

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ «ВОСТОЧНЫЙ»

Программа принята педагогическим
советом ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»
протокол № 1 от 31 » 08 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»

С.Е. Дунаева

Приказ № 28 от 31 » 08 2017 г.



Дополнительная общеразвивающая программа
«Спортивные бальные танцы»

Уровень освоения программы: базовый

Направленность: художественная

Возраст детей: 8-15 лет

Срок реализации: 5 лет – 720ч.,

количество часов по годам (108,108,144,180,180ч)

Педагог дополнительного образования

Голомысов Александр Евгеньевич

Москва, 2017 г.

.Пояснительная записка.

1. Направленность программы

“Спортивные бальные танцы ” по содержанию является программой **художественной направленности**, по функциональному предназначению-специальной, по форме организации – групповой.

. Программа разработана на основании:

- Закона «Об образовании»;
- Типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования;

2. Уровень освоения программы – базовый

3. **Новизна и отличительная особенность программы** состоит в том что обучение происходит с использованием интерактивного общения с обучающимися (совместное обсуждение недочетов и ошибок после самостоятельной демонстрации перед одноклассниками и др.)

4. Актуальность и педагогическая целесообразность.

Танец - вид искусства, в котором художественные образы создаются средствами пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела. Танец неразрывно связан с музыкой, эмоционально-образное содержание которой находит свое воплощение в его хореографической композиции, движениях, фигурах.

Спортивный бальный танец – это ритмические движения тела или частей тела, которые исполняются в определённой технике под музыку с целью выражения эмоций и служат средством передачи индивидуального характера.

Основные компоненты эстетической структуры танца:

1. **Пластика.** В системе средств выразительности бального танца первостепенную роль играет музыкально-пластический образ, воплощающий соединение духовного потенциала танцора и его телесной выразительности, обеспечивая, таким образом, становление одухотворённого мастерства. Но теоретически в хореографии рассматривается и пластический образ, имеющий достаточно сложную структуру.

Бальный танец относится к наиболее тонким пластическим формам танцевального искусства. Здесь способность танцевального движения к естественной, а не к иллюзорной выразительности должна вызывать живую ассоциацию у зрителей, каждый из которых способен, в той или иной степени спроецировать себя на паркете. Именно по этому из этих двух составляющих выразительную силу тела обуславливает не столько двигательная, сколько его пластическая природа.

2. Музыкальность. Музыка является той составляющей танцевального искусства, которая позволяет наполнить его конкретным художественно-образным смыслом и определяется способностью танцора в соответствии со своими индивидуальными особенностями раскрыть заложенную в ней идею-настроение.

3. Естественность. Органичность в каждом движении танца и общем поведении на паркете – это требование к танцорам занимает особое место среди выше означенных компонентов, представляя универсальное требование к манере исполнения программы выступления.

Все эти характеристики взаимосвязаны и являются неразрывными компонентами, формирующими художественный образ танцора и пары.

Данная программа вводит ребенка в мир танца, воспитывает эмоциональное, осознанное отношение к танцевальному искусству, которое на сегодняшний день остается актуальным. Данная программа направлена на физическое и эстетическое развитие детей. Танцы – делают детский организм выносливым, сильным и здоровым. Способствуют выработке хорошей осанки, делают движения пластичными и гибкими. Способствуют развитию музыкального слуха и чувства ритма. Танцы также воспитывают морально-волевые качества ребенка: терпение, настойчивость, стремление достигать поставленной цели, уверенность в своих силах. Кроме того, в детях воспитывается уважение к тренеру и другим танцорам, а также чувство товарищества, доброжелательности, ответственности и вежливости. Отличительными особенностями танцев является:

- Отсутствие строгих возрастных ограничений;
- Эстетичность данного вида спорта

Основная цель программы:

Формирование целостной и гармоничной личности путем развития способностей у детей воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное через танец.

Задачи обучения:

Обучающая. Обучение детей основам танца и импровизации, изучение танцевальных движений и схем, индивидуальных и массовых танцевальных композиций.

Воспитательная. Воспитание в детях морально-волевых качеств: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах, уважению к партнерам по танцу, чувство товарищества, ответственности, воспитание коммуникативных качеств ребенка.

Развивающая. Развитие музыкального слуха и ритма, пластики и грации в движениях, а также эстетического вкуса.

Срок реализации программы: 5 лет.

Краткие сведения о коллективе:

- Набор детей: свободный, в течение года;
- Состав групп: постоянный;
- Форма занятий: групповая;
- Количество детей в группе: от 8 до 20 человек;
- Возраст детей: от 8 до 15 лет,

- **Режим занятий:**
 - (1 год обучения) 3ч в неделю (108ч в год),
 - (2 год обучения) 3ч в неделю (108ч в год),
 - (3 год обучения) 4ч в неделю (144ч в год),
 - (4 год обучения) 5ч в неделю (180 ч в год),
 - (5 год обучения) 5ч в неделю (180 ч в год),
 - Место проведения занятий: ДТДиМ «Восточный».

Формы обучения:

Используются традиционные и нетрадиционные формы обучения, на первых этапах обучения активно используются игровые методики, просмотр видео материалов и литературы.

Занятия осуществляются по нескольким формам:

1. Теоретические занятия (просмотр видеоматериалов, анализ литературных источников).
2. Практические общие занятия

Общие занятия строятся по определенной структуре:

- Вводная часть (подготовка детей к основной части, разминка).
- Основная часть (составление и изучение технических элементов и композиций, совершенствование изученных схем).
- Заключительная часть (выполнение технических элементов под музыку).

Ожидаемые результаты обучающихся:

Первый год обучения:

1. Полька
2. Медленный вальс (закрытые перемены, правый поворот, левый поворот)

3. Квикстеп (четвертной поворот вправо)
4. Самба (основное движение, самба-ход на месте, поступательное основное движение, виски вправо-влево, стационарный ход, бота фого)
5. Ча-ча-ча (основное движение на месте, вправо-влево, вперед-назад, чек, рука в руке, повороты на месте, алемана)
6. Джайв (основное движение, смена мест, стоп энд гоу, американский спин)
7. Макарена (диско танец)
8. Мамбо-джайв
9. Стирка (диско танец)

Второй год обучения:

1. Медленный вальс (правый поворот, левый проходящий поворот по линии танца)
2. Ча-ча-ча (Основной ход, локстеп, рука в руке, смена мест)
3. полька
4. Самба (самба ход в ПП, боковой самба ход, левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо)
5. Джайв (основной ход, раскрытие на трех шагах)
6. Макарена (диско танец)
7. Мамбо-джайв
8. Стирка (диско танец)

Третий год обучения:

1. Медленный вальс (правый спин поворот, виск, синкопированное шассе, левый проходящий поворот,)
2. Венский вальс (правый поворот, перемены)
3. Квикстеп (четвертной поворот влево, поступательное шассе, правый поворот, правый спин поворот, бегущее окончание, типл шассе)
4. Ча-ча-ча (веер, клюшка, закрытый хип-твист, открытый хип-твист, кубинский брейк, плечо к плечу, турецкое полотенце)
5. Самба (самба ход в ПП, боковой самба ход, левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, коса, левый поворот)
6. Джайв (свивлы с носка на каблук, смена рук за спиной, цыплячий ход)

Четвертый год обучения

1. Медленный вальс (правый поворот с хезитейшн, виск назад, лок степ вперед, лок назад, двойной обратный поворот)
2. Венский вальс (правый поворот, левый поворот, лок)
3. Квикстеп (правый спин поворот, правый поворот с хезетейшн, левый шассе поворот, лок степ вперед, лок назад, плетение)

4. Самба (корта джака, коса, раскручивание, променадный бег, контр бота фого)
5. Ча-ча-ча (три ча-ча-ча, раскрытие вправо, турецкое полотенце, свит харт)
6. Джайв (кик болл чейндж, звено, хлыст, фоллэвей с откидыванием).
7. Румба (выход в веер, нюю йорки, руку в руке, алемана, хиптвист, кукарача)
8. Танго (звено, форстеп, файвстеп, левы проходящий поворот)

Пятый год обучения

1. Медленный вальс (волна, фалловэй)
2. Венский вальс (правый поворот, левый поворот, лок,)
3. Квикстеп (полька, импетус, в шесть фиш тэйл)
4. Самба (роки, усложненные вариации)
5. Ча-ча-ча (усложненные вариации)
6. Джайв (усложненные вариации).
7. Румба (скользящие дверцы, усложненные вариации)
8. Танго (фалловэй, венский кросс)

3. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план первого года обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Общая физическая подготовка	5		5
2	Специальная физическая подготовка	5		5
3	Работа над хореографией	22	2	20
4	Работа над техникой латиноамериканской программы танцев	29	4	25
5	Работа над техникой европейской программы танцев	29	4	25
6	Музыкальная подготовка	17	1	16
7	Психологическая работа с танцорами	1	1	
	Всего	108	12	96

Учебно-тематический план второго года обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Общая физическая подготовка	5		5
2	Специальная физическая подготовка	5		5
3	Работа над хореографией	22	2	20
4	Работа над техникой латиноамериканской программы танцев	29	4	25
5	Работа над техникой европейской программы танцев	29	4	25
6	Музыкальная подготовка	17	1	16
7	Психологическая работа с танцорами	1	1	
	Всего	108	12	96

Учебно-тематический план третьего года обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Общая физическая подготовка	10		10
2	Специальная физическая подготовка	10		10
3	Работа над хореографией	15	5	10
4	Работа над техникой латиноамериканской программы танцев	45	5	40
5	Работа над техникой европейской программы танцев	45	5	40
6	Музыкальная подготовка	17	5	12
7	Психологическая работа с танцорами	2	2	
	Всего	144	22	122

Учебно-тематический план четвертого года обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Общая физическая подготовка	15		15
2	Специальная физическая подготовка	15		15
3	Работа над хореографией	15	5	10
4	Работа над техникой латиноамериканской программы танцев	52	5	47
5	Работа над техникой стандартной программы танцев	52	5	47
6	Музыкальная подготовка	29	5	24
7	Психологическая работа с танцорами	2	2	
	Всего	180	22	158

Учебно-тематический план пятого года обучения

№ п/п	Наименование темы	Общее количество часов	Теория	Практика
1	Общая физическая подготовка	15		15
2	Специальная физическая подготовка	15		15
3	Работа над хореографией	15	5	10
4	Работа над техникой латиноамериканской программы танцев	52	5	47
5	Работа над техникой стандартной программы танцев	52	5	47
6	Музыкальная подготовка	29	5	24
7	Психологическая работа с танцорами	2	2	
	Всего	180	22	158

4. Содержание программы

Вводное занятие-рассказ о танце и его аспектах в жизни.

Инструктаж по технике безопасности-правила поведения занимающихся в танцевальном зале, форма одежды.

Введение в программу-рассказ об образовательной программе и методах обучения.

Общая физическая подготовка-развитие выносливости танцора.

Специальная физическая подготовка-развитие координации движений, специальных характерных навыков и пластики, необходимых для танцевальной выразительности фигур и движений.

Работа над хореографией - постановка корпуса, позиции рук и ног, используемые в разных танцах.

Работа над техникой в Европейской программе - изучение и правильность исполнения фигур.

Работа над техникой диско танцев - изучение и правильность исполнения фигур.

Музыкальная подготовка-изучение ритма, характера и музыкальной выразительности в различных танцах.

Психологическая работа с танцорами-психологическая подготовка к выступлениям, соревнованиям, взаимодействию партнеров в паре.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- Открытые занятия;
- Концерты для родителей внутри коллектива;
- Участие в мероприятиях и праздниках;
- Участие в фестивалях и конкурсах танца;
- Проведение итоговых концертов в конце учебного года.

Контроль, оценка результатов обучения детей:

- «Предварительный контроль» - перед началом учебного года, а также перед изучением новой темы.
- «Поурочный контроль» - результат усвоения предложенного материала.
- «Промежуточный» - контрольные задания, тесты, показательные уроки.
- «Итоговый» - в конце учебного года.
- **Критерии оценки**
-

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Самостоятельное точное исполнение элементов и движений под музыку каждого танца	Самостоятельное точное исполнение элементов и движений некоторых танцев под музыку	Неточное исполнение или только с помощью педагога элементов и движений некоторых танцев под музыку
Умение держать точную позицию в руках	Умение держать не совсем точную позицию в руках	Отсутствие навыков держать точную позицию в руках
Умение выступать на концертах и мероприятиях	Не уверенное умение показывать свои навыки перед зрителями	Не умение показывать свои навыки перед зрителями

5. Методическое обеспечение программы.

№ п/п	Раздел учебной программы	Форма занятий	Методы и приемы	Использование наглядности, ТСО	Форма подведения итогов
1	Общая физическая подготовка	Традиционные занятия	Наглядный (показ), практический	Показ педагогом	Самостоятельная работа
2	Специальная физическая подготовка	Традиционные занятия	Наглядный (показ), практический	Показ педагогом	Самостоятельная работа
3	Работа над хореографией	Традиционные занятия	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом	Самостоятельная работа
4	Работа над техникой диско танцев	Традиционные занятия, занятия-игры, занятия конкурсы	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом	Смотры знаний, открытые занятия, мини-концерты
5	Работа над техникой Европейской программы танцев	Традиционные занятия, занятия-игры, занятия конкурсы	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом	Смотры знаний, открытые занятия, мини-концерты
6	Музыкальная	Занятия-игры	Практический	Показ педагогом	Самостоятел

	подготовка		словесный		ьяная работа
7	Психологическая работа с танцорами	Занятия-игры	Практический словесный	Объяснение педагогом	Самостоятельная работа

6.Условия реализации программы

Танцевальный зал, наличие паркета, зеркал, музыкальной аппаратуры.

7.Прогнозируемые результаты

Развитие координации движения, музыкального ритма. Знание фигур в изученных танцах, раскрытие творческих способностей, способность принимать участие в массовых мероприятиях, концертах, танцевальных конкурсах и праздниках.

8.Список использованной литературы

1. Азбука танцев. Донецк, 2004.
2. Бекина С.И. Музыка и движение. М., 1983.
3. Валукин Е.П. Проблемы наследия в хореографическом искусстве. М., 1992.
4. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные балльные танцы. Ростов. 2004.
5. Филатов С.В. От образного слова – к выразительному движению. М. 1993.
6. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым. М., 2000.
7. Газета для танцоров – «Звёзды над паркетом» (1997–2016)
8. Официальное издание Российского Танцевального Союза – «Профессионал.International» (2001–2016)
9. Официальное издание Московской Федерации Танцевального Спорта
10. Книги по спортивным балльным танцам в электронном виде (А. Мур, У. Лайред и др.) – ресурсы Интернета

УЧЕБНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Нормативно-правовые акты и документы.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.);
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242;
5. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (СанПиН 2.4.4.3172-14);
6. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 году»;
7. Приказ Департамента образования города Москвы от 7.08.2015 г. № 1308 «О внесении изменений в приказ Департамента образования г. Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922»;
8. Приказ Департамента образования города Москвы от 08.09.2015 г. № 2074 «О внесении изменений в приказ № 922 от 17.12.2014 г.»;
9. Приказ Департамента образования города Москвы от 30.08.2016 г. № 1035 «О внесении изменений в приказ № 922 от 17.12.2014 г.»