

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
БУ ДО ОО «СШОР №1»
Протокол от 27.06
2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор БУ ДО ОО «СШОР №1»
О. А. Смолина
Приказ № 163 от
27.06 2023 г.

Бюджетное учреждение дополнительного образования Орловской области
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА № 1»

**Дополнительная общеразвивающая программа
в области физической культуры и спорта по виду спорта
«танцевальный спорт»**

Возраст обучающихся:	7-17 лет.
Срок реализации программы «танцевальный спорт»:	1 год.

Автор-составитель:
Васильева Е.П.
Инструктор-методист
БУ ДО ОО «СШОР №1»

г. Орел

2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I	Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «танцевальный спорт».	3-8
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Учебно-тематический план	5
1.3	Содержание программы	6
1.4	Цели и задачи программы	7
1.5	Планируемые результаты программы	8
Раздел II	Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «танцевальный спорт»	8-14
2.1	Организационно-педагогические условия реализации программы.	8
2.2	Порядок зачисления в спортивно-оздоровительные группы.	9
2.3	Методическое обеспечение программы	9
2.4	Оценочные материалы	13
2.5	Формы аттестации	14
Раздел III	Комплекс требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «танцевальный спорт».	15
3.1	Материально-техническое обеспечение программы	15
3.2	Информационное обеспечение программы	15
3.3	Кадровое обеспечение программы	15
	Список литературы	16

Раздел I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «танцевальный спорт».

1.1.Пояснительная записка

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа по танцевальному спорту для спортивно-оздоровительных групп (СОГ) разработана в соответствии с:

- Законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. от 23.07.2013) «Об Образовании в Российской Федерации»;

-Приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительных общеобразовательных программам» (с изменениями и дополнениями от 05.09.2019г.);

-Письмом Минобрнауки от 18.11.2015г., №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разно уровневые программы);

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

-Концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014г. №1726-р);

- Письмом Департамента образования Орловской области от 15 июня 2016 г., №6-1424 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ (включая разно уровневые программы);

-Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2012г.. №1897);

-Приказом Минспорта России от 24.10.2012 № 325 «О методических рекомендациях по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»;

- на основе приказа Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-приказа Минспорта России № 1125 от 27.12.2013 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

Актуальность программы

В настоящее время танцевальный спорт завоевывает все более широкую популярность в России и во всем мире. Это объясняется высокой культурой и красотой его исполнения, зрелищностью и безграничными возможностями. Человек, увлекающийся балльными танцами, в течение всей жизни может хорошо владеть телом, укреплять нервную и дыхательную системы, поддерживать мышечный тонус, наслаждаться при этом прекрасной музыкой. Спортивный балльный танец исполняется в паре. Отсюда вся сложность и прелесть ролевого взаимоотношения «кавалера» и «дамы». Дети, танцующие в парах, учатся помогать друг другу, прислушиваться к мнению партнера, находить совместные решения, улаживать неизбежные разногласия и даже конфликты мирным путем, овладевают культурой общения.

Новизна программы состоит в том, что занятия танцевальным спортом – это один из немногих видов деятельности, позволяющий сочетать «не сочетаемое» - спорт, искусство, пластику, владение телом, выработку волевых качеств, умение общаться. Именно в этом заложена основа методики систематической подготовки детей, которая отражает педагогическую целесообразность реализации программы.

Танцевальный спорт сочетает в себе средства музыкального и пластичного, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. Занятия танцевальным спортом сами по себе являются прекрасным средством физического воспитания и психологической релаксации, способствует гармоничному физическому развитию и личному росту.

В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены. Занятия танцами, позитивно влияют на физическое развитие детей: вырабатывается правильная и красивая осанка, внешнему облику придается соразмерность и элегантность. Заметно улучшается координация движений. Дети начинают более ловко и красиво двигаться не только во время занятий, но и в быту. Систематические тренировки делают детей более

крепкими и выносливыми. В результате формирования знаний, умений и навыков основ хореографии, у детей вырабатывается способность концентрации внимания, развивается память, что способствует общему развитию ребенка. Вместе с обучением танцу формируется вкус, избирательное отношение к танцевальному и музыкальному репертуару. Одновременно закладываются навыки поведения в обществе, основы культуры общения и поведения в коллективе. Все это делает данную программу актуальной, поскольку в танцах, как и в других, сложно координационных видах спорта должна присутствовать гармония различных танцевальных комбинаций, высокое качество, эстетика исполнения содержания программ. В настоящее время достигнуть успехов в танцах невозможно, не имея высокого уровня развития выносливости, гибкости, эстетики движений, координационных способностей. Данная образовательная программа имеет спортивно-оздоровительную направленность. Она разработана на основе практического и методического опыта работы на спортивно - оздоровительном этапе, нацелена на анализ и оценку степени физического и двигательного развития детей, с учетом особенностей каждого из них. А также на организацию процесса воспитания, выбор наиболее целесообразных средств, форм и методов работы в конкретных условиях, проектирование желаемого уровня конечного результата. Данный подход к спортивной подготовке соответствует ведущим целям и задачам системы дополнительного образования детей, согласно которым образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам должна быть направлена на формирование и развитие творческих способностей у детей; удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в занятиях физической культурой и спортом; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся. Дополнительная общеразвивающая программа является спортивно-оздоровительной программой для широкого круга обучающихся, а также может служить подготовительным этапом к определению перспективных обучающихся для освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Сроки реализации программы – 1 год. Возраст детей 6 -17 лет.

1.2. Учебно - тематический план

Учебно-тематический план рассчитан на 52 недели (234 часа). Наполняемость группы – 2

– 20 человек. Периодичность занятий: 3 раза в неделю по 1,5 астрономических часа. (90 минут)

Виды подготовки	4,5 ч. 7-10л	4,5 ч. 10-13л	4,5 ч. 14-17л
Теоретическая подготовка	16	16	14
Общая физическая подготовка	48	48	45
Специальная физическая подготовка	50	50	50
Техническая подготовка	64	64	64
Хореографическая подготовка	50	50	45
Контрольные соревнования	3	4	8
Контрольные нормативы	3	2	2
Инструкторская и судейская практика	-	-	6
Всего часов за 52 недели	234	234	234

1.3. Содержание программы

Образовательный процесс осуществляется на основе настоящей программы, расписания и норм СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей". Настоящая программа предназначена для обучения танцам детей в возрасте от 6 до 18 лет. К занятиям допускаются дети, желающие заниматься танцами и не имеющие медицинских противопоказаний. Максимальный состав определяется с учетом соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях, минимальный состав – 2 человека. Срок реализации программы - 1 год. Продолжительность образовательного процесса – 52 недель (234 часов). Расписание занятий составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся, по представлению тренером-преподавателям с учетом пожеланий детей, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей детей. При реализации программы возможно проведение спортивной массовых мероприятий, создание необходимых условий для совместного труда и (или) отдыха обучающихся, родителей (законных представителей). Основной целью реализации Программы является осуществление образовательной деятельности по избранному виду спорта танцевальный спорт для детей и реализация услуг в интересах личности, общества, государства.

1.4. Цели и задачи программы:

Цель программы.

Целью данной программы является создание эффективных условий для творческой самореализации, интеллектуального и духовного развития личности ребенка.

- Привлечение максимально возможного числа детей к занятиям танцевальным спортом, формирование у них устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом и здоровому образу жизни.
- Укрепление здоровья и гармоничное развитие детей.
- Расширение диапазона двигательных умений и навыков.
- Раскрытие и формирование индивидуальных возможностей и творческих способностей детей на ранней стадии развития.
- Создание благоприятных условий для раскрытия творческих способностей формирующейся личности юного спортсмена, его способности к самовыражению в танце.

Задачи программы.

- обучение движению в ритме и темпе, заданном музыкой, посредством развивающих танцев;
- приобщение к миру танцев, прослушивание ритмичной танцевальной музыки, что развивает и внутренне обогащает, прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром;
- закрепление и дальнейшее развитие танцевальных навыков, знаний и умений.
- развитие музыкального слуха, чувства ритма, темпа;
- развитие навыков координации движений;
- развитие у юных спортсменов воображения, артистизма с помощью усовершенствования навыков импровизации под музыку;
- развитие зрительной и музыкальной памяти.
- создание дружественной среды вокруг самоопределяющейся личности (окружение заботой и любовью каждого ребёнка);
- развитие познавательного интереса к мировой культуре и традициям танца;
- формирование специальных знаний, умений и навыков по классическим танцам, хореографической подготовке и физической культуре;
- развитие творческой активности, стремления к самообразованию;

-развитие художественного вкуса, музыкальных и творческих способностей; физических качеств;

- воспитание культуры общения и поведения в коллективе, аккуратности, опрятности, элегантности;

- формирование норм здорового образа жизни через пропаганду танцевального спорта.

1.5. Планируемые результаты освоения программы.

Привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям танцами, развитие их личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических качеств, развития выносливости, гибкости, эстетики движений, координационных способностей.

Ожидаемый результат определяется в зависимости от индивидуальной способности детей в дошкольном возрасте. В конце учебно-тренировочного года обучающиеся:

будут знать:

1. Разминку в центре зала;
2. Развивающие танцы: «Часики», «Шоколадка», «Диско», «Утята», «Полька», «Ковбои»
3. Основные движения «Ча-ча-ча» и «Вальса»;
4. Терминологию танца.
5. Основные правила поведения на занятиях.

будут уметь:

1. Самостоятельно выполнять разминку
2. Исполнять в музыку выученные танцы;
3. Выделять сильную и слабую долю.

будет развито:

1. Чувство ритма;
2. Слух;
3. Простейшая координация движений.

будет воспитано:

1. Уважительное отношение к тренеру-преподавателю и занятиям;
2. Корректность и такт по отношению к другим обучающимся;
3. Дисциплинированность;
4. Опрятность;
5. Привычку к соблюдению правил личной гигиены.

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы (модуль спортивной подготовки) по виду спорта «танцевальный спорт».

2.1. Организационно-педагогические условия реализации программы.

В соответствии с Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 N 730 танцевальный спорт относится к сложно координационным видам спорта. С учетом специфики вида спорта, определяются следующие особенности организации образовательного процесса: -комплектование групп, а также планирование учебно-тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития обучающихся; учебно-тренировочный процесс (в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований) осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, осваивающих программу. Обучающиеся, их родителям (законным представителям) рекомендуется проконсультироваться со специалистами для определения состояния здоровья ребенка и имеющихся противопоказаний. Педагогическая целесообразность данной программы заключается в использовании средств и методов общефизической подготовки, основ классической хореографии развитии художественного вкуса, а также физической способности, координации. Поэтому в основе обучения танцевальному спорту лежат такие важнейшие принципы, как: принцип последовательности и доступности обучения; принцип систематичности и последовательности; принцип индивидуализации.

2.2. Порядок зачисления в спортивно-оздоровительные группы.

В спортивно-оздоровительные группы (СОГ) зачисляются обучающиеся общеобразовательных школ в возрасте 6-17 лет, имеющие медицинский допуск к занятиям танцами, желающие обучаться, а так же не прошедшие конкурсный отбор для обучения по дополнительной образовательной программе по данному виду спорта «танцевальный спорт». А также обучающиеся на отделении танцевального спорта в спортивной школе не выполнившие нормативные требования для зачисления и перевод на другой этап спортивной подготовки, по заявлению от родителей зачисляются в группы СОГ.

2.3. Методическое обеспечение программы

В основе программы лежит педагогическая технология, представляющая собой совокупность последовательных педагогических и тренировочных событий, реализуемых в неразрывном взаимообусловленном единстве средств, форм, педагогических приемов и

методов, специально отобранных исходя из поставленных целей и задач и ориентированных на достижение конечных результатов обучения.

Программа аккумулирует в себе многолетний практический опыт и передовые достижения в области спортивной тренировки и спортивной педагогики, результаты новейших научных исследований в области в сфере науки и техники, теории и методики физической культуры, спорта и физического воспитания.

Основной формой организации учебно-тренировочного процесса является комплексное учебно-тренировочное занятие. Используются следующие *формы организации учебно-тренировочного занятия*: беседа, наблюдение, объяснение, показ, практическое занятие, тренинг, учебно-тренировочные игры.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, поисковый, проблемный.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Педагогические технологии: технология индивидуализации обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровые берегающие технология.

№ п/п	Наименование тем разделов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Инструктаж по технике безопасности, противопожарной безопасности, правила поведения воспитанников. Ознакомление с планом работы на год. Анкетирование.	
2.	Беседы об истории спортивного танца	Ознакомление с современной танцевальной культурой изучаемых танцев (медленный вальс, самба, ча-ча-ча), также их особенности, связанные с культурой стран, где зародились эти танцы.	
3.	Музыкальная грамота	Рассказ об элементах	

		музыкальной грамоты. Понятие такта, сильных и слабых долей, длительности, счета. Слушание музыки с определением тактов, сильных и слабых долей, счета и длительности	
4.	Стандартно европейская программа «Н» класса	Знакомство с характерными техническими и музыкальными особенностями танцев стандартно-европейской программы. Постановка корпуса. Разучивание фигур по программе (смотрите «Список фигур»). Изучение позиции стоп, равнения, величины поворота, подъемов и опусканий, характерных для изучаемых фигур. Ритма фигур, взаимодействия в паре. Выполнение специальных упражнений для тренировки стопы и колена.	
5.	Латиноамериканская программа «Н» класса	Знакомство с характерными техническими и музыкальными особенностями танцев латиноамериканской программы.	Постановка корпуса. Изучение фигур по программе (смотрите «Список фигур»). Изучение построений, позиции стоп, технических элементов, величина поворота. Ритма и музыкальность (тайминга). Выполнение специальных упражнений для тренировки стопы и колена. Отработка позиций рук и взаимодействия
6.	Общефизическая подготовка	Беседы о значении физической культуры, сохранении здоровья, необходимости физических упражнений для достижения результатов в танцевальном спорте, а также их правильного	Разучивание упражнений необходимых для укрепления физических данных детей, с учетом их возрастных и физиологических возможностей. Применяются простейшие

		исполнения.	упражнения для укрепления спины, мышц брюшного пресса, рук и ног. Упражнения для развития гибкости и растяжки
7.	Хореографическая подготовка	Беседы о значении хореографической культуры, хореографических упражнений для достижения результатов в танцевальном спорте, а также их правильного исполнения.	Разучивание упражнений направленных на усвоение принятой в классическом танце постановки корпуса, головы, ног и рук. Развитие элементарных навыков координации движения.

Перечень фигур допущенных к исполнению ФТСР (Федерация тан.спорта РФ)

1.Медленный вальс	
	Закрытая перемена с ПН (из правого поворота в левый). Закрытая перемена с ЛН (из левого поворота в в правый). Правый поворот. Левый поворот.
	Закрытая перемена с ЛН (из левого поворота в в правый).
	Правый поворот.
	Левый поворот
2.Самба	
	Основные движения с ПН, с ЛН, в сторону, поступательное, наружное.
	Виски влево и право.
	Ритмическое баунс движение
3.Ча-ча-ча	
	Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения: Шассе в сторону – вправо и лево. Компактное шассе.
	Основные движения (в закрытой позиции и открытой позиции).
	Нью - Йорк (Чек из открытой конрт.)

	Поворот на месте (Поворот –переключатель) влево и право.
	Поворот под рукой влево и право.

2.4. Оценочные материалы

Система и критерии оценивания обучающихся программы определяется с учетом морфофункциональных характеристик возрастных групп детей и индивидуальных способностей.

Оценивание обучающихся программы осуществляется с помощью следующих мероприятий.

Теоретический материал:

Серия тематических собеседований (индивидуальная беседа или опрос), в ходе которых по предложению тренера-преподавателя обучающийся дает краткий или развернутый ответ по одной из пройденных тем программы, призванных продемонстрировать степень осознанного понимания рассмотренных теоретических вопросов.

Прикладные навыки соответствующих приемов и методов, выполняемых в процессе учебно-тренировочных занятий.

Серия тематических заданий (выполнение технических элементов и их комбинаций в ходе танцевальной композиции).

Уровень физической подготовленности:

Серия контрольных тестов и упражнений, сдача нормативов физической подготовки.

Теоретические вопросы:

1. W - Ритм закрытой перемены с правой и левой ноги в медленном вальсе.
2. W - Шаг на счет 1 делается с носка или пятки?
3. W - Шаг в сторону на счет 2 делается с носка или пятки?
4. Q- Ритм четвертных поворотов.
5. Q- работа стопы при исполнении правого четвертного поворота.

6. Q – работа стопы при исполнении левого четвертного поворота.
7. S – что такое «баунс»?
8. S – Ритм основного движения, виска, ходов самба (слоу а слоу или $\frac{3}{4}$ $\frac{1}{4}$ 4/4).
9. S – Работа стопы при исполнении счета «а» в любой фигуре (подъем)
- 10.S – Ритм «баунса» и стоп в любой базовой фигуре (стопа - слоу а слоу или $\frac{3}{4}$ $\frac{1}{4}$ 4/4, «баунса» - квик квик или $\frac{1}{2}$, $\frac{1}{2}$.)
- 11.Ch – ритм шассе (квик квик слоу, $\frac{1}{2}$, $\frac{1}{2}$, 4/4)
- 12.Ch – счет и ритм шассе+ тайм степ (квик квик слоу + слоу слоу, $\frac{1}{2}$, $\frac{1}{2}$, 4/4 + 4/4, 4/4)
- 13.Ch – работа стопы шассе+ тайм степ (показать).
14. Положение корпуса и взаимодействие при исполнении стандартноевропейской программы (показать).
- Положение корпуса и взаимодействие при исполнении латиноамериканской программы (показать)

Практика:

Название танца.	Исполняемые фигуры.	Оценка.
Медленный вальс	Закрытая перемена с ПН (из правого поворота в левый), Закрытая перемена с ЛН (из левого поворота в в правый).	«3» балла – исполняет предписанные фигуры не в музыку, нечетко держит линии корпуса и рук; «4» балла – исполняет предписанные фигуры в музыку, но не четко держит линии корпуса и рук, (исполняет предписанные фигуры не в музыку, правильно держит линии корпуса и рук); «5» баллов- исполняет предписанные фигуры в музыку, правильно держит линии корпуса и рук.
Самба	Основные движения с ПН, с ЛН, в сторону, поступательное, наружное.	
Ча-ча-ча	Шассе и альтернативные движения: - шассе в сторону – вправо и лево. -Компактное шассе.	

2.5. Формы аттестации

Текущий контроль осуществляется в процессе реализации программы в ходе учебно-тренировочной работы в следующих формах: педагогическое наблюдение, текущий анализ усвоения изучаемого материала. Наблюдение и анализ результатов учебно-тренировочных занятий. Оценка и анализ индивидуальных результатов обучающихся, тестирование, выполнение контрольных упражнений, количественная оценка

посещаемости занятий. Оценка динамики показателей технической подготовленности, выполнение контрольных требований по техническим элементам.

Итоговая аттестация по результатам освоения программы осуществляется в форме: учета индивидуальных достижений обучающихся, комплексного зачета и/или тестирования.

Предъявление и демонстрация образовательных результатов осуществляется в форме индивидуального портфолио достижений или проведения показательного спортивного мероприятия.

Раздел III

Комплекс требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта «танцевальный спорт».

3.1. Материально-техническое обеспечение программы:

- учебная аудитория для лекционных занятий;
- спортивный зал;
- хореографический зал;
- тренажерный спортивный зал;

Спортивный инвентарь и оборудование: скакалка гимнастическая, коврик гимнастический, утяжелители для ног и рук, палка гимнастическая, мяч набивной, музыкальный центр.

3.2. Информационное обеспечение программы:

- фото, видеоаппаратура (для записи и просмотра занятий);
- электронные образовательные ресурсы по физической культуре и спорту.

3.3. Кадровое обеспечение программы:

Программа реализуется тренерами-преподавателями дополнительного образования БУ ДО ОО «СШОР №1», в целях совершенствования научно-методического обеспечения к реализации программы могут привлекаться профильные инструкторы-методисты БУ ДО ОО «СШОР №1», представители Федерации танцевального спорта Орловской области.

Список литературы

1. Основы подготовки спортсменов в олимпийском спорте, Платонов В.Н. 2021г.
2. Упражнения в системе спортивной подготовки, Максименко И.Г, 2022г.
3. Основы медико-биологического обеспечения подготовки спортсменов, Макаровой Г.А., 2022г.
4. Говард, Гай. Техника европейских танцев. Пер. с англ. А. Белгородского Гай Говард. – М.: «Артис», 2003г.
5. Лэрд, Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Пер. с англ. А. Белгородского / Уолтер Лэрд. – Часть I. – М.: «Артис», 2003г.
6. Лэрд, Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Пер. с англ. А. Белгородцева / Уолтер Лэрд. – Часть II. – М.: «Артис», 2003г.
7. Лэрд Уолтер. Техника европейских танцев Мур, А. Пересмотренная техника европейских танцев: Часть первая. Квикстеп / А. Мур. – Санкт-Петербург, 2003г.
8. Мур, А. Пересмотренная техника европейских танцев. Часть вторая. Медленный вальс / А. Мур. – Санкт-Петербург, 2003г.
9. Мур Алекс. “Техника бальных танцев”
Основы латиноамериканских танцев. – Томск: Издательство “Артис”, 2005
10. Семенова, Е.Н. “Серия внутренних конкурсов” // спортивные танцы, Бюллетень № 2(4). – М.: РГАФК, 2004г.
11. Спортивно – танцевальная классификация фигур и вариаций по программам сложности в стандартных танцах: (метод.материал для студентов ин-тов физ. культуры) / сост.: А.В. Машков, ФОН, 2006г.
12. Федерация Танцевального Спорта России. Сборник нормативных документов. Правила соревнований по спортивным танцам. – М.: ЗАО ФИД «Деловой экспресс», 2011г.
13. Акимова. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2011г.
14. Баранников А. Ф. Теория организации. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2011г.
15. Иванова Т. Ю. Теория организации: учебник по специальности «Менеджмент организации» / Т. Ю. Иванова, В. И. Приходько. – М. 2010г.
18. Мильнер Б. З. Теория организации: Учебник / Б. З. Мильнер. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: ИНФРА-М, 2010г.
19. Горшкова Е.В. Учимся танцевать. Путь к творчеству. М.: НПО «Психотехника», 1993.
20. Давыдов, В.Ю., Коваленко, Т.Г., Краснова, Г.О. Методика преподавания танцев/ Давыдов В.Ю., Коваленко Т.Г., Краснова Г.О. – Волгоград: Изд-во Волгоградского государственного университета – 2004 г.
21. Рукабер, Н.А. Программа по спортивным танцам/ Н.А. Рукабер – М. Физкультура и спорт. – 1994 г.
22. Савченко В.А. Средства и методы восстановления и работоспособности спортсменов.
23. Колесов Д.В. Основы гигиены и санитарии.
24. Положения ВФТС «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении» (европейские танцы, латиноамериканские танцы).
25. Теория и методика преподавания классического танца С.И. Тимерев.
14. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец. – СПб.: УМЦ Аллегро, 1993
26. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым, -М., 2000
27. Ханин Ю.А. Психология общения в спорте.- М., 1980
28. Барышникова Т. Азбука хореографии.- М.: Айрес Пресс, 2000

Интернет-ресурсы:

1. Конгресс тренеров и судей «Blackpool»
2. Сайты: Ballroom.ru, rusdsu.ru, dancesport.ru, танцор.ru,
3. Файлообменники: Torrentino.com, bittorrent.com.
4. Приложение: dancesport mobile