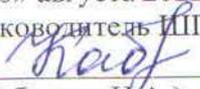


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа №85

Рассмотрено
на заседании ШПК учителей
физической культуры
Протокол № 1 от
«30» августа 2022 года
Руководитель ШПК

(Кабанова Н.А.)

Согласовано
заместитель директора
по ВР 
Емшанова Д.А.
«31» августа 2022 г



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №85
Максимова О.С.
Приказ №188 от
«31» августа 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«Бальные танцы»

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации программы: 1 год

Возраст учащихся: 12-17 лет

Составитель: педагог дополнительного образования
Быкова Наталья Михайловна

Ижевск 2022

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 12-17 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): 77 часов 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:

№	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	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	1	1		Опрос

5.	Бальный танец	29	-	29	Исполнение связок, опрос
6.	Парные композиции	10	-	10	Исполнение парных композиций
7.	Танцевальные комплексы	8	-	8	Исполнение связок, опрос
8.	Подготовка к открытому уроку. Промежуточная аттестация	2	-	2	Демонстрация связок. Открытый урок
9.	Всего	77	8	69	

Содержание учебного плана:

Тема 1. Вводное занятие.

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

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

Тема 2. Хореографическая азбука. Развитие отдельных групп мышц и подвижности 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).

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. Подготовка к открытому уроку. Промежуточная аттестация.

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	
1 год	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	34

Условные обозначения:

- учебные занятия по расписанию – У

- промежуточная аттестация – П

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 и основные черты танца Медленный вальс?
2. Какая история и основные черты танца Венский вальс?
3. Какая история и основные черты танца Полька?
4. Какая история и основные черты танца Падеграс?
5. Какая история и 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.	Фигурная маршировка. Музыкальный размер Ритмические рисунки.	Тематическая подборка « Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски для Детей 6-7 лет.	«Ритмика и хореография в ДОУ»	Плакат «Движение». Таблица «Какие правила я выполняю». «Основные правила при вращении и припаданиях» Иллюстрации «Движение в танце».
2.	Хореографическая азбука.	Тематическая подборка « Азбука хореографии» (Т. Барышникова). Волынский А.Л. «Книга ликований» Азбука классического танца	Рекомендации по системе музыкально-оздоровительной работы в детском саду. Упражнения для различных частей тела: головы, шеи, плечевого	

			пояса, рук, корпуса, ног.	
4.	Бальный танец	Алекс Мур «Пересмотренная техника европейских танцев» СПб.: 1993 Пин Ю. Пересмотренная техника исполнения латиноамериканских танцев.	Правила выполнения основных фигур европейской и латиноамериканской программ	
5.	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».

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.