

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа №85

Рассмотрено
на заседании ШПК учителей
физической культуры
Протокол № 1 от
«28» августа 2024 года
Руководитель ШМО
Кабанова Н.А.

Согласовано
заместитель директора
по ВР Емшанова Д.А.
«28» августа 2024 г

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №85
Максимова О.С.
Приказ №184 от
«30» августа 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«Бальные танцы для бала»

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации программы: 1 год

Возраст учащихся: 10-17 лет

Составитель: педагог дополнительного образования
Быкова Наталья Михайловна

Ижевск 2024

Пояснительная записка.

Данная программа является **физкультурно-спортивной направленности, уровень сложности программы - базовый.**

Программа «Бальные танцы для бала» направлена на восполнение дефицита движений, способствует развитию грации, осанки, красоты тела. Бальный танец – это музыкально-пластическое искусство. Как всякий вид искусства танец отражает окружающую жизнь в художественных образах.

Приобретая опыт исполнения танца, ребенок овладевает не только двигательными навыками и умениями, но также творческого осмысления музыки, ее эмоционально – телесного выражения. Ребенок создает индивидуальный образ. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно адаптироваться не только в других видах художественно – творческой деятельности, но и научит соблюдать «рамки правил» в любых видах деятельности (игровой, учебной).

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и актерское мастерство. Ее отличительными особенностями является: - активное использование истории создания танца, для более полного погружения в образ при исполнении, изучение танцев, которые исполнялись на балах. Это помогает обучающимся в большем объеме познакомиться с историей, осознать и понять особенности прошлых эпох, событий, которые происходили и оставили свои отпечатки на исполняемых в то время танцах.

Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых форм изучения и пробуждения интереса к изучению истории танца, событий прошлых лет, развитию элегантности, манерности, грациозности движений у современных подростков.

Уровень сложности: стартовый.

Актуальность программы состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

Адресат программы: учащиеся 10-17 лет без требования к развитию.

Цель программы: развитие артистичности, внутренней свободы, раскрытие творческого потенциала ребенка средствами музыкально-ритмических и танцевальных движений на основе изучения танцев, исполняемых на балах.

Задачи:

- Развивать творческое воображение и фантазию;
- развивать эмоциональную сферу и умение выражать эмоции в танце;
- развивать способность импровизировать;
- воспитывать нравственно-коммуникативные качества, умение вести себя в группе во время движения, чувство такта и взаимоуважения;

- развивать двигательные навыки, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве;
- развивать гибкость, ловкость, пластичность;
- формировать правильную осанку, красивую походку;
 - расширять музыкальный кругозор;
- дать детям знания о танцевальных жанрах и направлениях;
- обогащать двигательный опыт разнообразными видами танцевальных движений.

Отличительные особенности программы:

1. Совместное творчество педагога и детей в процессе постановки танцевальных композиций, что способствует повышению творческой инициативы у детей.
2. Сюжетное содержание танцев позволяет более полно творчески самореализоваться.
3. Изучение танцев 18-19 вв.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Срок освоения программы- 1 год.

Объём (общее количество учебных часов): 72 часа в год.

Формы организации образовательного процесса: групповая

Методы и приемы реализации программы:

- наглядно-слуховой (представление музыкального материала, разбор по форме, составление сюжета танца)
- словесный (объяснение, беседа, диалог).
- практический (упражнения, использование различных приемов для детального выучивания того или иного движения).

Периодичность подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (текущая, промежуточная, итоговая).

Итоговый контроль-заключается в оценке знаний и умений, полученных учащимися по результатам освоения образовательной программы в целом.

Учебный план 1 год обучения:

№	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	1	1	Опрос
2.	Хореографическая азбука. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	6	1	5	Исполнение связок, опрос
3.	Бальный танец	20	5	15	Исполнение связок, опрос
4.	Промежуточная аттестация	2	1	1	Опрос

5.	Бальный танец	20	-	20	Исполнение связок, опрос
6.	Парные композиции	12	-	12	Исполнение парных композиций
7.	Танцевальные комплексы	8	-	8	Исполнение связок, опрос
8.	Промежуточная аттестация	2	-	2	Демонстрация связок. Открытый урок
9.	Всего	72	8	64	

Содержание учебного плана:

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: Инструкция по ОТ, ПБ, ПДД. Инструктаж по антитеррористической безопасности.

Понятие о гигиене. Гигиенические требования к одежде для тренировок и к обуви.

Практика: Изучение разминочных комплексов.

Тема 2. Хореографическая азбука. Развитие отдельных групп мышц и подвижность суставов.

Теория: Беседа: «Какие группы мышц используются в танцах, как их развивать».

Практика: Развитие опорно-двигательного аппарата. Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого пояса, рук, корпуса, ног. Подбор упражнений способствующих разогреву мышц, развитию координации, скорости мышечных реакций. Ритмическая основа упражнений должна соответствовать музыкальному материалу.

Тема 3. Бальный танец

Теория: Беседа: «История и основные черты танца Медленный вальс»; «История и основные черты танца Венский вальс»; «История и основные черты танца Полька»; «История и основные черты танца Падеграс»; «История и основные черты танца Мазурка».

Практика: Познакомить детей с бальными танцами 18-19 вв. Изучение основных движений из танцев Медленный вальс, Падеграс, Мазурка. Фигуры: Закрытая/Открытая перемена, правый поворот, подскоки, хлопки.

Тема 4. Промежуточная аттестация.

Теория: опрос по истории и основным чертам изученных танцев (устно).

Практика: Исполнение танцев.

Тема 5. Бальный танец

Практика: Познакомить детей с бальными танцами 18-19 вв. Изучение основных движений из танцев Венский вальс, Полька. Фигуры: правый поворот, балансе, окошечко, тройной шаг, приставные шаги, галоп.

Тема 6. Парные композиции

Практика: Знакомство с основными правилами поведения в парном танце:

- приглашение на танец;
- постановка исполнителей в паре;
- положение корпуса: лицом друг к другу, лицом по линии танца, против линии танца, в повороте парой;
- положение рук: взявшись за одну руку, за две руки, «крест накрест», «воротца», «под руки»;
- ведущая роль партнера; Воспитание уважительного отношения партнеров друг к другу. Развитие навыков исполнения парного танца.

Тема 7. Танцевальные комплексы

Практика: Создание танцевальных композиций на основе изученных танцев, для воспроизведения атмосферы бала.

Тема 8. Промежуточная аттестация.

Теория: опрос по истории и основным чертам изученных танцев (устно).

Практика: Открытый урок в формате бала.

Ожидаемые результаты:

1. Раскрытие творческого потенциала ребенка:
 - проявлению интереса к музыкальной культуре, движению, танцу.
 - развитию воображения и фантазии.
2. Развитие музыкальности у ребенка:
 - умению слушать и понимать музыку;
 - умению двигаться под музыку в соответствии с характером музыкального произведения;
 - развитию чувства ритма;
 - развитию способности различать жанры и стили танцев.
3. Развитие двигательных навыков:
 - умению точно исполнять танцевальные движения;
 - действовать синхронно и выразительно в группе;
 - умению ориентироваться в пространстве;
 - умению запоминать и выполнять рисунок танца самостоятельно, без подсказки.
4. Развитие нравственно-коммуникативных качеств:
 - умению вести себя в паре (пригласить, проводить, подать руку, приветствие, поклон);
5. Развитие психических процессов: восприятия, мышления, внимания, памяти, воли и др.

Календарный учебный график.

Сроки по годам	1 полугодие																2 полугодие																Всего учебных недель						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		33	34	35	36		
1 год	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	п	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	у	п	36

Условные обозначения:

- учебные занятия по расписанию – У

- промежуточная аттестация – П

Рабочая программа воспитания, Календарный план воспитательной работы

Характеристика объединения: учащиеся средней школы, не имеющие противопоказаний по здоровью.

Цель: воспитание хореографического мышления; развитие коммуникативных навыков, совместной координации движения и актерской выразительности при создании творческих номеров.

Основные **задачи**, которые необходимо решить для достижения цели программы:

- 1) Формировать умения сотрудничества, коллективной работы в группе.
- 2) Развивать коммуникативные способности учащихся, актерской выразительности.
- 3) воспитание хореографического мышления на основе стилистических и пластических особенностей балльных танцев

Формы и содержание деятельности: школьный турнир, концерт. беседа.

Планируемые результаты воспитательной работы:

У учащихся формируются следующие знания:

- о культуре общения и о его нормах
- о стилистике и пластике балльных танцев
- о правилах и приемах эффективного поведения в различных ситуациях
- о понятиях сотрудничества и взаимодействии в общении
- о правилах эффективной коллективной деятельности

У учащихся формируются следующие умения:

- применения хореографического мышления
- работать на результат
- выразительно исполнять танцевальные номера

У учащихся формируются следующие навыки:

- актерской выразительности
- командной работы
- создания концертных номеров

Календарный план воспитательной работы

№№	Раздел, тема	Мероприятие	Воспитательные задачи, решаемые в ходе мероприятия	Учебная неделя
1	Хореографическая азбука. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	Беседа «Влияние танца на формирование творческого	Воспитание спортивного характера	2

		характера»		
2	Бальный танец	Концерт «Звездный дождь»	Воспитание актерской выразительности при создании концертных номеров. Умение работать в команде.	30

Работа с родителями:

- знакомство с результатами обучения (32 неделя)
- совместное мероприятие с учащимися Концерт «Звездный дождь» (30 неделя)

Оценочные материалы (контрольно-измерительные нормативы):

Формы аттестации/контроля:

Формы текущего контроля самые разнообразные, основные его формы указаны в учебном плане, это:

- тематические опросы, беседы;
- бал,
- упражнения.

Аттестация проходит в форме открытого урока. Оценивание промежуточной и итоговой аттестации – «зачет», «незачет». «Зачет» ставится, если учащийся овладел высоким или средним уровнем знаний, умений и навыков. «Незачет» ставится, если ребенок овладел базовым уровнем.

Оценочные материалы

Формы аттестации/контроля:

Проводится промежуточный контроль (декабрь, май) заключается в оценке предметных знаний и умений, полученных учащимися. Проверка теоретических знаний проходит в форме опроса, практических знаний – сдача хореографических связок.

ПРОТОКОЛ

результатов аттестации обучающихся

за _____ учебный год

Название _____
дополнительной _____
общеобразовательной _____
общеразвивающей _____
программы _____

ФИО педагога _____

№ группы _____ Год обучения _____ Дата и время проведения _____

Форма проведения аттестации _____

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Уровень освоения программного материала	
		Уровень теоретических знаний	Уровень практических умений и навыков
1			

Всего аттестовано _____ обучающихся.

Критерии оценивания (в соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой)

	Теория	Практика
Высокий		

Средний		
Базовый		

По результатам промежуточной аттестации ____ обучающихся завершили обучение по программе.

Педагог дополнительного образования: _____ / _____ /

Критерии оценивания теоретических знаний и практических навыков.

Критерии оценки теоретического опроса:

Высокий уровень:

- учащийся ответил на 90% вопросов, приводит примеры, хорошо ориентируется в материале.

Средний уровень:

- учащийся ответил на 70% вопросов, отвечает на дополнительные вопросы.

Базовый уровень;

- учащийся ответил 40% вопросов.

Перечень теоретических вопросов для промежуточной аттестации учащихся 1 полугодие 1 года обучения:

1. Какая история танца Медленный вальс?
2. Какая история танца Венский вальс?
3. Какая история танца Полька?
4. Какая история танца Падеграс?
5. Какая история танца Мазурка?

Перечень теоретических вопросов для промежуточной аттестации учащихся 2 полугодие 1 года обучения:

1. Какие основные черты танца Медленный вальс?
2. Какие основные черты танца Венский вальс?
3. Какие основные черты танца Полька?
4. Какие основные черты танца Падеграс?
5. Какие основные черты танца Мазурка?

Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (описание материально-технической базы объединения).

Для организации обучения по программе необходимы следующие материально-технические средства:

- хореографический кабинет;
- музыкальный центр;
- инструкции по ОТ и ПБ;
- аудио и видеоматериалы;

Программно-методическое обеспечение

№	Раздел, тема	Обеспечение методическими видами продукции	Рекомендации по проведению практических занятий	Дидактический и лекционный материал
1.	Хореографическая азбука. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	Тематическая подборка «Музыка и движение»	«Ритмика и хореография ДОУ»	Плакат «Движение». Таблица «Какие правила я выполняю». «Основные правила при вращении и припаданиях» Иллюстрации «Движение в танце».
2.	Бальный танец	Тематическая подборка «Азбука хореографии» (Т. Барышникова). Азбука классического танца Шаги мазурки в танцевальных учебниках	Рекомендации по системе музыкально-оздоровительной работы в детском учреждении.	Видеоуроки

		XIX века Методическая разработка «Полонез»		
3.	Парные композиции	Искусство балетмейстера. Композиция и постановка танца	Основы поведения в парном танце, приглашение на танец, постановка исполнителей в паре.	Плакат «Движение в паре». Таблица «Какие правила я выполняю». «Основные правила при вращении в паре» Иллюстрации «Движение в паре».
5.	Танцевальные комплексы	Методическое пособие «Ритмико-танцевальный комплекс в детском хореографическом коллективе»	Методические рекомендации в помощь педагогу хореографу по организации и проведению эстрадного танца	Дидактические игры по хореографии учебно-методический материал

Список литературы для педагога:

1. Бочкарева, Н.И. Ритмика и хореография/Н.И. Бочкарева.– Кемерово, 20010.
2. Венгер, Н.Ю. Путь к развитию творчества / Н.Ю. Венгер.– М.: Просвещение, 2000.
3. Зенн Л. В. Всестороннее развитие ребенка, средствами музыки и ритмических движений на уроках ритмики
4. Волынский А.Л. «Книга ликований» Азбука классического танца, 2011.
5. Информационная справка по вопросам деятельности ДШИ / Багаева И.М.; Маяровская Г.В., – М.; 2007г.
6. Киселева, Е.А. Основные концепции творческих способностей / Е.А. Киселева [Электронный ресурс] МПГУ
7. Барышникова Т. « Азбука хореографии» - М., 1996

8. Мелехов А. В. Искусство балетмейстера. Композиция и постановка танца. – Екатеринбург, 2015.

Список литературы для обучающихся:

1. *Буренина А. И.* Ритмическая мозаика. С . – Петербург, 2011.
2. *Буренина, А.И.* Коммуникативные танцы – игры для детей: учебное пособие/ А.И. Буренина. – СПб.: Издательство “Музыкальная палитра”, 2006.
3. *Колодницкий, Г.А.* Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2012. – 61с.
4. *Пуляева Л.Е.* Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. – 80 с.
5. *Савенков И.А.* Одаренные дети в детском саду и школе.

