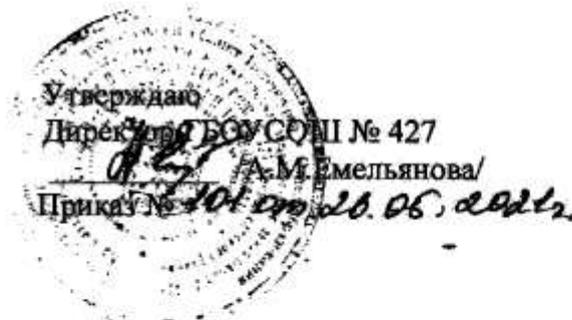


Отделение дополнительного образования детей
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 427
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

Принята
на педагогическом совете
ГБОУСОШ № 427
Протокол № 16 от 26.05.2021г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«Спортивные танцы»

Возрастной состав обучающихся 12-15 лет
Срок реализации: 3 года

Составитель (автор): Балянин А.В.
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2021

Пояснительная записка

Классификация программы:

Программа Спортивные танцы является модифицированной на основе программы «Дополнительная образовательная программа студии спортивно-бального танца «Алира» «От искусства к спорту» (авторы *Позднячкин Алексей Геннадьевич, Позднячкина Ирина Валентиновна, Штыркова Елена Борисовна*), а также на основе дополнительной общеразвивающей разноуровневой программы «Импульс» Волковой Екатерины Сергеевны и Петровой Марины Александровны.

Программа имеет художественную направленность.

По месту в образовательной модели – это программа разновозрастного детского коллектива.

По уровню освоения – общеразвивающая.

Программа ежегодно корректируется с учётом изменяющихся социально-образовательных условий и нормативно-правовой базы организации дополнительного образования.

Актуальность:

Бальный танец, как вид хореографии, соединяет в себе спорт и искусство. Его называют «спортивным», т.к. физическая нагрузка, которая приходится на танцора во время танца, приравнивается к физической нагрузке спортсменов. В тоже время бальный танец не может не оказывать художественно-эстетическое влияние на танцоров. За последние годы бальный танец интегрировал в себе огромное число различных видов хореографии (от народного до современного танца) и стал искусством «всех времен и народов» среди других видов хореографии.

Занимаясь бально-спортивными танцами, дети изучают азы танцев, фигуры, новые элементы. Благодаря занятиям по данной программе у детей формируется красивая осанка, пластика движений. Также дети учатся придавать движениям эмоциональную окраску через разнообразие и выразительность жестов. Уже начиная с первых выступлений на турнирах, дети могут получить призовые места. Таким образом, учащиеся видят результаты своей работы.

Особенности целевой аудитории:

Программа рассчитана на детей от 12 до 15 лет. Для учащихся 12 лет большая часть занятия состоит в игровой форме. В первую очередь делается акцент на начальное обучение технике и тактике бального танца. В этом возрасте ребенок участвует в массовом спорте «Беби». Главная задача детей – попасть в ритм музыки, выполнить правильность перечня фигур. «Беби» ещё не являются спортсменами, поэтому они принимают участие в спортивно-массовых мероприятиях (СММ). Отделения СММ на турнирах проводятся для того, чтобы дети постепенно подготавливались к спорту, набирались опыта.

В возрасте 14 лет дети относятся к категории Дети-0,1. Требования к танцам остаются прежнего уровня, но необходимо более детально прорабатывать технику перечня фигур. Учащиеся развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развиваются способности самовыражения посредством танца.

В возрасте 15 лет начинается половое созревание детей, что, в свою очередь, сказывается на внешнем виде и взаимоотношениях мальчиков и девочек. Например, они смущаются при выполнении танцевальных движений, стесняются становиться в пары. В этом случае проводятся занятия на раскрепощение детей друг перед другом и снятие мышечных зажимов, досуговые мероприятия с игровыми программами внутри коллектива, способствующие сплочению коллектива, формированию дружеских отношений, парные конкурсы, рассчитанные на доверие, взаимопомощь и способствующие совместному успеху.

Дети, как правило, выбирают данный вид деятельности самостоятельно и приходят в объединение по собственному желанию. Несмотря на то, что бально-спортивный танец – это парный танец, дети могут принимать участие в турнирах сольно. В связи с этим, набор в объединение ведется как парами (мальчик-девочка), так и сольный. При поступлении в объединение «Бально- спортивные танцы» ребенок должен иметь медицинский допуск.

Практическая значимость

В рамках реализации программы педагог, занимающийся с детьми бально-спортивными танцами, направляет свои умения и навыки на развитие творческих способностей у детей эстетического восприятия в заданной деятельности. Успешное освоение творческой деятельности способствует интеллектуальному развитию ребенка. Содержание программы позволяет в доступной форме для детей раннего возраста осваивать материал начальной танцевальной подготовки, получать азы художественного воспитания. В ходе реализации программы формируются предметные, учебно-познавательные, коммуникативные компетенции. Кроме того, строгая последовательность тем в сочетании с индивидуальным подходом позволяют раскрыть творческий потенциал каждого учащегося.

Место программы в культурном и социальном пространстве

Данная программа направлена в первую очередь на развитие художественно-эстетического восприятия детей, а спортивная часть является только составляющей для развития стремления к достижениям. Также, стоит отметить, что по данной программе могут заниматься дети с разным уровнем готовности и возрастом.

Новизна

В настоящее время спортивный бальный танец очень популярен в России и в мире. В спортивном танце нет определенного сценария, точного текста танцевальной партии, пошагового описания логического хода событийности. Композиция в спортивном танце не несет в себе практически никакого подтекста, не имеет какой-либо определенной сюжетной линии. Педагог, ставящий композицию сольникам и паре, берет для себя несколько критериев: ряд последовательных фигур должен соответствовать уровню и классу сольников и пары; внимание уделяется так же соответствию физической и технической оснащенности как для пары, так и для сольных выступлений. С усложнением фигуры делается больший уклон в музыкальном исполнении, в зависимости от класса танцующих. Далее идет кропотливая каждодневная отработка с выходом на паркет. Данная же программа подразумевает в основном обучение сценическому бальному танцу. Т.е. репертуар (постановки), предусмотренный данной программой, имеет сюжетную линию в отличие от вариаций, исполняемых танцорами на турнирах по спортивным бальным танцам. С помощью бальной хореографии педагог создает танцевальные номера, с которыми дети выступают на сцене.

В реализации программы используется разноуровневый подход. Он предполагает параллельное освоение содержания программы на разных уровнях углубленности, доступности и степени сложности, исходя из диагностики и стартовых возможностей каждого из учащегося. Это позволяет детям с разной танцевальной подготовкой проще воспринимать учебный материал, осваивать программу.

Срок освоения программы

Программа рассчитана на 3 года обучения, 216 часа.

Режим занятий

- 1 год обучения – 1 раз в неделю по 2 академических часа, итого 72 часа в год;
- 2 год обучения – 1 раз в неделю по 2 академических часа, итого 72 часа в год;
- 3 год обучения – 1 раз в неделю по 2 академических часа, итого 72 часа в год.

При распределении учебной нагрузки по годам обучения учитываются возрастные особенности каждой группы, физические возможности и психологические особенности учащегося.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

В современном мире высоких технологий дистанционное обучение или как сейчас многие говорят онлайн обучение – новый и удобный формат получения образования. Удалённое обучение дает возможность получать знания из любого места, будь это дом, дача, прогулки на свежем воздухе и самостоятельно планировать свое драгоценное время. Программа частично цифровизирована – создан большой объём видеоматериала по занятиям, рассчитанного на разный возраст. Учащиеся могут выполнять задания дистанционно и отправлять фото и видео отчет педагогу. У объединения имеются свои группы в социальных сетях VK и Instagram, а также беседа в мессенджере WhatsApp.

Успешным результатом совмещения геймификации и цифровизации в программе является проведение онлайн-конкурсов для обучающихся.

Ведущие формы и виды деятельности – это учебно - тренировочные и практические занятия, репетиции, турнирные соревнования. Большое внимание уделяется индивидуальной и парной работе с учащимися, в особенности при подготовке к участию в турнирах и соревнованиях. Также освоение некоторых разделов и тем с использованием дистанционных технологий посредством следующих сервисов: видеоконференций ZOOM, мессенджера WhatsApp, платформ социальных сетей VK, Instagram.

Цель и задачи программы

Цель: Развитие общей физической подготовки и творческих способностей учащихся через обучение бально-спортивным танцам.

Задачи программы:

Обучающие:

- знакомство с историей и стандартами бальных танцев;
- обучение умению чувствовать музыкальный ритм и стиль;
- знакомство с танцевальной терминологией;
- обучение танцевальным движениям бальных танцев, технике исполнения фигур;

Развивающие:

- развитие чувства ритма, стиля, музыкальной памяти и внимательности;
- развитие творческих способностей учащихся;
- развитие способности к творческой импровизации в области спортивного танца;
- развитие и поддержание хорошей физической формы учащихся: гибкости, пластики, координации, общей физической выносливости;

Социально-педагогические:

- Педагогическая поддержка ребёнка к творческой самореализации и самосовершенствованию;
- Развитие коммуникативных навыков учащихся и взаимодействия в коллективе.

Содержание программы

Учебный план

№	Название изучаемого курса (раздела)	Год занятий (кол-во часов)									ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		1 год			2 год			3 год			
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	
1	Общесфизическая и хореографическая подготовка	10	96	106	6	100	106	8	98	106	Тест мониторинга ОФП
2	История спортивного танца. Европейская и Латинская программа	12	76	88	10	78	88	10	78	88	Внутренние турниры
3.	Аттестационные, презентационные мероприятия	6	16	22	6	16	22	6	16	22	Выступления на турнирах, отчётных концертах
ИТОГО:		28	188	216	22	194	216	24	192	216	

Учебно-тематический план первого года обучения

№ П/П	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА, ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ВСЕГО	
1	Общая физическая и хореографическая подготовка	10	96	106	Тест мониторинга ОФП
1.1	Разминка	2	20	22	
1.2	Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины	1	11	12	
1.3	Упражнение для развития стопы, мышц ноги	1	13	14	
1.4	Растяжка	1	19	20	
1.5	Развитие специальной выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств	1	19	20	
1.6	Хореографическая подготовка: позиции рук, позиции ног.	2	10	12	
1.7	Музыкальная подготовка: понятие такта, сильные и слабые доли.	2	4	6	
2	История спортивного танца. Европейская и Латиноамериканская программа	12	76	88	Внутренние турниры
2.1	История развития танцев	4		4	
2.2	Европейская программа: медленный вальс, венский вальс, быстрый фокстрот	4	38	42	
2.3	Латиноамериканская программа: самба, ча-ча-ча	4	38	42	
3	Аттестационные, презентационные мероприятия.	6	16	22	Выступления на турнирах, отчётных концертах
3.1	Правила поведения на конкурсной площадке.	2	8	10	
3.2	Эмоционально-артистическая подача танца.	4	8	12	
	Всего	22	188	216	

Содержание разделов программы для детей 1 года обучения

Раздел 1. Физическая и хореографическая подготовка – 106ч.

Инструктаж по технике безопасности. Разучивание танцевального приветствия (поклон), построения по линиям, игра «знакомство».

1.1 Разминка – 22ч

Теория – 2ч. Необходимость предварительного разогрева мышц, знакомство с основными группами мышц.

Практика – 20ч. Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по специальной системе подготовки начинающих танцоров.

1.2 Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины-12ч

Теория – 1ч. Основные группы мышц спины.

Практика – 11ч. -Упражнения для разминки мышц груди, поясницы и спины, наклоны,упражнения в парах.

1.3Упражнение для развития стопы, мышц ноги – 14ч

Теория – 1ч. Суставы и механизмы их работы. Основные группы мышц ног.

Практика – 13ч. Упражнения для разогрева мышц ноги, колена стопы и развития подъема стопы.

1.4Растяжка – 20ч

Теория – 1ч. Понятие о линиях корпуса. Разнонаправленное растяжение.

Практика – 19ч. Упражнения для растяжки спины и ног, работа в парах.

1.5Развитие специальной выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств – 20ч

Теория – 1ч. Беседы о значении физической культуры, сохранении здоровья, необходимости физических упражнений для достижения результатов в танцевальном спорте, а также их правильного исполнения.

Практика – 19ч. Упражнений направленных на развитие специальных физических качеств. Упражнения для развития координации, специальной выносливости.

1.6Хореографическая подготовка: позиции рук, позиции ног – 12ч

Теория – 2ч. Суставы и механизм их работы.

Практика – 10ч. Разучивание танцевального приветствия (поклон), разучивание классических танцевальных позиций рук и ног.

1.7Музыкальная подготовка: понятие такта, сильные и слабые доли – 6ч

Теория – 2ч. Беседа об основных понятиях и их разъяснении: музыкальный размер, направления движения, степени поворота.

Практика – 4ч. Понятие такта, сильные и слабые доли. Выполнение упражнений в такт музыки. Хлопки под музыку.

Раздел 2. История спортивного танца. Европейская и Латиноамериканская программа – 88ч.

2.1 История развития танцев. – 4ч.

Теория – 4ч. Виды бальных танцев. Простые бально-спортивные танцы: полька, падеграс, дай-дай, вару-вару, диско. История Европейского танца: медленный вальс, венский вальс. История Латиноамериканских танцев: самба, ча-ча-ча.

2.2. Европейская программа: медленный вальс, венский вальс – 42ч

Теория – 4ч. Происхождение танцев европейского стандарта. История стилизации костюма.

Практика – 38ч. Разучивание фигур. Постановка корпуса. Разучивание фигур. Изучение позиции стоп, равнения, величины поворота, подъемов и опусканий, характерных для изучаемых фигур. Отработка ритма фигур, взаимодействие в паре.

2.3. Латиноамериканская программа: самба, ча-ча-ча – 42ч.

Теория – 4ч. История становления латиноамериканской программы спортивных танцев, история костюма.

Практика – 38ч. Разучивание фигур. Изучение позиции стоп, равнения, величины поворота, подъемов и опусканий, характерных для изучаемых фигур. Отработка ритма фигур, взаимодействие в паре.

Раздел 3. Атгестационные, презентационные мероприятия – 22ч.

3.1. Правила поведения на конкурсной площадке – 10ч.

Теория – 2ч. Знакомство с правилами поведения на конкурсной площадке.

Практика – 8ч. Структура турнира. Моделирование конкурсных ситуаций во время тренировочного процесса.

3.2. Эмоционально-артистическая подача танца – 12ч.

Теория – 4ч. Беседа о значении эмоционально-артистической окраске танца.

Практика – 8ч. Эмоции в танце. Упражнения на расслабление мышц лица.

Учебно-тематический план второго года обучения

№ П/П	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА, ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ВСЕГО	
1	Общая физическая и хореографическая подготовка	6	100	106	Тест мониторинга ОФП
1.1	Разминка	2	20	22	
1.2	Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины		12	12	
1.3	Упражнение для развития стопы, мышц ноги		14	14	
1.4	Растяжка		20	20	
1.5	Развитие специальной выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств	2	18	20	
1.6	Хореографическая подготовка: позиции рук, позиции ног.	2	10	12	
1.7	Музыкальная подготовка: понятие такта, сильные и слабые доли.		6	6	
2	История спортивного танца. Европейская и Латиноамериканская программа	10	78	88	Внутренние турниры
2.1	История развития танцев	2	2	4	
2.2	Европейская программа: медленный вальс, венский вальс, быстрый фокстрот	4	38	42	
2.3	Латиноамериканская программа: самба, ча-ча-ча	4	38	42	
3	Аттестационные, презентационные мероприятия.	6	16	22	Выступления на турнирах, отчётных концертах
3.1	Правила поведения на конкурсной площадке.	2	8	10	
3.2	Эмоционально-артистическая подача танца.	4	8	12	
	Всего	22	194	216	

Содержание разделов программы для детей 2 года обучения

Раздел 1. Физическая и хореографическая подготовка – 106 ч.

Знакомство с традициями и правилами объединения «Бально-спортивного танца», инструктаж по технике безопасности. Приветствие (поклон) повторение изученного ранее.

1.1 Разминка – 22ч

Теория – 2ч. Необходимость предварительного разогрева мышц, знакомство с основными группами мышц.

Практика – 20ч. Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по специальной системе подготовки начинающих танцоров.

1.2 Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины- 12ч

Практика – 12ч. Упражнения для разминки мышц груди, поясницы и спины, наклоны, упражнения в парах.

1.3 Упражнение для развития стопы, мышц ноги – 14ч.

Практика – 14ч. Упражнения для разогрева мышц ноги, колена, стопы и развития подъема стопы.

1.4 Растяжка – 20ч

Практика – 20ч. Упражнения для растяжки спины и ног, работа в парах.

1.5 Развитие специальной выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств – 20ч

Теория – 2ч. Беседы о значении физической культуры, сохранении здоровья, необходимости физических упражнений для достижения результатов в танцевальном спорте, а также их правильного исполнения.

Практика – 18ч. Упражнения, направленные на развитие специальных физических качеств. Упражнения для развития координации, специальной выносливости.

1.6 Хореографическая подготовка: позиции рук, позиции ног – 12ч

Теория – 2ч. Суставы и механизм их работы. Основные группы мышц.

Практика – 10ч. Освоение упражнений на работу стопы (пятка, носок, плоская стопа). Разучивание танцевального приветствия (поклон), разучивание классических танцевальных позиций рук и ног.

1.7 Музыкальная подготовка: понятие такта, сильные и слабые доли – 6ч

Практика – 6ч. Понятие такта, сильные и слабые доли. Выполнение упражнений в такт музыки.

Раздел 2. История спортивного танца. Европейская и Латиноамериканская программа – 88ч.

2.1 История развития танцев – 4ч.

Теория – 2ч. Виды бально-спортивных танцев

Практика – 2ч. История европейского танца: фокстрот, квикстеп. История латиноамериканского танца: румба.

2.2. Европейская программа: медленный вальс, венский вальс, быстрый фокстрот, квикстеп -42ч.

Теория – 4ч. Правила исполнения фигур.

Практика – 38ч. Знакомство с характерными техническими и музыкальными особенностями танцев европейской программы. Постановка корпуса. Разучивание фигур. Изучение позиции стоп, равнения, величины поворота, подъемов и опусканий, характерных для изучаемых фигур. Отработка ритма фигур, взаимодействие в паре.

2.3. Латиноамериканская программа: самба, ча-ча-ча, румба – 42ч.

Теория -4ч. Правила исполнения фигур.

Практика – 38ч. Знакомство с характерными техническими и музыкальными особенностями танцев латиноамериканской программы. Постановка корпуса. Разучивание фигур. Изучение позиции стоп, равнения, величины поворота, подъемов и опусканий, характерных для изучаемых фигур. Отработка ритма фигур, взаимодействие в паре.

Раздел 3. Аттестационные, презентационные мероприятия – 22ч.

3.1. Правила поведения на конкурсной площадке – 10ч.

Теория – 2ч. Правила поведения на конкурсной площадке.

Практика – 8ч. Требования к внешнему виду участников. Классификация танцоров. Моделирование конкурсных ситуаций во время тренировочного процесса.

3.2. Эмоционально-артистическая подача танца – 12ч.

Теория – 4ч. Упражнения на расслабление мышц лица.

Практика – 8 ч. Различие эмоций в мужской и женской партии.

Учебно-тематический план третьего года обучения

№ П/П	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА, ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЯ
		ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ВСЕГО	
1	Общая физическая и хореографическая подготовка	8	98	106	Тест мониторинга ОФП
1.1	Разминка	2	20	22	
1.2	Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины	1	11	12	
1.3	Упражнение для развития стопы.	1	13	14	
1.4	Растяжка		20	20	
1.5	Развитие специальной выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств	2	18	20	
1.6	Хореографическая подготовка: позиции рук, позиции ног.	2	10	12	
1.7	Музыкальная подготовка: понятие такта, сильные и слабые доли.		6	6	
2	История спортивного танца. Европейская и Латиноамериканская программа	10	78	88	Внутренние турниры
2.1	История развития танцев	2	2	4	
2.2	Европейская программа: медленный вальс, венский вальс, быстрый фокстрот	4	38	42	
2.3	Латиноамериканская программа: самба, ча-ча-ча	4	38	42	
3	Аттестационные, презентационные мероприятия.	6	16	22	Выступления на турнирах, отчётных концертах
3.1	Правила поведения на конкурсной площадке.	2	8	10	
3.2	Эмоционально-артистическая подача танца.	4	8	12	
	Всего	24	192	216	

Содержание разделов программы для детей 3 года обучения

Раздел 1. Физическая и хореографическая подготовка – 106ч.

Включает в себя весь курс второго года обучения, плюс проведение разминки самостоятельно от начала до конца одним ребенком перед другими.

1.1 Разминка – 22ч

Теория – 2ч. Необходимость предварительного разогрева мышц, знакомство с основными группами мышц.

Практика – 20ч. Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку по специальной системе подготовки начинающих танцоров.

1.2 Упражнение на развитие гибкости, укрепление мышц спины- 12ч

Теория – 1ч. Основные группы мышц спины.

Практика – 11ч. Упражнения для разминки мышц груди, поясницы и спины, наклоны, упражнения в парах.

1.3 Упражнение для развития стопы – 14ч.

Теория – 1ч. Механизм работы стопы.

Практика – 13ч. Освоение упражнений на работу стопы (пятка, носок, плоская стопа)

1.4 Растяжка – 20ч.

Практика – 20ч. Упражнения для растяжки спины и ног, работа в парах.

1.5 Развитие специальной выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств – 20ч

Теория – 2ч. Упражнений направленных на развитие специальных физических качеств.

Практика – 18ч. Упражнения для развития координации, специальной выносливости.

1.6 Хореографическая подготовка: позиции рук, позиции ног – 12ч

Теория – 2ч. Суставы и механизм их работы. Основные группы мышц.

Практика – 10ч. Освоение упражнений на работу стопы (пятка, носок, плоская стопа).

Разучивание танцевального приветствия (поклон), разучивание классических танцевальных позиций рук и ног.

1.7 Музыкальная подготовка: понятие такта, сильные и слабые доли – 6ч

Практика – 6ч. Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий.

Раздел 2. История спортивного танца. Европейская и латиноамериканская программа – 88ч.

2.1 История развития танцев – 4ч.

Теория – 2ч. Виды бально-спортивных танцев.

Практика – 2ч. Единая всероссийская спортивная классификация в ФТСАРР. История европейского танца танго. История латиноамериканского танца пасодобль, джайв.

2.2. Европейская программа: медленный вальс, венский вальс, быстрый фокстрот, квикстеп, танго – 42ч.

Теория – 4ч. Знакомство с характерными техническими и музыкальными особенностями танцев европейской программы.

Практика – 38ч. Постановка корпуса. Разучивание фигур. Постановка корпуса. Разучивание фигур. Изучение позиции стоп, равнения, величины поворота, подъемов и опусканий, характерных для изучаемых фигур. Отработка ритма фигур, взаимодействие в паре.

2.3. Латиноамериканская программа: самба, ча-ча-ча, румба, пасадобль, джайв – 42ч.

Теория – 4ч. Знакомство с характерными техническими и музыкальными особенностями танцев латиноамериканской программы

Практика – 38ч. Постановка корпуса. Разучивание фигур. Изучение позиции стоп, равнения, величины поворота, подъемов и опусканий, характерных для изучаемых фигур. Отработка ритма фигур, взаимодействие в паре.

Раздел 3. Атгестационные, презентационные мероприятия – 22ч.

3.1. Правила поведения на конкурсной площадке – 10ч.

Теория – 2ч. Критерии судейской оценки на турнире. Требования к внешнему виду участников.

Практика – 8ч. Условия присвоения категории танцоров .Организация внутренних турниров для детей первого года обучения.

3.2. Эмоционально-артистическая подача танца – 12ч.

Теория – 4ч. Упражнения на расслабление мышц лица.

Практика – 8ч. Различие эмоций в мужской и женской партии. Эмоциональное взаимодействие с партнером.

Прогнозируемые результаты

Результаты первого года обучения:

Предметные:

- Общее представление об истории бального танца. Знание танцевальной терминологии: полька, падеграс, дай-дай, вару-вару, диско.
- Освоение необходимых двигательных навыков начального спортивного танца, знание техники исполнения простых фигур.

Метапредметные:

- Формирование координации движений
- Умение чувствовать музыкальный ритм.
- Формирование начальной физической подготовки учащихся.
- Умение ориентироваться в танцевальном зале и на сцене.

Личностные

- Знание правила поведения в образовательном учреждении, на конкурсной площадке;
- Умение взаимодействовать в коллективе.

Результаты второго года обучения:

Предметные:

- Знание истории бально-спортивного танца, танцев европейской и латиноамериканской программ.
- Совершенствование двигательных навыков бально-спортивного танца, знание техники исполнения фигур;

Метапредметные:

- Формирование координации движений
- Формирование хорошей физической подготовки;
- Умение чувствовать музыкальный ритм и стиль, определять сильные и слабые доли;
- Умение ориентироваться на конкурсной площадке.

Личностные:

- Воспитание чувства ответственности, взаимовыручки;
- Развитие способности самовыражения посредством танца;
- Формирование художественного вкуса.

Результаты третьего года обучения.

Предметные:

- Знание истории и стандартов бально-спортивных танцев европейской и латиноамериканской программы;
- Совершенствование двигательных навыков бально-спортивного танца, знание техники исполнения сложных фигур

Метапредметные

- Умение согласовывать движения тела с музыкой
- Формирование хорошей координации движений
- Развитие и совершенствование хорошей физической подготовки;
- Умение чувствовать музыкальный ритм и стиль, определять сильные и слабые доли;

Личностные

- Взаимодействие в паре с партнером
- Знание правила организации и проведения конкурсной площадки.

1.5. Формы мониторинга освоения программы

Входная диагностика - проводится при поступлении детей в объединение Бально-спортивные танцы. Педагог смотрит на занятиях на уровень умений и навыков при выполнении основных видов движений (шаг с носка, высокий шаг, переменный шаг, приставной шаг, боковой галоп, галоп вперед, поскок, легкий бег, высокий бег, бег с захлестом), которые необходимы детям на уроках ритмики.

Промежуточная аттестация проходит в форме турнирного выступления и танцевального номера на внутриклубном мероприятии в конце первого полугодия. Для того чтобы ребенок был включен в танцевальный номер, от него требуется стабильное посещение занятий, освоение всего материала, который дается за это время. На протяжении всего года идет наблюдение педагога за детьми, у кого и как развиваются навыки в танцевальном направлении, а также в личном общении с другими детьми.

Аттестация по итогам учебного года осуществляется в форме турнирного выступления, где дети являются и участниками, и судьями. После выступления учащиеся также отвечают на устные вопросы по терминологии танцев. Дети фиксируют в оценочные листы результаты друг друга. Это позволяет им взглянуть на танец глазами судей. Дети ответственно подходят к этому делу, так как чувствуют его значимость.

Фиксация достижений обучающихся происходит в журнале и в виде письменного отчета о мероприятии. Оценивание производит педагог, непосредственно работающий с группами. Если ребенок или группа участвует в каком-либо проекте/конкурсе, то оценивание производят эксперты данного мероприятия.

2.4 Оценочные материалы

Основным критерием для оценки качества исполнения танцев является система, предложенная Московской Федерацией танцевального спорта Президиум ФТСАРР. Для оценки уровня ОФП используется личная карта программы «Импульс».

Система контроля:

- Наблюдение
- Заполнение Творческой карты учащегося объединения «Бальные танцы»
- Карта результативности
- Рейтинговые конкурсы в группах,
- Открытые занятия.
- Танцевальные турниры

2.5 Материально-техническое обеспечение

ноутбук;

колонки мультимедийные;

зеркала;

фонотека и видеоматериалы: Уроки латино-американских танцев. Медиа Арт Паблишер», Москва, 2007г.;

аудиоматериалы: музыка для бальных танцев, эстрадных танцев, классических танцев, мелодии релакс;

диски DVD;

детские песни (ремиксы, оригиналы и минусовки); инструментальная и классическая музыка;

коврики для выполнения упражнений.

Список литературы

✓ Нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 75 «Дополнительное образование детей и взрослых»);
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.);
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.

✓ Литература, используемая педагогом

6. Бекина С.И. «Музыка и движение» / С.И. Бекина. - М.: Мир, 2013.
7. Беликова А.Н. «Бальные танцы» / А.Н. Беликова. - М.: Изд. Россия, 2015.
8. Богаткова А. «Танцы для детей» / А. Богаткова. – М.: Изд. Детгиз, 2015.
9. Барышникова Т. «Азбука хореографии.» / Т. Барышникова. - М. : Мир, 2014 г.
10. Валукин Е.П. «Проблемы наследия в хореографическом искусстве» / Е.П. Валукин. - М.: Мир, 2015.
11. Кауль Н. «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы» / Н. Кауль. – М.: Ростов, 2014.
12. Колодницкий Т.А. «Азбука танцев» / Т.А. Колодницкий.– М.: Донецк, 2014.
13. Каратаев А.А. Обучение хореографическому творчеству с применением современных информационных технологий / А. А. Каратаев.-Текст : непосредственный, электронный // Молодой ученый. — 2015. — № 12 (92). — С. 851-854. (дата обращения: 27.04.2020).
14. Пол Боттомер. «Уроки танца»./ Боттомер Пол.– М.: Изд. Эксмо, 2013.
15. Руднева С., Э.Фиш. «Ритмика. Музыкальное движение» / С. Руднева., Э. Фиш. – М.: Изд. Просвещение, 2014.
16. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым / Н. Рубштейн. - М. : Мир, 2015.
17. Филатов С.В. От образного слова – к выразительному движению / С.В. Филатов.-М. : Мир, 2015 г.
18. Шутиков Ю.Н. «Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам» /Ю.Н Шутиков. – М.: Санкт-Петербург, 2006 г.

✓ Электронные ресурсы

19. Официальные документы ФТСАРР - http://www.dancedance.ru/component/option,com_yfiles/Itemid,61/catid,3/task,viewcategory/ ; - [электронный ресурс]- 12.06.19
20. Официальный сайт Союза Танцевального Спорта России. - www.rusdsu.ru ; - [электронный ресурс] - дата последнего обращения 12.06.19.
21. Представительство ФТС и крупных российских и международных турниров. - www.ballroom.ru; - [электронный ресурс] – дата последнего обращения 12.06.19.
22. Российское Информационное Танцевальное Агентство - www.dancesport.ru; - [электронный ресурс] - дата последнего обращения 12.06.19.
23. Танцевальный спорт - <http://dance.vftsarr.ru/> ; - [электронный ресурс]- дата последнего обращения 12.06.19.

Список литературы, рекомендуемой детям:

1. Барышников Т. Азбука хореографии / Т. Барышников. – М.: Москва, 2001 г.
2. Боттомер П. Уроки танца / П.Боттомер. – М.: Москва, 2003г.
3. Вербицкая А.В. Основы сценического движения /А.В. Вербицкая. -М.: Москва, 1973.
4. Гринберг Е.Я. Растем красивыми / Е.Я. Гринберг .- М.: Новосибирск, 1992.
5. Земская И. Свет мой, зеркало, скажи / И. Земская. – М.: Новосибирск, 1984.
6. Мессер А.М. Танец. Мысль. Время / А.М. Мессер. - М.:1990 г.
7. Наталья А. Танцы. Мини-энциклопедия для детей. Рассказы о танцах разных народов и времен / А. Наталья. – М.: Санкт- Петербург, 2018.
8. Рубштейн Н., Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым / Н. Рубштейн. - М.: 2000 г.
9. Уральская В.И. Современный бальный танец / В.И. Уральская.- М.: Москва: Просвещение, 1978 г.
- 10.

