

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 291
Красносельского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Решение от 30.08.2018
протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 21.09.18 № 30.08.2018

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
СТУДИЯ СПОРТИВНЫХ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ
«ВДОХНОВЕНИЕ»**

Возраст учащихся: 4-6 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик-педагог дополнительного образования
Алексеевская Наталья Алексеевна

Санкт - Петербург

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность: – физкультурно-спортивная

Актуальность:

Физкультурно-спортивная деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития.

Программа учитывает требования современной государственной политики в области дополнительного образования (перечень нормативно-правовых документов указан в разделе Информационные источники) и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей.

Программа отвечает требованиям концепции развития системы дополнительного образования детей, одной из задач которой является создание программ дополнительного образования направленных на укрепление здоровья, уровень их образованности и общей культуры. Занятия спортивными бальными танцами способствуют формированию потребности в здоровом образе жизни, занятия настраивают ребенка на особый ритм, живя в котором ребенок с радостью узнаёт возможности своего организма и тела – это пластика и координация движений, выносливость, ловкость, эластичность мышц, умение красиво двигаться и красиво выглядеть.

Отличительные особенности:

В настоящее время не существует типовой программы обучения спортивным бальным танцам. В Московской федерации танцевального спорта (МФТС) есть «Правила исполнения программы на конкурсах», которые включают в себя перечень фигур, разрешенных для исполнения спортсменами различных классов. Эти правила МФТС, учебники по европейским и латиноамериканским танцам ведущих мировых специалистов, а также большой личный опыт педагогов являются базой для составления настоящей программы обучения спортивным бальным танцам.

Особенность предлагаемой программы в том, что она является комплексной, основанной на занятиях, помимо хореографии большое внимание уделяется общефизическому развитию детей. Изменились и расширились потребности современных школьников и их родителей. В связи с этим меняется содержание работы с учащимися с учетом развития промышленности и технологий.

В программе рассматривается применение различных приемов и методов обучения, новых технологий с опорой на современные методические и учебные пособия, нормативно правовые документы. Большое внимание уделяется воспитательным и развивающим аспектам обучения.

Адресат программы: дошкольники 4 – 6 лет.

Объем и сроки реализации программы:

Программа «Студия спортивных бальных танцев» рассчитана на 1 год обучения в объеме 62 часа в год. Возраст учащихся 4 – 6 лет. Режим занятий: по 1 часу 2 раза в неделю, в группе – 15- 20 человек.

Расширение учебно-тематического плана и углубленного изучения возможно, так как связано это с индивидуальными особенностями детей, и с желанием родителей подготовить их к конкурсной деятельности по спортивному бальному танцу.

Цели и задачи программы:

Основной целью данной программы является всестороннее развитие, социализация и адаптация школьников к условиям современной жизни посредством приобщения к искусству спортивного бального танца.

Приобщить ребенка к миру музыки и танца. Воспитать любовь и интерес к предмету. Развить творческие способности. Расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, эстетического развития.

Задачи:

Обучающие:

1. Знакомство с различными видами танца (народный танец, классический танец, танцы европейской программы, латиноамериканские танцы и прочие);
2. Актуализация знаний об истории танцевальной культуры.
3. Способствовать формированию общей культуры детей.
4. Познакомить детей с традициями и обычаями различных стран.
5. Обучение технике и тактике танца.
6. Подготовка к участию в конкурсах, соревнованиях.
7. Музыкально-ритмические навыки по бальной хореографии.
8. Дать представление о профессиональном и любительском танцевальном искусстве.

Развивающие:

1. Включение детей в активную социальную жизнь через освоение программы по спортивным бальным танцам, возможность приобретения и накопления сенсорного и рефлексии, познавательного, интеллектуального, эмоционально-коммуникативного, социального опыта.
2. Формирование черт личности, обеспечивающих успешную адаптацию в социуме: любознательность, инициативность, самостоятельность, способность к сотрудничеству.
3. Психологическая подготовка и воспитание волевых качеств: навыков общения со сверстниками, руководителем, младшими товарищами. Выявление природных способностей к танцу у членов группы.
4. Повышение функциональных возможностей организма, компенсация недостаточной двигательной активности, укрепление физического здоровья школьников. Закаливание организма, тренировка силы и выносливости у детей. Организация активного отдыха после школы.
5. Создание условий для самовыражения и самореализации, позволяющие ребенку испытать чувство собственной значимости и заслужить одобрение, признание окружающих.
6. Развивать физические данные воспитанников (эластичность мышц, подвижность суставов, координацию, ловкость, исправление осанки).
7. Развивать чувство ритма и музыкальность.
8. Отработать точность всех движений и танцевальных элементов, добиться легкости, мягкости, пластичности. Достижение единства в паре – одна из наиглавнейших задач перед партнерами.

Воспитательные:

1. Создание условий для духовного и нравственного развития детей, выработка гражданской позиции, воспитание чувства долга перед Родиной, семьей и коллективом. Ознакомление детей и национальными и культурно-историческими традициями страны и города. Воспитание чувства гордости у детей, как жителей России и Санкт-Петербурга.
2. Формирование ответственного отношения к обучению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, содействие профессионально-личностному самоопределению.
3. Удовлетворение потребности детей в общении, в совместной деятельности для реализации возрастных задач взросления.
4. Организация активного и социально-значимого досуга.
5. Воспитать эстетический и художественный вкус, культуру поведения.
6. Воспитывать любовь и уважение к искусству.

7. Воспитание дисциплины, трудолюбия, чувство коллективизма.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Условия набора учащихся:

Дети, приходящие заниматься в коллектив, практически не проходят отбор, так как одной из задач обучения является не только достижение профессионального уровня, но и развитие потребностей ребенка к творчеству. Набор производится на основе общего просмотра, где оцениваются способность ребенка координировать движения и концентрировать внимание, его музыкальность, чувство ритма, гибкость. В коллектив принимаются все желающие дети без медицинских противопоказаний, со справками от врача.

Условия формирования групп:

Для реализации программы формируется разновозрастная группа начинающих танцоров от 4 до 6 лет.

Возможен прием в группу детей более старшего года обучения (соответственно возрасту) при условии сдачи физических нормативов и собеседования.

Количество детей в группе:

15 – 20 человек.

Особенности организации образовательного процесса:

Программа состоит из 1 этапа (1 года обучения).

На первом этапе обучения первоочередной задачей является развитие у детей координации, слуховых и двигательных навыков. Необходима выработка правильной постановки корпуса, изучение диско-танцев, основ хореографического экзерсиса, а также, основ непосредственно балльных танцев.

Воспитание интереса к спортивным танцам, начальное обучение технике основных фигур отдельных танцев предложенных программой 1 года обучения, воспитание физических качеств в общем плане и с учетом специфики спортивного балльного танца. Формирование базовой физической подготовки, психологически-эмоционального контактирования между танцорами.

По уровню развития детей *первый год* обучения рассчитан на уровень «Н» класса.

Формы проведения занятий:

- устное изложение материала (рассказ, беседа, объяснение, описание, анализ, указания, обсуждение);
- видеоуроки;
- наглядный педагогический показ;
- практический метод (подводящие упражнения, имитационные упражнения, направляющая помощь педагога, выполнение основ техники, с усложнением условий, в комбинациях упражнений, упражнения на развитие двигательных качеств в условиях близких к соревновательным условиям);
- конкурсы;
- соревнования;
- праздники.

Формы организации деятельности учащихся:

Групповая – организация работы в группе.

Индивидуально-групповая – чередование индивидуальных и групповых форм работы.

В парах – организация работы по парам.

По звеньям (парная, отдельно мальчики, отдельно девочки).

Коллективная – организация работы с разновозрастными детьми.

Материально-техническое оснащение программы:

- танцевальный зал с паркетным покрытием соответствует размерам не менее 10x10 м на одного обучающегося;
- аппаратура аудиозаписи для проведения занятий;
- концертная аппаратура для проведения конкурсов, соревнований, праздников;
- DVD для работы с учебной видеоинформацией;
- наличие зеркал для самоконтроля выполняемых движений.

Кадровое обеспечение программы: реализация программы осуществляется педагогом, соответствующим квалификационным характеристикам должности «педагог дополнительного образования».

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- 1) ответственное отношение к обучению по программе «Спортивные бальные танцы», готовность и способность к саморазвитию и самообразованию;
- 2) знание социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- 3) активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;
- 4) сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям;
- 5) наличие эмоционально ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметные результаты:

Коммуникативные

- 1) умение конструктивно взаимодействовать со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми, а также приобретут опыт предупреждения и разрешения конфликтов;
- 2) умение организовать совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- 3) работать индивидуально и в паре, группе, находить общее решение и разрешать конфликты.

Регулятивные

4. умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности;
5. умение выбирать и принимать адекватные стоящей задаче средства ее решения, в том числе и в ситуации неопределенности;
6. умение контролировать результат выполнения поставленной учебной задачи и собственные возможности ее решения;

Познавательные

7. систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, при подготовке, проведении и по завершению мероприятий;
8. умение контролировать, анализировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учета характера ошибок.

Одним из основных результатов обучения всего курса данной программы должно стать воспитание у ребят интереса к искусству, искусству бального танца и формирование потребности в самостоятельной творческой деятельности.

Предметные результаты:

- 1) Выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.
- 2) Знания и умения для участия в конкурсах, соревнованиях по спортивным бальным танцам.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ
Студия спортивных бальных танцев
«Вдохновение»
(4-6 лет)

1 года обучения

№ п.п.	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Рассказ, беседа
2.	Общие представления о танцах и музыке				
	2.1.Музыкальное сопровождение танца	1	1	-	Игры, наблюдение
	2.2. Развитие физической подготовки	5	-	5	Показ, наблюдение, отслеживание
	2.3.Мероприятия по развитию детей	3	-	3	Соревнования, конкурсы
	2.4. Развивающие танцы	2	-	2	Игры, наблюдение
3.	Основы исполнения историко-бытовой и отечественной программ бальных танцев				
	3.1 танец «МОДНЫЙ РОК»	6	-	6	Контрольное занятие. Выступление
	3.2.Танец «Берлинская полька»	8	-	8	Контрольное занятие. Выступление
4.	Европейские танцы				
	4.1. Танец «Медленный вальс»	14	1	13	Контрольное занятие. Выступление
	4.2. Танец «Квикстеп»	4	1	3	Контрольное занятие. Выступление
5.	Латиноамериканские танцы				
	5.1. Танец «Самба»	6	1	5	Контрольное занятие. Выступление
	5.2.Танец «Ча-ча-ча»	10	1	9	Контрольное занятие. Выступление
6.	Итоговые мероприятия	2	-	2	Демонстрация полученных навыков
	Всего	62	6	56	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 291
Красносельского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
Решение от _____
протокол № ____

УТВЕРЖДЕНО

приказом № ____ от _____

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной общеобразовательное общеразвивающей программы

Студия спортивных балльных танцев

«Вдохновение»

(4-6 лет)

на 2018-2019 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	02.10.2018	28.05.2019	34	62	2 раза в неделю по 1 часу

II. Промежуточный и итоговый контроль/аттестация освоения учащимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы:

-Входной контроль - проводится при формировании коллектива – изучение отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка: **(сентябрь)**

-Промежуточный контроль – проводится по окончании изучения темы, в конце полугодия, года **(декабрь)**

-Итоговый контроль - проводится в конце обучения по программе – проверка освоения программы, учет изменений качеств личности каждого ребенка **(май)**

Формы проведения диагностики и контроля:

-Наблюдение детей в процессе учебных занятий, концертов, конкурсов, фестивалей.

-Открытые занятия (контрольные, итоговые) для родителей, педагогов, специалистов, администрации.

-Сравнительный анализ.

III. Режим работы в период школьных каникул:

Занятия проводятся по расписанию в форме групповых занятий, участия в концертной деятельности, конкурсах и фестивалях художественного творчества, экскурсий.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной
(общеразвивающей) программе
Студия спортивных бальных танцев
«Вдохновение»
(4-6 лет)

Цель программы:

Вовлечение детей в танцевальное искусство.

Задачи обучения:

- знакомство с танцами (народный танец, классический танец, танцы европейской программы, латиноамериканские танцы и прочие);
- создать условия для самовыражения детей через танец, с учетом индивидуальных особенностей, физическое и духовное развитие детей, формирование их осознанного отношения к здоровому образу жизни;
- научить овладевать танцевальными элементами спортивного бального танца, научить различать танцы по характеру, ритму, музыкальности;
- формирование черт личности, обеспечивающих успешную адаптацию в социуме: любознательность, инициативность, самостоятельность;
- создать условия для самореализации, позволяющие ребенку испытать чувство собственной значимости и заслужить одобрение, признание окружающих;
- удовлетворение потребности детей в общении, в совместной деятельности для реализации возрастных интересов;
- подготовка к участию в конкурсах, соревнованиях.

Планируемые результаты обучения:

Предметные:

- получение представлений о спортивных бальных танцах, как жанре хореографии и виде спорта;
- знакомство с необходимой терминологией, формирование понятийного аппарата;
- приобретение первичных танцевальных умений и навыков;
- развитие таких физических качеств, как гибкость, быстрота и выносливость;
- наличие представлений об отечественном бальном танце, танцах европейской и латиноамериканской программы.

Метапредметные:

- наличие умений сотрудничать при выполнении упражнений в паре, постановке коллективных номеров и общении в коллективе.
- формирование умений планировать собственную деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

Личностные:

- позитивное отношение к занятиям спортивными бальными танцами и к здоровому образу жизни;
- получение социальных знаний об общественных нормах, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе;
- проявление позитивного отношения к семье, коллективу, природе, Родине.
-

- Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
 - средняя общеобразовательная школа № 291
 - Красносельского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТ

УТВЕРЖДЕН

Протоколом педагогического совета

приказом № ____ от _____ 20__ г

№ ____ от _____ 20__ г

• **Календарный тематический план**

- дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
 - **«Спортивные бальные танцы» (4-6 лет)**
 - на 2018/2019 учебный год

№ п.п.	Дата занятия	Раздел/тема занятия	Количество часов			Примечание
			Теория	Практика	Всего	
1	02.10.2018	<u>Вводное занятие.</u> Беседа, рассказ о спортивном бальном танце. История танца. Правила техники безопасности.	1		1	
2.	06.10.2018	Музыкальное сопровождение танца. Варианты музыкального сопровождения. Характер музыки. Музыкальный размер 2/4, 4/4, 3/4. Сильные доли такта, слабые доли такта, акцент. Прослушивание мелодий.	1		1	
3.	09.10.2018	Классические позиции рук: подготовительная, I, II, III, положения корпуса. Классические позиции ног: I, II, III, IV, V, VI. Упражнения по развитию музыкальности, ритмичности. Простейшие упражнения, подъем ног, прыжки. Поклон. Композиции на координацию движений. Этюды		1	1	
4.	13.10.2018 16.10.2018	Развитие физической подготовки. Техника безопасности. Тренаж как постепенный разогрев мышц. Упражнения для мышц шеи, пресса и верхнего плечевого пояса. Упражнения для корпуса и бедер.		2	2	
5.	20.10.2018 23.10.2018	Мероприятия по развитию детей. Движения современной пластики. Танцевальная композиция. Ритмические упражнения под музыку. Детский бальный танец: маршировка (шаг с носка, шаг на полупальцах, переменный шаг, пружинистый шаг, положения в парах, перестроения в парах		2	2	
6.	27.10.2018 30.10.2018	Развивающие танцы. Танцевальные импровизации. Детские ролевые танцы.		2	2	
7.	03.11.2018	<u>Изучение хореографии танца «Модный рок».</u> Показ, исполнение разучиваемых фигур. Отработка разучиваемых фигур под счет,		2	2	

	06.11.2018	под музыку				
8.	10.11.2018 13.11.2018	Отработка разучиваемых фигур танца «Модный рока» под счет, под музыку, целиком, по разделению		2	2	
9.	17.11.2018 20.11.2018	Работа по закреплению разучиваемой хореографии пройденного материала по изучению танца «Модный рок»		2	2	
10.	24.11.2018 27.11.2018	<u>Танец «Берлинская полька».</u> Показ, исполнение разучиваемых фигур. Отработка разучиваемых фигур под счет, под музыку		2	2	
11.	01.12.2018 04.12.2018	Основные движения танца «берлинская полька» –_полушаг, прыжок «соте», приставные шаги, подскоки, хлопки в ладоши, легкий бег на полупальцах		2	2	
12.	08.12.2018 11.12.2018	Отработка разучиваемых фигур танца «Берлинская полька» под счет, под музыку		2	2	
13.	15.12.2018 18.12.2018	Работа по закреплению пройденного материала по изучению танца «Берлинская полька»		2	2	
14.	22.12.2018	Развитие физической подготовки. Тренаж как постепенный разогрев мышц. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Бег назад. Пальчиковая гимнастика		1	1	
15.	25.12.2018	Показательные выступления (текущая диагностика и контроль)		1	1	Промежуточный контроль освоения учащимися программы
16.	12.01.2019 15.01.2019	<u>Евпореистские танцы. «Медленный вальс».</u> Беседа, рассказ о возникновении «Медленного вальса». Просмотр видеоматериалов. Показ, подводящие упражнения, исполнение основных фигур танца под счет, под музыку: «шаг вперед с правой ноги», «шаг назад с левой ноги»	1	1	2	

17.	19.01. 2019 22.01. 2019	Положение в паре (ведение в паре). Работа на линии по кругу. Эффект «волны» - подъем на носках и снижение. Работа стоп и коленей		2	2	
18.	26.01. 2019 29.01. 2019	Отработка разучиваемых фигур танца «Медленный вальс» под счет, под музыку: «закрытая перемена с правой ноги», «закрытая перемена с левой ноги».		2	2	
19.	02.02. 2019 05.02. 2019	Развитие физической подготовки. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Упражнения для развития плавности движения рук.		2	2	
20.	09.02. 2019 12.02. 2019	Отработка разучиваемых фигур танца «Медленный вальс». Гибкость выворотность, растяжка		2	2	
21.	16.02. 2019 19.02. 2019	Работа по закреплению разучиваемой хореографии танца «Медленный вальс» Работа над композицией в паре по кругу, правильная работа корпуса и стоп		2	2	
22.	26.02. 2019 02.03. 2019	Работа по закреплению разучиваемой хореографии танца «Медленный вальс» Синкопированное шоссе, Виск назад, плетенка, поклон		2	2	
23.	05.03. 2019 12.03. 2019	Работа по закреплению разучиваемой хореографии танца «Медленный вальс» Показательное выступление		2	2	
24.	16.03. 2019 19.03. 2019	<u>Танец «Квикстеп».</u> Беседа, рассказ о возникновении танца «Квикстеп». Просмотр видеоматериалов. Показ, подводящие упражнения, исполнение основных движений танца под счет, под музыку: «четвертной поворот», «поступательное шассе»	1	1	2	
25.	23.03. 2019 26.03. 2019	Отработка разученное хореографии танца «Квикстеп» под музыку. Закрепление разученной хореографии танца «Квикстеп»		2	2	

26.	30.03. 2019 02.04. 2019	<u>Латиноамериканские танцы Танец «Самба»</u> ». Беседа, рассказ о возникновении танца, о стране, в которой он возник. Объяснение хореографии танца. Просмотр видеоматериалов. Показ, подводящие упражнения, исполнение основных фигур танца «Самба» под счет, под музыку: «основное движение», «виски влево и вправо», «виски с поворотом дамы под рукой»	1	1	2	
27.	06.04. 2019 09.04. 2019	Основной характер движения в танце «Самба» основной шаг вправо и влево, работа ног «пружина». Движения в паре «закрытая позиция»		2	2	
28.	13.04. 2019 16.04. 2019	Отработка разучиваемой хореографии танца «Самба». Ритмический рисунок танца «Самба»		2	2	
29.	20.04. 2019 23.04. 2019	<u>Латиноамериканские танцы. Танец «Ча-ча-ча»</u> ». Беседа, рассказ о возникновении танца, о стране, в которой он возник. Просмотр видеоматериалов. Объяснение хореографии танца. Показ, подводящие упражнения, исполнение основных движений танца под счет, под музыку: «перенос веса в ритме ча-ча-ча», «основные движения»	1	1	2	
30.	27.04. 2019 30.04. 2019	Основные движения танца «Ча-ча-ча шассе», группа из трех шагов, выполняемых в ритме «быстро, быстро, медленно», выполнение позиции «Чек»		2	2	
31.	04.05. 2019 07.05. 2019	Основной характер движения в танце «ча-ча-ча» попеременное сгибание и выпрямление коленей. Отработка ритма в танце		2	2	
32.	14.05. 2019 18.05. 2019	Отработка разучиваемой хореографии танца «Ча-ча-ча» Ритмический рисунок танца. Выразительность. Эмоции.		2	2	
33.	21.05. 2019	Отработка позиций танца «Ча-ча-ча»: стойка, руки, корпус, голова, повороты корпуса		2	2	

	25.05. 2019	(четверть поворота, целый поворот), направление шагов, подъемы и опускание в паре				
34.	28.05. 2019	<u>Итоговые мероприятия</u> Открытый урок. Работа по закреплению пройденного материала. Анкетирование учащихся		1	1	Показательн ые выступления
		ВСЕГО:	6	56	62	

•
•

Содержание 1 года обучения

1. Вводное занятие.

Теория: Беседа, рассказ о спортивном бальном танце. Цели и задачи учебной группы. Формы работы: теоретические и практические занятия, соревнования, конкурсы и т.д. План работы на учебный год. Правила поведения на занятиях. Требования к внешнему виду и одежде. Правила техники безопасности.

2. Общие представления о танце и музыке.

2.1. Музыкальное сопровождение танца.

Теория: Варианты музыкального сопровождения: оркестр, электронная аудиоаппаратура, один или несколько музыкальных инструментов, вокальное исполнение мелодии. Характер музыки: веселый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый и т. д. Музыкальный размер 2/4, 4/4, 3/4. Сильные доли такта, слабые доли, акцент.

Практика: Упражнения по развитию музыкальности, ритмичности. *Ритмические упражнения под музыку.* Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке - одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений, исполняемых за такт музыки.

2.2. Развитие физической подготовки.

Практика: Тренаж как постепенный разогрев мышц. Упражнения для мышц шеи, пресса, спины, ног. Прыжки. Повороты в движении медленно, быстро. Махи ногами вперед, в стороны, назад. Ходьба с носка, на полупальцах, с высоким подъемом колена. Бег на полупальцах, с высоким подъемом колена, пяток. Бег назад. Прыжки в сторону с приставкой. Физические упражнения аэробной и анаэробной мощности.

2.3. Мероприятия по развитию детей.

Практика: Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке - одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений, исполняемых за такт музыки.

Поклон. Позиции рук, ног, положения корпуса. Классические позиции ног. Классические позиции рук. Простейшие упражнения: подъёмы ног (левая правая), наклоны, прыжки, Построения и положения в зале – колонна, круг, дистанция, интервал, свободное размещение на площадке. Танцевальный шаг, бег, Композиции на координацию движений. Этюды. Этюды в характере современной пластики. Простые танцевальные движения в виде игр для раскрытия пластической выразительности и органики у детей.

2.4. Развивающие танцы

Практика: Танцевальные импровизации, развивающие фантазию, творчество, вызывающие интерес. Детские ролевые танцы типа «Чунга - Чанга», «Танец утят», «Диско» и т.п.

3. Основы исполнения историко-бытовой и отечественной программ бальных танцев.

3.1. Танец «Модный рок».

Практика: Показ, исполнение разучиваемых фигур танца «Модный рок», под счет, под музыку, целиком, по разделению. Отработка разучиваемой хореографии «Модного рока».

3.2. Танец «Берлинская полька».

Практика: Показ, исполнение разучиваемых фигур танца «Берлинская полька», под счет, под музыку, целиком, по разделению. Отработка разучиваемой хореографии «Берлинской польки».

4. Европейские танцы.

4.1. Танец «Медленный вальс».

Теория: Беседа, рассказ о возникновении «Медленного вальса», о стране, в которой этот танец возник, развивался, о культуре этой страны, о характере этого танца, опрос, беседа, объяснение изучаемой хореографии «Медленного вальса».

Практика: Показ, подводящие упражнения, *исполнение основных фигур танца «Медленный вальс»* под счет, под музыку: «шаг вперед с правой ноги», «шаг назад с левой ноги» «Закрытая перемена с правой ноги», «Закрытая перемена с левой ноги». «подъем снижение» Отработка разученной хореографии танца «Медленный вальс».

4.2. Танец «Квикстеп»

Теория: Беседа, рассказ о возникновении танца «Квикстеп», о стране, в которой этот танец возник, развивался, о культуре этой страны, о характере этого танца, опрос, беседа, объяснение изучаемой хореографии танца «Квикстеп».

Практика: Показ, подводящие упражнения, *исполнение основных фигур танца «Квикстеп»* под счет, под музыку: «Четвертной поворот», «Поступательное шассе». Отработка разученной хореографии танца «Квикстеп».

5. Латиноамериканские танцы.

5.1. Танец «Самба».

Теория: Беседа, рассказ о возникновении танца «Ча-ча-ча», о стране, в которой этот танец возник, развивался, о культуре этой страны, о характере этого танца, объяснение изучаемой хореографии танца «Ча-ча-ча».

Практика: Показ, подводящие упражнения, *исполнение основных движений танца «Ча-ча-ча»* под счет, под музыку: «Основное движение», «Виски влево и вправо», «Виски с поворотом дамы под рукой». Отработка разученной хореографии танца «Самба».

5.2 Танец «Ча-ча-ча».

Теория: Беседа, рассказ о возникновении танца «Самба», о стране, в которой этот танец возник, развивался, о культуре этой страны, о характере этого танца, опрос, беседа, объяснение изучаемой хореографии танца «Самба».

Практика: Показ, подводящие упражнения, *исполнение основных движений танца «Ча-ча-ча»* под счет, под музыку: «Перенос веса в ритме ча ча ча», «Основные движения», «Нью-Йорк», «Поворот под рукой влево и вправо», «Плечо к плечу», «Рука к руке». Отработка разученной хореографии танца «Ча-ча-ча».

6.Итоговые мероприятия

Практика: Открытый урок. Работа по закреплению пройденного материала. Анкетирование учащихся. Определение задания и планов на лето.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценочные материалы

Перечень диагностических методик:

- входной контроль:

1) наблюдение

- промежуточная аттестация

1) показательные выступления

- итоговый контроль по результатам реализации программы

1) показательные выступления перед родителями

Система контроля результативности обучения

Основные формы и средства выявления, фиксации и предъявления результатов обучения:

Наблюдение, контроль качества выполнения самостоятельных и групповых заданий, результаты и анализ участия в соревнованиях, конкурсах, подведение итогов подготовки и организации мероприятий по спортивным бальным танцам.

Периодичность выявления, фиксации и предъявления результатов обучения:

Промежуточный и итоговый контроль освоения учащимися программы:

- текущая диагностика и контроль – декабрь
- итоговая диагностика и контроль – апрель-май

Форма проведения диагностики и контроля прописаны в учебном плане.

Методические материалы

Педагогические методики и технологии

С целью эффективности реализации программы целесообразно использовать такие методы и технологии:

- информационно-развивающие (лекции, рассказы, беседы, просмотр документальных видеофильмов, демонстрация способов деятельности педагога);
- практически-прикладные (освоение умений и навыков по принципу «делай как я»);
- проблемно-поисковые (учащиеся самостоятельно ищут решение поставленных перед ними задач);
- творческие (развивающие игры, моделирование ситуаций, участие в досуговых программах, сценариях и пр.);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, анализ участия в соревнованиях, конкурсах, тестирование и пр.)
- информационно-телекоммуникационные системы

Дидактические материалы

1. Литература по темам занятий.
2. Фото и видеоархив.
3. Наглядные пособия по темам занятий (плакаты, стенды, электронные презентации).
4. Подборка дидактических и диагностических материалов (игры, темы контрольных, самостоятельных и творческих заданий).

Информационные источники

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008)
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
5. Конституция Российской Федерации, Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.
6. Конвенция о правах ребенка, Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года

Для преподавателей:

1. Акуленок С. В. История развития бальных танцев в СССР и России. Главы из книги «Кто есть кто?» Выпуск 5, том 2. – М., Международный объединенный биографический центр, 2003.
2. Ваганова А. Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» — СПб.: Изд-во «Лань», 2000.
3. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: ФиС, 2003.
4. Земляной А. История возникновения бального танца. Журнал «ТАНЕЦ», № 8 - 1999.
5. Рубштейн Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым». Книга по психологии танцевального спорта ведущего танцевального психолога в России в трех частях: "Закон успешной тренировки", "Пара", "Тренер". - М., 2002.
6. Руднева С.Д. и Фиш Э.М. Музыкальное движение. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания. 1-е изд. - М.: Просвещение, 1972; 2-е изд. - СПб.: Гуманитарная академия, 2000.
7. Современный бальный танец. Пособие для студентов ин-тов культуры, учащихся культ.-просвет. училищ и руководителей коллективов бального танца. Под ред. В. М. Стриганова и В. И. Уральской. - М., Просвещение 1977.
8. Фабер А. Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили. – М.: Эксмо, 2010.
9. Howard Guy. Technique of Ballroom Dancing. - Редакция 1995 года, переиздание 1998. - Официальное пособие по европейским танцам Международной ассоциации учителей танцев (International Dance Teachers Association (IDTA)).
10. Laird Walter. Technique of Latin Dancing. Supplement. - Издание 1997, перепечатка 1998. Официальное пособие по латиноамериканским танцам Международной ассоциации учителей танцев (International Dance Teachers Association (IDTA)), в составе 2 книги.
11. Василькова Ю. В., Василькова Т. А. Социальная педагогика: Курс лекций: Учеб. пособие для студ. Высш. Пед. учеб. заведений. - 3-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.
12. Савчук О. «Школа танцев для детей» Л.Издательство 2010 г.
13. Давыдов В.Ю., Коваленко Т.Г., Краснова Г.О. «Методика преподавания танцев» Волгоград. Издательство Волгоградского гос. Университета. 2004 г.
14. Филатов С.В. От образного слова – к выразительному движению, М., 1993.
15. Мур Алекс. Бальные танцы / Пер. с англ. С. Ю. Бардиной. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2004.
16. Техника безопасности и профилактика травматизма в школе : Справочное издание: В двух книгах .- Ч. 1 .- М. : Изд-во «Образование в документах», 2003.
17. Latin American. Part 4. Samba. / 6-е издание Имперского общества учителей танцев (Imperial Society of Teachers of Dancing (ISTD)), 2001.
18. Боттомер П. Уроки танца / Перевод с англ. К. Молькова. – М.: Изд-во Эксмо, 2003.
19. Информационно-методический бюллетень материалов согласованного исследования проблем дополнительного образования детей. – СПб, вып.5, 2007.
20. Имперское общество учителей танцев. Техника исполнения латиноамериканских танцев. Часть 5. Ча-ча-ча. / Пер. с англ. и редакция Ю. Пина. – Лондон – СПб, 1996.
21. Лаэрд Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Часть I -II. / Пер. с англ. А. Белгородского. М.: Издательство «Артис», 2003.
22. Основы латиноамериканских танцев. Том I.- Томск: Артис,1997.
23. Перспективные направления и формы обучения танцам (из опыта работы ведущих танцевальных объединений учителей танцев Великобритании) / сост. Ю. Пин. - СПб,1995.

Для учащихся:

1. Вербицкая А.В. «Основы сценического движения» М., 1973 г.

2. Гринберг Е.Я. «Растем красивыми» Новосибирск, 1992 г.
3. Земская И.Р. «Свет мой, зеркало, скажи» Новосибирск, 1984 г.
4. История комьюма – М., Искусство, 1996 г.
5. Как построить свое «я» - М., Педагогика, 1991 г.
6. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. М, Феникс, 2004.
7. Серия книг. Учимся танцевать. Шаг за шагом. М, Попурри ,2002.

Интернет-источники:

- Сайт ГБОУ СОШ № 291 <http://school291.ru>
- <http://www.ftsr.ru/> – Официальный сайт Федерации танцевального спорта России (ФТСР).
- <http://www.ftsr.ru/> – Официальный сайт Федерации танцевального спорта России (ФТСР).
- <http://www.ftspro.ru/> - Официальный сайт Федерации танцевального спорта «Профессионал» (ФТС «Профессионал»).
- <http://www.rdu.ru/> - Российский танцевальный союз.
- <http://www.ballroom.ru/> - Новости и информация о танцевальном спорте России.
- <http://profidance.ru/> - Все о танцах, бальные танцы, танцевальные школы. Танцы Волоград.
- <http://www.dance.spb.ru/> - The ТАНЕЦ. Сетевой бюллетень танцевальных явлений.
- <http://www.balletmusic.ru/> - Балетная и танцевальная музыка.
- <http://rubstein.ru/> - Танцевальная психология. Гештальт – Центр Нины Рубштейн.
- Тематические сайты:
 - ✓ об истории танцев и танцевальной культуры, о традициях и обычаях различных стран, о ведущих исполнителях спортивного бального танца;
 - ✓ об истории соревнований по спортивным бальным танцам, о текущих соревнованиях по спортивным бальным танцам, о создании танцевального имиджа: костюм, прическа, макияж и т. д.;
 - ✓ музыка для танцев, музыка для бальных танцев, танцевальная музыка.

Пронумеровано, прошито
и скреплено печатью

№ 12 (пятьдесят) листов:
Директор ТРОУ СОШ № 291
Красносельского района СПб

О.В. М. фин

