

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности**

**«Спортивные бальные танцы»**

Возраст учащихся: 7-11 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:

Рожков Владимир Алексеевич,

педагог дополнительного образования

Тамбов 2020

**Информационная карта программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Учреждение** | Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №24» города Тамбова |
| **2. Полное название программы** | Спортивные бальные танцы |
| **3. Сведения об авторах:** | |
| **3.1. Ф.И.О., должность** | Рожков Владимир Алексеевич,  педагог дополнительного образования |
| **4. Сведения о программе:** | |
| **4.1. Нормативная база** | Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;  Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;  Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;  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», 2015г.);  Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14) |
| **4.2. Область применения** | Дополнительное образование |
| **4.3. Направленность** | Художественная |
| **4.4. Вид программы** | Общеобразовательная |
| **4.5. Уровень программы** | Стартовый |
| **4.6. Возраст учащихся по программе** | 7-11 лет |
| **4.7. Продолжительность обучения** | 2 года |
| **5. Рецензенты и авторы отзывов** |  |
| **6. Заключение экспертного совета** | Протокол заседания от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г. №\_\_\_\_\_ |

**КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная образовательная программа «Спортивные бальные танцы» имеет художественную направленность.

Уровень освоения программы – стартовый.

Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом.

**Актуальность программы**

На современном этапе развития выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья школьников разного возраста. Поэтому забота по сохранению и укреплению здоровья ребенка является в нашем обществе приоритетной, поскольку нашей стране нужны творческие, гармонично развитые, активные и здоровые личности.

В настоящее время в России и во всем мире, завоевывает все более широкую популярность бальный танец. Это объясняется высокой культурой и красотой его исполнения, зрелищностью и безграничными возможностями. Дети, занимающиеся таким видом искусства, получают разностороннее интеллектуальное, художественное и физическое развитие.

Актуальность программы состоит в потребности художественного развития учащихся, приобщению их к хореографическому искусству путем освоения основ спортивного бального танца.

**Педагогическая целесообразность программы** определена тем, что ориентирует учащихся на приобщение к физической культуре и спорту на создание индивидуального творческого продукта, расширяет творческое пространство для самореализации личности.

Программа построена по принципу постепенного усложнения материала. В программе учитываются индивидуальные особенности учащегося, его возрастные особенности. Процесс обучения предусматривается создание индивидуальных образовательных маршрутов для вновь создавшейся пары, с учетом разноуровневой подготовки партнеров. Так же значительное внимание уделяется развитию двигательных функций, формированию правильной осанки, ровной и подтянутой походке. Учащиеся совершенствуют физические умения и навыки, у них развивается мышечное чувство, ориентирование и координация движений в пространстве, повышается жизненный тонус.

**Отличительной особенностью программы** является то, что она является комплексной. Данная программа сочетает тренировочные упражнения и изучение танцевального репертуара. Выразительность и музыкальность движения опирается на общее развитие учащихся, крепость их мышц, ловкость, хорошую координацию движений.

Занятия, предлагаемые в данной программе, включают в себя танцевальные упражнения, реализуемые в разном музыкальном темпе, ритме, отличительной амплитуде, упражнения для общего развития учащихся, упражнения на координацию, задания на развитие музыкальности и актерского мастерства. В то же время разучивание упражнений, игр, танцев закрепляет и совершенствует навыки, приобретенные на занятиях по общей физической подготовке осанка, правильный шаг, прыжок, умение ориентироваться в пространстве и т.д. Построенные с использованием импровизации занятия, позволяют учащимся развивать творческое мышление и получать удовольствие от собственных достигнутых результатов.

**Адресат программы**

Программа предназначена для детей от 7 до 11 лет (младший школьный возраст), ранее не занимавшихся танцами, годные по состоянию здоровья.

**Характеристики развития детей младшей возрастной группы (7- 11 лет)**

В этом возрасте учеба становится для детей ведущей деятельностью. Формируются новые отношения со сверстниками, родителями, педагогом. Главная особенность этого возраста – бурный рост всего организма и высокая физическая активность, поэтому на занятиях на смену играм и музыкально-ритмическим упражнениям, приходит постановочная работа. Занятия выстроены так, что учащийся активен в физическом и эмоциональном плане равномерно. Особое внимание уделяется актерскому мастерству, умению мимикой, движением и жестами создать тот или иной образ, соответствующий хореографическому произведению.

**Условия набора учащихся**

Для обучения принимаются все желающие без определения творческих возможностей. Ограничение одно – физическое здоровье. Поэтому при записи в детское объединение у учащихся обязательно должна быть медицинская справка.

**Количество учащихся**

Состав групп – постоянный. Наполняемость групп 1 и 2 года обучения –10-15 человек. Группы могут формироваться как одновозрастные, так и разновозрастные.

**Объем и срок освоения программы**

Программа рассчитана на 2 года обучения. Объем часов по программе составляет 360 часов.

Первый год обучения – 144 часа (4 час. в неделю).

Второй год обучения – 216 часов (6 час. в неделю).

**Формы и режим занятий**

Согласно «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 года, занятия первого года обучения проводятся 2 раз в неделю, продолжительность занятий – 2 часа (1 час – 30 мин. (для учащихся от 7 до 8 лет), 45 минут (для учащихся от 9 до 11 лет), перерыв между занятиями 10 минут).

Занятия второго года обучения проводятся 3 раза в неделю, продолжительность занятий – 2 часа (1 час – 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут).

**Форма организации учебно-воспитательного процесса:** очная

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:**

фронтальная;

групповая;

индивидуально-групповая;

занятия малыми группами;

ансамблевая.

**Основные методы обучения**:

наглядные методы (наблюдение, демонстрация наглядных средств);

практические методы;

игровые методы (дидактическая игра, игра-путешествие и т.д.);

метод сравнительного анализа и оценки;

словесные методы (рассказ, беседа);

демонстрационные методы.

**Основными формами проведения занятий являются:**

теоретические и практические занятия;

учебно-тренировочные занятия;

занятие-игра;

открытое занятие;

показательные выступления, концерт и др.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

**Цель:** вовлечение учащихся в познавательную и творческую деятельность, формирование мотивационной сферы в области спортивного бального танца.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1 год обучения**

**Задачи:**

***обучающие*:**

получить представления о спортивных бальных танцах, как жанре хореографии и виде спорта;

познакомить с необходимой терминологией, сформировать понятийный аппарат;

способствовать формированию первичных танцевальных умений и навыков;

способствовать развитию таких физических качеств, как гибкость, быстрота и выносливость;

***развивающие:***

развить коммуникативные умения при работе в паре, в танцевальном коллективе;

сформировать умения планировать собственную деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

воспитательные:

сформировать позитивное отношение к занятиям спортивными бальными танцами и к здоровому образу жизни;

сформировать социальные знания об общественных нормах, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе.

***воспитательные:***

воспитание аккуратности, пунктуальности, вежливости, дисциплинированности, чувства ответственности;

воспитание культуры поведения на занятиях, приобретение навыков общения в коллективе;

способствовать развитию творческой активности и артистизма на основе полученных знаний;

привитие любви к бальным танцам.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | | | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
|  | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Тестирование (входной контроль) |
| **1. Раздел «Основы бального танца»** | | | | | |
| 1.1 | История развития спортивного бального танца | 2 | 1 | 1 | Практические задания,  педагогические наблюдения |
| 1.2 | Европейские и латиноамериканские танцы | 2 | 1 | 1 |
| 1.3 | Музыка в танце. Музыкальные игры | 4 | 1 | 3 |
| **2. Раздел «Общефизическая подготовка»** | | | | | |
| 2.1 | Партерная гимнастика (растяжка) | 10 | 2 | 8 | Практические задания,  педагогические наблюдения |
| 2.2 | Упражнения на развитие гибкости, выносливости | 10 | 1 | 9 |
| **3. Раздел «Основы хореографического искусства»** | | | | | |
| 3.1 | Хореография изучаемых танцевальных фигур | 12 | 2 | 10 | Практические задания,  открытые занятия |
| 3.2 | Классический танец | 14 | 2 | 12 |
| 3.3 | Европейская программа | 14 | 2 | 12 |
| 3.4 | Латиноамериканская программа | 14 | 2 | 12 |
| **4. Раздел «Подготовка и участие в творческой деятельности»** | | | | | |
| 4.1 | Правила поведения на сцене и конкурсной площадке | 2 | 1 | 1 | Практические задания,  участие в концертах |
| 4.2 | Эмоционально-артистическая подача танца | 2 | 1 | 1 |
| 4.3 | Постановочная работа | 18 | - | 18 |
| 4.4 | Техника работы в паре. | 36 | - | 36 |
|  | **Итоговое занятие** | 2 | - | 2 | Промежуточная диагностика |
| **Итого:** | | **144** | **17** | **127** |  |

**Содержание учебного плана**

**Вводное занятие**

*Теория.* Знакомство с учащимися. Цели и задачи обучения по программе. Мини-мониторинг по выявлению интересов, пожеланий и предпочтений детей по учебному курсу.

*Практика:* Тестирование (входной контроль).

**1.Раздел «Основы бального танца»**

**Тема 1.1. История развития спортивного бального танца**

*Теория.* История возникновение и развитиеспортивного бального танца. Определение основных понятий, истоки бального танца. Происхождение соревнований по бальным танцам. Танцы народов мира. Танцевальные костюмы.

*Практика:* Знакомство с позициями рук (1-3), ног (1-3,5,6). Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса. Упражнения для корпуса и бедер. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Упражнения для развития плавности движений рук.

**Тема 1.2. Европейские и латиноамериканские танцы**

*Теория.* Конкурсные программы бальных танцев, их особенности. Характеристика танцев европейской (медленный вальс, венский вальс, танго, медленный фокстрот) и латиноамериканской программ (квикстеп, самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв).

*Практика:*Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса. Упражнения для корпуса и бедер. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Упражнения для развития плавности движений рук.

**Тема 1.3. Музыка в танце. Музыкальные игры**

## *Теория.* Музыка как ритмическая основа. Восприятие музыки. Музыкальные размеры и ритмы танцев. Специфика и природа образности в танце. Национальное и интернациональное в хореографическом образе.

## П*рактика.* Музыкальные игры. Прослушивание мелодий, ритмичные движения в соответствии с характерным ритмом музыки, способность изменять ритм (переходить от одного ритма к другому). Выделение акцентов хлопками и притопами.

**2. Раздел «Общефизическая подготовка»**

**Тема 2.1.** **Партерная гимнастика (растяжка)**

*Теория:* Техника исполнения движений, предупреждение травм. Виды и классификация гимнастических растяжек. Меры предосторожности при выполнении растяжек. Правила выполнения растяжек.

*Практика.* Освоение простейших элементов на полу (партерная гимнастика, растяжка, работа над осанкой). Подготовка суставов к работе.

Упражнения на расширение области движения суставов, на улучшение деятельности мышц и суставов.

Упражнения на развитие выворотности стопы.

Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.

Упражнения для развития подъема стопы.

Упражнения на растяжку подколенного сухожилия.

Упражнения на растяжку связок и развитие выворотности тазобедренного сустава.

Упражнения для укрепления 12 мышц спины.

Упражнения на гибкость.

**Тема 2.2. Упражнения на развитие гибкости, выносливости**

Теория: Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.

*Практика.* Закрепление простейших элементов на полу (партерная гимнастика, растяжка, работа над осанкой). Подготовка суставов к работе.

Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса.

Упражнения для корпуса и бедер.

Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы).

Упражнения для развития плавности движений рук.

**3. Раздел «Основы хореографического искусства»**

**Тема 3.1. Хореография изучаемых танцевальных фигур**

*Теория:* Специфика и природа образности в танце, как зарождался танец. Национальное и интернациональное в хореографическом образе. Повторение и закрепление основных понятий хореографии (линия, колонна, диагональ, круг, линия танца, 8 точек направлений, середина зала, партер, «центр», интервал).

*Практика:* Позиции рук и ног (деми плие (1,2,3 позиции), гранд плие (1,2,3 позиции), батман тандю (1,2,3 позиции) крестом, батман релеве и др.), движения на развитие подъема, основы ритмики (подскоки, галоп, бег, шаги в различных ритмах и характерах (бодро, энергично, медленно), движения польки, марш), тренировочные упражнения, положения в паре. Упражнения на развития ритма (хлопки в различных ритмах, «проговаривание» ритма).

**Тема 3.2. Классический танец**

*Теория:* История возникновения классического танца. Изучение основ пластической анатомии человека. Изучение исходно-подготовительных положений как основы устойчивости. Техника исполнения движений, предупреждение травм. Изучение 15 хореографических терминов. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.

*Практика:* Постановка корпуса, рук и ног. Изучение основных элементов классического танца у станка (Preparation, упражнения для головы, Demi-plie, Battements tendu из I позизии в сторону, Passe par terre, Battements tendu jete, Rond de jambe par terre, Releve lent, Port de bras, основные позы классического танца)

**Тема 3.3. Европейская программа**

*Теория:* История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Квикстепа, Венского вальса.

*Практика:* Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Медленного вальса (перемены, малый квадрат, большой квадрат, правый поворот, левый поворот, виск, поступательное шассе, лок-степ, левое корте, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен), Квикстепа (четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе, правый поворот, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен, левый шассе поворот, лок-степ, типль шассе, правый пивот поворот, кросс шассе, зигзаг), Венского вальса (правый поворот).

**Тема 3.4. Латиноамериканская программа**

*Теория:* История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Ча-ча-ча, Самба, Джайв.

Практика: Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Ча-ча-ча (шассе, тайм-степ, основное движение Ча-ча-ча, Нью-Йорк, рука к руке, спот-поворот, плечом к плечу, веер, клюшка, алемана, хип-твисты), Самба (основное движение самбы, поступательное движение, виск, самба ход, левый поворот, бота фого, вольта, крисс кросс), Джайв (основное движение джайва, основное фоловей движение, перемена мест, кик болл чендж, звено, смена рук за спиной, хлыст, американский спин, свивлы)

*Практика.* Отработка танцев латиноамериканской программы.

Ча-ча-ча (тайм степ, закрытое основное движение, чек (нью-йорк), из открытой ПП, из открытой КПП, рука в руке, спот поворот влево, вправо, поворот под рукой вправо, влево) и др.

**4. Раздел «Подготовка и участие в творческой деятельности»**

**Тема 4.1. Правила поведения на сцене и конкурсной площадке**

*Теория.* Основные правила поведения на сцене, за кулисами, на конкурсной площадке. Требования, предъявляемые к исполнению танцев конкурсных программ. Правила техники безопасности.

*Практика.* Отработка конкурсных танцев европейской и латиноамериканской программ.

**Тема 4.2. Эмоционально-артистическая подача танца**

*Теория.* Танцевальная культура Сценическое движение. Пластика. Артистизм. Эмоциональность исполнения танца. Танцевальный костюм. Макияж. Прическа. Взаимоотношения партнеров в паре, в коллективе.

*Практика.* Отработка эмоций во время исполнения танца и артистизма.

**Тема 4.3. Постановочная работа**

*Практика.* Практическое освоение основных комбинаций спортивно-бального танца. Постановка концертных номеров.

**Тема 4.4. Техника работы в паре**

*Теория:* Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие.

*Практика.* Постановка корпуса, рук и ног. Постановка положения в паре. Изучение, отработанных ранее движений на общих занятиях, в паре. Совершенствование техники исполнения отдельных элементов конкурсных танцев европейской и латиноамериканской программ.

**Итоговое занятие**

*Практика.* Отчетный концерт.

**Планируемые результаты 1 года обучения**

**Предметные результаты:**

наличие у учащихся представлений о спортивных бальных танцах, как жанре хореографии и виде спорта, об истории их развития;

наличие знаний необходимой терминологии основ хореографического искусства;

наличие умений ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо);

**метапредметные результаты:**

наличие у учащихся умений сотрудничать при выполнении упражнений в паре, постановке коллективных номеров и общении в коллективе;

наличие знаний о факторах здоровьесбережения;

наличие умений планировать собственную деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

***личностные результаты:***

наличие у учащихся позитивного отношения к необходимости здоровьесберегающего поведения;

проявление позитивного отношения к коллективу;

наличие социальных знаний об общественных нормах, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе.

**Содержание программы**

**2 год обучения**

**Задачи:**

***обучающие*:**

сформировать представления о системе организации соревнований по спортивным бальным танцам;

способствовать приобретению знаний о системе тренировки, об алгоритме подготовки к соревнованиям;

сформировать навыки в исполнении движений, комбинаций и композиций танцев европейской и латиноамериканской программ;

сформировать систему знаний, умений и навыков по спортивной бальной хореографии;

сформировать чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой;

обучить навыкам танцевального мастерства;

***развивающие:***

развить умения осуществлять информационный поиск, сбор, выделение существенной информации из различных информационных источников;

сформировать умения выстраивать алгоритм работы над художественным образом, контролировать и оценивать собственные действия;

сформировать представления о проектно-исследовательской деятельности;

***воспитательные:***

способствовать выработки у учащихся позитивного отношения к гражданскому долгу;

сформировать активную жизненную позицию;

сформировать правильное отношение к людям с ограниченными возможностями, к людям разных национальностей, вероисповеданий (толерантность);

развить целеустремленность, самосознание;

организовать условия для получения опыта участия учащихся в соревнованиях.

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | | | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
|  | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Входной контроль (тестирование) |
| **1. Раздел «Общефизическая подготовка»** | | | | | |
| 1.1 | Партерная гимнастика (растяжки) | 18 | - | 18 | Практические задания  педагогические наблюдения |
| 1.2 | Элементы акробатики | 8 | 2 | 6 |
| **2. Раздел «Хореографическая подготовка»** | | | | | |
| 2.1 | Хореография изучаемых танцевальных фигур | 20 | - | 20 | Практические задания,  педагогические наблюдения |
| 2.2 | Танцевально-развивающие упражнения | 16 | - | 16 |
| **3. Раздел «Европейская программа»** | | | | | |
| 3.1 | Постановка корпуса | 6 | - | 6 | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 3.2 | Хореография изучаемых фигур | 10 | - | 10 |
| 3.3 | Отработка элементов танцев европейской программы | 18 | - | 18 |
| **4. Раздел «Латиноамериканская программа»** | | | | | |
| 4.1 | Работа стопы и колена | 6 | - | 6 | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 4.2 | Хореография изучаемых фигур | 10 | - | 10 |
| 4.3 | Отработка элементов танцев латиноамериканской программы | 18 | - | 18 |
| **5. Раздел «Классический танец»** | | | | | |
| 5.1. | Работа стопы и колена | 6 | - | 6 | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 5.2. | Хореография изучаемых фигур | 10 | - | 10 |
| 5.3. | Отработка элементов танцев латиноамериканской программы | 20 | - | 20 |
| **6. Раздел «Подготовка и участие в творческой деятельности»** | | | | | |
| 6.1 | Актерское мастерство | 8 | 2 | 6 | Творческие задания, участие в концертах, соревнованиях |
| 6.2 | Отработка синхронных действий коллектива | 4 | 1 | 3 |
| 6.3 | Постановочная работа | 14 | 2 | 12 |
| 6.4 | Индивидуальная работа в парах | 20 | - | 20 |
|  | **Итоговое занятие** | 2 | - | 2 | Итоговая диагностика |
| **Итого:** | | **216** | **8** | **208** |  |

**Содержание учебного плана**

**Вводное занятие**

*Теория.* Цели и задачи обучения по программе. Правила поведения в танцевальном классе, техника безопасности. Правила поведения на сцене и конкурсной площадке. Тестирование (входной контроль).

*Практика:* Упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса. Упражнения для корпуса и бедер. Упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы). Упражнения для развития плавности движений рук. Упражнения для развития плавности движений рук. Подготовка суставов к работе.

**1.Раздел «Общефизическая подготовка»**

**Тема 1.1 Партерная гимнастика (растяжки)**

*Практика:* Закрепление простейших элементов на полу (партерная гимнастика, растяжка, работа над осанкой). Упражнения на развитие выворотности стопы. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения для развития подъема стопы. Упражнения на растяжку подколенного сухожилия. Упражнения на растяжку связок и развитие выворотности тазобедренного сустава. Упражнения для укрепления мышц спины. Упражнения на гибкость. Освоение простейших элементов на полу.

**Тема 1.2 Элементы акробатики**

*Теория:* Демонстрация и объяснение акробатических элементов. Меры предосторожности при выполнении акробатических упражнений.

*Практика:* Изучение простейших элементов акробатики (стойки, седы, упоры, «колесо», колесо со шпагатом, колесо на одной руке, вращательные движения).

**2. Раздел «Хореографическая подготовка»**

**Тема 2.1 Хореография изучаемых танцевальных фигур**

*Практика:*Построение, технические элементы, величина поворота, рисунок танца, виды рисунка и др. Изучение основных элементов (шаги, проходки) изучаемых танцев, как по отдельности, так и в парах.

**Тема 2.2 Танцевально-развивающие упражнения**

*Практика:* Упражнения на середине зала. Упражнения по диагонали. Партер. Стретчинг. Силовые упражнения. Пластика.

**3. Раздел «Европейская программа»**

**Тема 3.1 Постановка корпуса**

*Практика:* Работа корпуса: свинг (верхний и нижний), свей, ротация, вес головы и др. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре.

**Тема 3.2 Хореография изучаемых фигур**

*Практика:* Равнение, позиция ступней, шаги. Ритм и музыкальность (тайминг): длительность движений, скоростные сочетания движений и др. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Степени поворота. Противодвижение корпуса. Ритмический рисунок танца.

**Тема 3.3 Отработка элементов танцев европейской программы**

*Практика:* Работа по отработке элементов танцев европейской программы. Построение по залу. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Медленного вальса (перемены, малый квадрат, большой квадрат, правый поворот, левый поворот, виск, поступательное шассе, лок-степ, левое корте, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен), Квикстепа (четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе, правый поворот, правый спин поворот, правый поворот с хезетейшен, левый шассе поворот, лок-степ, типль шассе, правый пивот поворот, кросс шассе, зигзаг), Венского вальса (правый поворот).

**4. Раздел «Латиноамериканская программа»**

**Тема 4.1 Работа стопы и колена**

*Практика*: Исполнение баунсовых шагов (крузадо), прогрессивных шагов ча-ча-ча и румбы, свинговых шагов (джайв) и др. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро).

**Тема 4.2 Хореография изучаемых фигур**

*Практика:* Работа корпуса и бедер: скручивание (ротация) в прогрессивных движениях, при движении вправо и влево, вращения (индивидуальные и парные) и др. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Ритмический рисунок танца.

**Тема 4.3 Отработка элементов танцев латиноамериканской программы**

*Практика:* Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Ча-ча-ча (шассе, тайм-степ, основное движение Ча-ча-ча, Нью-Йорк, рука к руке, спот-поворот, плечом к плечу, веер, клюшка, алемана, хип-твисты), Самба (основное движение самбы, поступательное движение, виск, самба ход, левый поворот, бота фого, вольта, крисс кросс), Джайв (основное движение джайва, основное фоловей движение, перемена мест, кик болл чендж, звено, смена рук за спиной, хлыст, американский спин, свивлы).

**5. Раздел «Классический танец»**

**Тема 5.1. Работа стопы и колена**

*Практика:* Постановка корпуса, рук и ног.

**Тема 5.2. Хореография изучаемых фигур**

*Практика:* Изучение основных элементов классического танца у станка (Preparation, упражнения для головы, Demi-plie, Battements tendu из I позизии в сторону, Passe par terre, Battements tendu jete, Rond de jambe par terre, Releve lent, Port de bras, основные позы классического танца).

**Тема 5.3. Отработка элементов классической программы**

*Практика:* Практическое освоение основных фигур классического бального танца.

**6. Раздел «Подготовка и участие в творческой деятельности»**

**Тема 6.1 Актерское мастерство**

*Теория*: Культура сцены: правила поведения. Хореографические этюды: «Музыка и образ», «Человек-робот», «Человек-пластилин». Сценическое движение. Пластика. Артистизм. Эмоциональность исполнения танца. Танцевальный костюм. Макияж. Прическа. Взаимоотношения партнеров в паре, в коллективе.

*Практика*: Упражнения на внимание и воображение, преодоление страха «сцены». Упражнения на пластику тела. Танцевальные импровизации. Танцевальный этикет.

**Тема 6.2 Отработка синхронных действий коллектива**

*Теория:* Синхронность танца. Музыка, ее ритм и такт. Комбинации.

*Практика:* Отработка синхронности движений в паре, в коллективе. Взаимоотношения партнеров в танце и на занятиях. Взаимодействие в паре: ведение. Создание образа. Хореографические этюды на создание образа.

**Тема 6.3 Постановочная работа**

*Теория:* Правила поведения в общественных местах во время выступлений с показательной программой. Эмоциональная подача танца. Взаимосвязь музыкального сопровождения и движений.

*Практика:* Постановка и отработка сольных и коллективных номеров.

Работа на паркете: выход, действие, уход. Хореографические этюды: «Нежность», «Сила», «Скорость».

**Тема 6.4. Индивидуальная работа в парах**

*Практика.* Изучение, отработанных ранее движений на общих занятиях, в паре. Совершенствование техники исполнения танцев «Е» класса.

**Итоговое занятие**

*Практика.* Отчетный концерт.

**Планируемые результаты 2 года обучения**

**Предметные результаты:**

наличие у учащихся представлений о формах проведения соревнований о спортивным бальным танцам, о правилах судейства;

наличие знаний необходимой терминологии согласно учебно-тематического плана;

наличие знаний основных движений изучаемых танцев европейской и латиноамериканской программ;

наличие умений самостоятельно делать разминку у станка и посередине зала;

наличие технических умений в исполнении изучаемых танцев;

**метапредметные результаты:**

наличие у учащихся представлений о проектно-исследовательской деятельности;

наличие умений в поиске необходимой информации и планировании собственной деятельности;

наличие умений подготовки устных сообщений, рефератов, мультимедийных презентаций, создании портфолио учащегося;

умение следовать алгоритму работы по созданию художественного образа, контролировать и оценивать собственные действия;

**личностные результаты:**

наличие у учащихся позитивного отношения к таким понятиям, как «право», «обязанность», «долг»;

наличие толерантного отношения к людям разных национальностей и вероисповедания, а также к людям с ограниченными возможностями;

наличие опыта ставить перед собой цели и достигать их;

наличие опыта работы по пропаганде занятиями спортом и здоровому образу жизни;

получение первичного личного опыта при участии в соревнованиях муниципального и областного уровней.

**КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

**Календарный учебный график**

Количество учебных недель – 36.

Начало занятий 1 и 2 года обучения – 15 сентября, окончание занятий – 31 мая (Приложение).

**Условия реализации программы**

***Материально-техническое обеспечение программы***

Для организации учебного процесса по данной программе необходимо наличие специализированного зала. Желательно, чтобы он имел специальное покрытие и зеркала.

Вспомогательные предметы для тренировок (коврики, скакалки, гимнастические палки, диски и др.).

Форма для занятий (спортивная одежда, танцевальная форма и обувь на каждую программу).

Костюмы для конкурсов и концертов.

***Технические средства обучения***: видеоаппаратура, аудиоаппаратура, доступ к сети интернет.

***Методическое обеспечение:***

классификация международной программы по спортивным бальным танцам, положения о фигурах по европейской и латиноамериканской программам, популярные вариации и т.д.;

положения Союза танцевального спорта России по разрешенным фигурам;

положения Союза танцевального спорта России по костюмам;

книжки для танцоров массового спорта.

***Санитарно-гигиенические требования***

Занятия должны проводиться в зале, соответствующем требованиям техники безопасности, пожарной безопасности, санитарным нормам. Зал должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо наличие аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

***Кадровое обеспечение*:**

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: коды А и В с уровнями квалификации 6.

**Формы аттестации**

Исходя из поставленных цели и задач, прогнозируемых результатов обучения, используются следующие формы контроля за результатами программы:

педагогические наблюдения;

использование методов тестирования;

открытые занятия;

творческие и практические задания;

концертные выступления и соревнования.

**Формы контроля и подведения итогов реализации программы.**

Оценка качества реализации программы включает в себя вводный, промежуточный и итоговый контроль учащихся. Вводный контроль: определение исходного уровня знаний и умений учащихся.

Входной контроль осуществляется в начале первого года обучения.

Промежуточный контроль: осуществляется в конце первого года обучения и направлен на определение уровня усвоения изучаемого материала.

Итоговый контроль: осуществляется в конце курса освоения программы и направлен на определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических ЗУН, сформированности личностных качеств.

Кроме того, учебно-тематический план каждого года обучения содержит в себе вводное и итоговое занятие. Вводное занятие включает в себя начальную диагностику и введение в программу, итоговое занятие – промежуточную или итоговую диагностику и отчетный концерт.

По уровню освоения программного материала результаты достижений условно подразделяются на высокий, средний и низкий (см. диагностические карты).

Уровень усвоения программы оценивается как высокий, если обучаемые полностью овладели теоретическими знаниями, правильно их используют на практике (сумма баллов по каждой диагностической карте более 50).

Уровень усвоения программы оценивается как средний, если обучаемые овладели не всей полнотой теоретических знаний и практических умений (сумма баллов по каждой диагностической карте от 35 до 50).

Уровень усвоения программы оценивается как низкий, если учащиеся овладели лишь частью теоретических знаний и практических навыков (сумма баллов по каждой диагностической карте ниже 35).

Для каждого учащегося важно продемонстрировать свои творческие достижения, получить одобрение и справедливую оценку своих стараний от педагога, родителей и сверстников. Помимо диагностики, подведение итогов происходит на з открытом занятии в присутствии родителей обучающихся и на общем отчетном концерте. Критериями освоения программы служат знания, умения и навыки учащихся, позволяющие им участвовать в массовых мероприятиях данной направленности (концертах, соревнованиях).

**Оценочные материалы**

Диагностика проходит с использованием диагностических методик:

Развитие познавательных процессов:

«Заучивание 10 слов» (А.Р. Лурия);

«Пиктограмма» (А.Р. Лурия);

«Запомни и расставь точки».

Личностное развитие учащихся:

«Диагностика личностной креативности» (Е.Е.Туник);

«16-факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла» (детский

вариант, адаптированный Э.М. Александровской);

«Методика определения самооценки детей» (Т.В.Дембо,

С.Я.Рубинштейн);

«Кактус» (М.А. Панфилова);

«Цветовой тест Люшера».

Диагностические карты (приложение 3 к программе)

**Методическое обеспечение**

Организация процесса образования строится с использованием технологий группового, индивидуального обучения, игровой̆ и здоровьесберегающей технологии.

На первом году обучения наиболее применимыми являются групповая в игровая технологии.

На втором году вводится технология индивидуального обучения. проектно-исследовательская технология.

Так же на всем протяжении обучения используется технология личностно-ориентированного обучения.

Элементы здоровьесберегающей технологии присутствуют на всех годах обучения, учитываются возрастные и индивидуальные особенности учащихся.

В процессе групповых практических занятий педагог использует такие методические приемы, как воспроизведение движений по образцу, их разучивание, закрепление и повторение двигательных навыков.

Важное место в методике обучения спортивно-бальному танцу занимает экспрессивная демонстрация преподавателем танцевальных движений. Ведь от того, насколько эмоционален сам преподаватель, напрямую зависит степень выразительности и экспрессивности танца его учащихся. Личный пример взрослого остается одним из сильнейших способов воздействия на детей, побуждая их не только к старательному повторению, но и к творчеству, к самосовершенствованию.

Работа над образом включает в себя элементы актерского мастерства. На занятиях учащиеся получают от педагога задание: выразить ту или иную эмоцию, изобразить какое-либо действие (обида, негодование, разочарование, радость; болеем за спортивную команду, забиваем гол, мы услышали пение птиц и т.д.). Каждое такое выступление оценивается, вносятся поправки. При необходимости преподаватель лично демонстрирует учащимся то, что хотел бы увидеть, побуждая учащихся к творчеству.

Для того чтобы достичь синхронности движений, необходимой для сценического выступления, педагог обучает учащихся навыку владения ритмическим рисунком танца.

Совмещение музыкального счета с танцевальными движениями происходит без музыкального сопровождения и делится на два этапа. Первоначально преподаватель медленно исполняет танец вместе с учащимися. Затем темп постепенно возрастает до необходимого. Педагог дает учащимся возможность привыкнуть к последовательности движений и совмещенному с ними счету, после чего учащиеся начинают самостоятельно исполнять танец под фонограмму уже без помощи взрослого.

**Формы, методы и приемы обучения, используемые**

**при реализации программы**

Программа предусматривает использование следующих методов обучения: словесный, практический, репродуктивный, частично-поисковая работа, поисковый метод.

**Основными формами проведения занятий являются:**

теоретические и практические занятия;

учебно-тренировочные занятия;

занятие-игра;

открытое занятие;

показательные выступления, концерт и др.

Теоретические занятия позволяют учащимся проверить свой уровень готовности к выполнению практической работы. Практические занятия позволяют закрепить полученные знания на практике.

**Методическое обеспечение программы первого года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Формы занятия** | **Методы и приемы** | **Дидактический материал,**  **техническое оснащение** | **Форма подведения итогов** |
|  | Вводное занятие | теоретические и практические занятия | Репродуктивные, словесные | Вопросы для выявления первоначального уровня знаний учащихся, тесты | Тестирование (входной контроль) |
| **1** | Основы бального танца | теоретические и практические занятия,  занятие-игра | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные | Презентации, видеоаппаратура, аудиоаппаратура | Практические задания,  педагогические наблюдения |
| **2** | Общефизическая подготовка | учебно-тренировочные | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные, проблемные, поисковые | Наличие спортивного зала, аудиоаппаратура | Практические задания,  педагогические наблюдения |
| **3** | Основы хореографического искусства | учебно-тренировочные,  занятие-игра | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные, проблемные, поисковые | Наличие спортивного зала, аудиоаппаратура | Практические задания,  педагогические наблюдения |
| **4** | Подготовка и участие в творческой деятельности | учебно-тренировочные,  открытое занятие | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные, проблемные, поисковые | Наличие спортивного зала, аудиоаппаратура | Практические задания,  педагогические наблюдения |
|  | Итоговое занятие | показательные выступления |  | видеоаппаратура, аудиоаппаратура | Итоговая диагностика |

**Методическое обеспечение программы второго года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Формы занятия** | **Методы и приемы** | **Дидактический материал,**  **техническое оснащение** | **Форма подведения итогов** |
|  | Вводное занятие | теоретические и практические занятия | Репродуктивные, словесные | Вопросы для выявления уровня начальных знаний учащихся, тесты | Входной контроль (тестирование) |
| 1 | Общефизическая подготовка | учебно-тренировочные,  занятие-игра | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные | Презентации, видеоаппаратура, аудиоаппаратура | Практические задания,  педагогические наблюдения |
| 2 | Хореографическая подготовка | учебно-тренировочные | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные, проблемные, поисковые | Наличие спортивного зала, аудиоаппаратура | Практические задания,  педагогические наблюдения |
| 3 | Европейская программа | учебно-тренировочные занятия,  открытое занятие | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные, проблемные, поисковые | Наличие спортивного зала, аудиоаппаратура | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 4 | Латиноамериканская программа | учебно-тренировочные занятия,  открытое занятие | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные, проблемные, поисковые | Наличие спортивного зала, аудиоаппаратура | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 5 | Классический танец | учебно-тренировочные занятия,  открытое занятие | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные, проблемные, поисковые | Наличие спортивного зала, аудиоаппаратура | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 6 | Подготовка и участие в творческой деятельности | учебно-тренировочные,  показательные выступления | Словесные, практические,  наглядные,  репродуктивные, проблемные, поисковые | Наличие спортивного зала, аудиоаппаратура | Творческие задания, участие в концертах, соревнованиях |
|  | Итоговое занятие | концерт | Проблемно-поисковые: выполнение творческих заданий, проектная деятельность, импровизация | видеоаппаратура, аудиоаппаратура | Итоговая диагностика |

**Список литературы**

**Для педагога:**

1. Базарова Н. Азбука классического танца: учебно-методическое пособие для высших и средних учебных заведений искусства и культуры / Н.Базарова, В.Мей. – СПб., «Искусство», 1983. – 208 с.

2. Борруаз Ф. Теория и техника латиноамериканских танцев. М.: Прогресс, 1989.

3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб., 2003

4. Васильева, Т.К. Секрет танца: Методическое пособие / Т.К. Васильева. – СПб.: «Диамант», ООО «Золотой век», 1997.

5. Весновский Л.Д. Бальный танец от А до Я: Справочник терминов, понятий, определений/Весновский Л.Д. – Новосибирск: ЦЭРНС, 1997. – 40 с.

6. Говард Гай. Техника европейских танцев. Пер. с англ. А. Белогородского / Гай Говард. – М.: «Артис», 2003. – 255 с.

7. Дрожжина Е.Ю. Обучение дошкольников современным танцам, Методическое пособие / Дрожжина Е.Ю., Снежкова Е.Б. – М.: Центр педагогического образования, 2012. – 64 с.

8. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: учебное пособие / Д. Зайфферт; пер. с нем. В. Штанкенберга. – СПб.: Издательство «Лань», «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 128 с.

9. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов-на-Дону 2005

10. Костровицкая В.С. Классический танец. Слитные движения: методическое пособие для преподавателей хореографических училищ / В.С. Костровицкая; под ред. А.Я. Вагановой. – М.: Советская Россия, 1961. – 60 с.

11. Левина М.М. Технологии профессионального педагогического образования: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений/М.М. Левина. – М.: Изд. центр «Академия», 2001. – 272 с.

12. Лопухов А.В. Основы характерного танца, 4-е изд., – СПб.: Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»; Издательство «Лань», 2010. – 344 с.

13. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии: учебное пособие для высших и средних учебных заведений искусства и культуры/Е.А. Лукьянова. – М.: Искусство, 1979. – 184 с.

14. Лэрд, Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Пер. с англ. Белогородского А./Уолтер Лэрд. – М.: «Артис», 2003. – 179 с.

15. Мур А. Бальное танцевание. М.: Прогресс, 1989.

16. Основы латиноамериканских танцев. – Томск: Издательство «Артис», 1997. – 480 с.

17. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985

18. Положение Союза танцевального спорта России о классификации фигур танцев международной программы. М.: Президиум СТСР, 2012.

19. Прибылов Г. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов / Г. Прибылов. – М.: Галерия, 1999. – 64 с.

20. Руднева С. Фиш Э. Ритмика Музыкальное движение. – М., 1972

21. Семенова Е.Н. «Серия внутренних конкурсов» // спортивные танцы, Бюллетень № 2(4). – М.: РГАФК, 2004. – 54 с.

22. Спортивно – танцевальная классификация фигур и вариаций по программам сложности в стандартных танцах: (методический материал для студентов институтов физической культуры)/сост.: А.В. Машков, А.М. Машкова. – М.: ФОН, 1996. – 30 с.

23. Смирнова А. Искусство балетмейстера. – М., 1984

24. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005

24. Техника исполнения европейских танцев. Фокстрот. Квикстеп. Венский вальс. Танго. Медленный вальс. – Имперское общество учителей танцев, 2009.

25. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004

**Интернет-ресурсы:**

http://www.minsport.gov.ru/ – Министерство спорта Российской Федерации

http://www.olympic.ru/ – Олимпийский Комитет России

http://www.olympic.org/ – Международный Олимпийский Комитет

http://www.mon.gov.ru/ – Министерство образования и науки Российской Федерации

http://www.edu.ru/ – Федеральный портал «Российское образование»

http://www.fcion.edu.ru/ – федеральный центр информационно –

образовательных ресурсов

http://www.rusdsu.ru – Союз танцевального спорта России

<http://goodlooker.ru/tabata-trenirovki.html>

<http://www.tooofsbt.ru/>

<http://fb.ru/article/335337/chto-takoe-ritmika-i-ee-rol-v-obrazovanii-detey>

<https://lifegid.com/bok/1976-stretching-delaem-telo-gibkim-i-stroynym.html>

<http://dar-baby.ru/club/igry_s_detmi/304/>

<https://studfiles.net/preview/5750927/>

**Для учащихся:**

1. Александрова Н.А. Классический танец для начинающих / Н.А. Александровна Е.А. Малашевская. – СПб.:Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2009. – 128 с.

2. Барышникова Т. Азбука хореографии / Т.Барышникова. – М.: Рольф, 1999. – 272 с.

3. Базарова Н.П. Мей В.П. Азбука классического танца. – М., 2006

4. Барышкинова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 2001

5. Боттомер Пол. Уроки танца. – М.: ЭКСМО, 2003. – 255 с.

6. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих / Н.А. Вихрева. – М.: Театралис, 2004. – 112 с.

7. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. – Ростов-на-Дону, 2003. – 222 с.

8. Есаулов В.Г. Устойчивость и координация в хореографии / В.Г. Есаулов. – Ижевск: Изд. Удмуртского университета, 1992. – 136 с.

9. Рубинштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. М., 2002. – 250 с.

10. Стриганов В.М., Уральская В.И. Современный бальный танец. М.: Просвещение, 1978.

Приложение 1 к программе

**Календарный учебный план-график первого года обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Месяц | Число | Время | Форма  занятия | Кол-во  часов | Тема  занятия | Форма  контроля |
| 1 | Сентябрь |  |  | Теоретические и практические занятия | 2 | Вводное занятие | Входной контроль(тестирование) |
| 1. **Раздел «Основы бального танца»** | | | | | | | |
| 2 | Сентябрь |  |  | Теоретические и практические занятия | 2 | История развития спортивного бального танца | Теоретические занятия, практические задания, педагогические наблюдения |
| 3 | Сентябрь |  |  | Теоретические и практические занятия | 2 | Европейские и латиноамериканские танцы |
| 4 | Сентябрь |  |  | Занятие -игра | 4 | Музыка в танце. Музыкальные игры |
| **2. Раздел «Общефизическая подготовка»** | | | | | | | |
| 5 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 10 | Партерная гимнастика (растяжка) | Теоретические занятия, практические задания, педагогические наблюдения |
| 6 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 10 | Упражнение на развитие гибкости, растяжки, выносливости |
| **3. Раздел «Основы хореографического искусства»** | | | | | | | |
| 7 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 12 | Хореография изучаемых танцевальных фигур | Теоретическое занятие, практические задания, открытое занятие |
| 8 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 14 | Классический танец | Теоретическое занятие, практические задания, открытое занятие |
| 9 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 14 | Европейская программа | Теоретическое занятие, практические задания, открытое занятие |
| 10 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 14 | Латиноамериканская программа | Теоретическое занятие, практические задания, открытое занятие |
| **4. Раздел «Подготовка и участие в творческой деятельности»** | | | | | | | |
| 11 | Март, в течение всего учебного года |  |  | Изучение теоретического материала | 2 | Правила поведения на сцене и конкурсной площадке | Теоретические занятия, практические задания, участие в концертах |
| 12 | Март |  |  | Изучение теоретического материала, практическая и учебно-тренировочная работа | 2 | Эмоционально-артистическая подача танца |
| 13 | В течение всего учебного года |  |  | Практическая и учебно-тренировочная работа | 18 | Постановка сольных и коллективных номеров |
| 14 | В течение всего учебного года |  |  | Практическая и учебно-тренировочная работа | 36 | Индивидуальные занятия |
| 15 | Май |  |  | Концертная деятельность | 2 | Итоговое занятие | Отчетный концерт, промежуточная диагностика |

**Календарный учебный план-график второго года обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Месяц | Число | Время | Форма  занятия | Кол-во  часов | Тема  занятия | Форма  контроля |
| 1 | Сентябрь |  |  |  | 2 | Вводное занятие | Входной контроль (тестирование) |
| 1. **Раздел «Общефизическая подготовка»** | | | | | | | |
| 2 | Сентябрь |  |  | Учебно-тренировочные занятия | 18 | Партерная гимнастика (растяжки) | Практические задания, педагогические наблюдения |
| 3 |  |  |  | Учебно-тренировочные занятия | 8 | Элементы акробатики | Теоретическое занятие, практические задания, педагогические наблюдения |
| **2 .Раздел «Хореографическая подготовка»** | | | | | | | |
| 4 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 20 | Хореография изучаемых танцевальных фигур | Практические задания, педагогические наблюдения |
| 5 | В течение всего учебного года |  |  | учебно-тренировочные занятия, занятие-игра | 16 | Танцевально-развивающие упражнения | Практические задания, педагогические наблюдения |
| **3. Раздел «Европейская программа** | | | | | | | |
| 6 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 6 | Постановка корпуса | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 7 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 10 | Хореография изучаемых фигур | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 8 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 18 | Отработка элементов танцев европейской программы | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| **4. Раздел «Латиноамериканская программа»** | | | | | | | |
| 9 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 6 | Работа стопы и колена | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 10 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 10 | Хореография изучаемых фигур | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 11 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 18 | Отработка элементов танцев латиноамериканской программы | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| **6. Раздел «Классический танец»** | | | | | | | |
| 12 |  |  |  | Учебно-тренировочные занятия | 6 | Работа стопы и колена | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 13 |  |  |  | Учебно-тренировочные занятия | 10 | Хореография изучаемых фигур | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| 14 |  |  |  | Учебно-тренировочные занятия | 20 | Отработка элементов танцев европейской программы | Практические творческие задания, педагогические наблюдения |
| **7. Раздел «Подготовка и участие в творческой деятельности»** | | | | | | | |
| 15 | В течение всего учебного года |  |  | Теоретические, практические и учебно-тренировочные занятия | 8 | Актерское мастерство | Творческие задания |
| 16 | В течение всего учебного года |  |  | Теоретические, практические и учебно-тренировочные занятия | 4 | Отработка синхронных действий коллектива | Творческие задания |
| 17 | В течение всего учебного года |  |  | Теоретические, практические и учебно-тренировочные занятия | 14 | Постановочная работа (Постановка сольных и коллективных номеров) | Теоретическое занятие,  практические задания |
| 18 | В течение всего учебного года |  |  | Практические и учебно-тренировочные занятия | 20 | Индивидуальная работа в парах | Творческие задания, участие в концертах, соревнованиях |
| 19 | Май |  |  | Концертная деятельность | 2 | Итоговое занятие | Итоговая диагностика. Отчетный концерт |

Приложение 2 к программе

**Диагностика практических знаний**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИ учащегося** | **Европейские танцы** | | | **Латиноамериканские танцы** | | | **Коммуникабельность (отношение в коллективе)** | **Общее кол-во баллов** |
| **Знание схем и фигур** | **Владение основными элементами техники** | **Эмоциональная выразительность** | **Знание схем и фигур** | **Владение основными элементами техники** | **Эмоциональная выразительность** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Позиции рук и ног**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИ учащегося** | **Позиция ног** | **Позиция рук** | **Элементы классического экзерсиса** | | | | | **Общий балл** | **Средний балл** |
| **Plie (плие)** | **Battement relevé lent** (релеве лянт**)** | **Battement tendu jete** (батман тандю жете) | **Passe-**(пассе) | **adajio**-(адажио) |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Приложение 3 к программе

**Тест «Спортивные бальные танцы»**

**1. Какого вида программы нет в спортивных бальных танцах?**

**•** Латиноамериканская программа

• Европейская программа

• Программа русских народных танцев

**2. Из скольких танцев состоит каждая из соревновательных программ?**

• три

**•** пять

• семь

**3. Какой танец не входит в латиноамериканскую соревновательную программу?**

**•** Пасадобль

• Румба

• Сальса

**4. Какой танец не входит в европейскую соревновательную программу?**

**•** Медленный вальс

• Быстрый фокстрот

• Полонез