучивание элементов танца «Самба».
3. Разучивание элементов танца «Ча-ча-ча».
4. Разучивание элементов танца «Румба»
5. Разучивание танца «Па-де-грас».
6. Разучивание танца «Краковяк».
7. Хореография в занятиях спортивными танцами.
8. Экзерсис у опоры.
9. Экзерсис на середине зала.
10. Развитие координации на занятии классическим танцем.
11. Развитие гибкости на занятии классическим танцем и др.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТВОРЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

1. Творческая импровизация танца на заданную хореографическую тему.
2. Составление сюжетных этюдов.
3. Составить танцевальные комбинации на основе изолированного движения головы, рук и ног.
4. Составить комбинации на развитие координации движения головы, рук и ног с использованием различных способов ее осуществления.
5. Составить комбинации упражнений у станка и др.

5.4. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.

Формами текущего контроля являются устный опрос, реферат, творческое задание, теоретическое тестирование, конспект учебно-тренировочного занятия, практическая подготовка.

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение семестра за текущий контроль, равняется 80 баллам.

Максимальное количество баллов, которые обучающийся может получить на зачете, равняется 20 баллам.

Формой промежуточной аттестации является зачет, который проходит в форме устного собеседования по вопросам.

Шкала оценивания зачета

Критерии	Количество баллов
Ответ правильный, полное раскрытие вопроса.	20 баллов
Ответ правильный, полный, допускаются мелкие неточности, не влияющие на существо ответа.	15 -19 баллов
Ответ в целом правильный, но не совсем полный. Допускаются мелкие неточности и не более двух ошибок, которые студент может исправить самостоятельно.	9 - 14 баллов
Ответ в целом правильный, но не полный, поверхностный. Ошибки и неточности, допущенные при ответе, студент может исправить после наводящих вопросов.	3-8 баллов
Ответ неверный. После наводящих вопросов никаких исправлений не дано.	0-2 балла

Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Итоговая оценка по дисциплине формируется из суммы баллов по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации и выставляется в соответствии с приведенной ниже таблицей.

Баллы, полученные обучающимися в течение освоения дисциплины	Оценка по дисциплине
41 – 100	Зачтено
0 - 40	Не зачтено

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Основная литература.

1. Мостовая, Т. Н. Техника и методика обучения упражнениям классической (базовой) аэробики и спортивных танцев : учебно-методическое пособие. — Орел : МАБИВ, 2017. — 57 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/73256.html>
2. Путинцева, Е. В. Начальная подготовка в спортивных танцах : учебное пособие / Е. В. Путинцева, Г. Н. Пшеничникова. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2010. — 149 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/65022.html>

6.2. Дополнительная литература.

1. Лисицкая, Т. С. Хореография в гимнастике : учебное пособие для вузов. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2023. — 242 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/514700>
2. Танец и методика его преподавания: народно-сценический танец: учеб.-метод. пособие для вузов / сост. : А. В. Палилей, А. А. Бондаренко, С. Г. Бондаренко. - Кемерово : КемГИК, 2019. - 119 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1154351>
3. Теория, методика и практика классического танца : учебное пособие для вузов / сост. В.П. Давыдов. — Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры, 2017. — 244 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/76346.html>

4. Чеботарёва, С. С. Психологические аспекты комплексной подготовки спортсменов художественных видов спорта : метод. пособие. - Москва : Проспект, 2022. - 96 с. - Текст: электронный. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785392357789.html>

6.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

1. <http://www.vosmgou.ru>

2. <http://lib.sportedu.ru>

3. <http://www.rsl.ru>

4. <http://www.dancesport.ru>

5. <http://www.dancenews.net>

6. <http://www.moscowdance.ru>

Электронно-библиотечная система Лань <https://e.lanbook.com>

ООО «Электронное издательство Юрайт» <https://urait.ru>

7.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплинам
2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ.

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows

Microsoft Office

Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

fgosvo.ru – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

pravo.gov.ru – Официальный интернет-портал правовой информации

www.edu.ru – Федеральный портал Российское образование

Свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей)

7-zip

Google Chrome

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: комплект учебной мебели, доска, технические средства обучения (проектор подвесной, компьютер стационарный - моноблок);

- помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой, подключенной к сети Интернет, обеспеченные доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета. Персональные компьютеры с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в

электронную информационно-образовательную среду Университета. Доска. Программное обеспечение: Лицензионное программное обеспечение: Зарубежное: Microsoft Windows, Microsoft Office Отечественное: Kaspersky Endpoint Security Свободно распространяемое программное обеспечение: Зарубежное: Google Chrome, 7-zip Отечественное: ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей) Информационные справочные системы: система «КонсультантПлюс» Профессиональные базы данных: fgosvo.ru pravo.gov.ru;

- помещение для самостоятельной работы для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, оснащенное компьютерной техникой, подключенной к сети Интернет, обеспечено доступом к электронно-образовательной среде Университета, Комплект учебной мебели, персональные компьютеры с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду Университета, доска, проектор подвесной;

- в том числе, материально-техническое обеспечение практической подготовки по дисциплине:

- учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения: Спортивный зал (60–100 м²); ковер.