

Администрация Печенгского муниципального округа Мурманской области
Отдел образования

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Дом детского творчества № 1»
(МБУ ДО ДДТ № 1)

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО ДДТ № 1
«22» 03 2023г
Протокол № 3

Утверждаю
Директор МБУ ДО ДДТ № 1
Е.Н. Чернушевич
приказ № 101 от 22 03 2023 г



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Бальный танец – первые шаги»**

Возраст учащихся – 6-8 лет
Срок реализации – 2 года

Составитель: Коваленко И.П.,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
МБУ ДО ДДТ № 1

I. Пояснительная записка

Направленность программы – художественная.

Уровень освоения программы – стартовый.

Разработана в соответствии нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ, направленными письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 года № 09-3242;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28);
- Санитарными правилами СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2);
- «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ ДО ДДТ № 1».

Актуальность программы.

Данная программа вводит ребенка в мир танца, воспитывает эмоциональное, осознанное отношение к танцевальному искусству, которое на сегодняшний день остается актуальным. 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 педагогу другим танцорам, а также чувство товарищества, доброжелательности, ответственности и вежливости.

Цель программы – познакомить детей с элементами бального танца и хореографии, развитие физических данных.

Задачи:

Обучающие:

- научить детей технически верно и красиво исполнять отдельные движения и вариации спортивных бальных танцев;
- улучшить физическое состояние детей путем укрепления мышц тела, увеличения гибкости шеи и позвоночника, подвижности суставов.

Развивающие:

- развить музыкальный слух, чувство ритма, координацию;
- выявлять и развивать природные задатки и способности детей, способствующие успеху в освоении танцевальной культуры;
- развивать азы танцевальной культуры.

Воспитательные:

- воспитывать культуру общения в творческом коллективе;
- приобщать к здоровому образу жизни;
- формирование интереса к систематическим занятиям бальным танцем;

- воспитывать трудолюбие и терпение.

Адресат программы – дети 6-8 лет.

Срок освоения программы – 18 месяцев/ 2 учебных года.

1 год обучения – 72 часа.

2 год обучения – 144 часа.

Объем программы 216 часов.

Форма обучения по программе – очная.

Условия реализации программы.

На обучение по программе принимаются все желающие без предварительного отбора. Возможен добор учащихся в группы второго года обучения при условии наличия у них необходимого объема компетенций (на основании диагностики).

1 год обучения – 6-7 лет.

2 год обучения – 7-8 лет.

Формы организации обучения – групповые занятия, звеньевые, индивидуальные занятия.

Режим занятий.

1 год обучения – 2 академических часа в неделю, 1 раз по 2 академических часа.

Перерыв между занятиями 10 мин.

2 год обучения – 4 академических часа в неделю, 2 раза по 2 академических часа.

Перерыв между занятиями 10 мин.

Режим занятий соответствует Санитарным правилам СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2).

Ожидаемые результаты.

Первый год обучения.

Знают:

- правила исполнения изучаемых движений бального танца;
- терминологию изученных движений;
- основные представления об истории бального танца;
- музыкальные длительности, доли.

Умеют:

- исполнять изученные танцы и движения в соответствии с методическими правилами;
- выразить в движении характер музыки и ее настроение;
- определять жанр музыкального произведения;
- самостоятельно выполнять пространственные перестроения на основе танцевальных композиций.

Второй год обучения.

Знают:

- терминологию программных упражнений и движений бального танца;
- методические правила исполнения программных движений и упражнений бального танца;
- музыкальные длительности, доли, характер музыки.

Умеют:

- исполнять упражнения и движения программных разделов 2 года обучения на середине зала и по линии танца в соответствии с методическими правилами;
- самостоятельно выполнять пространственные перестроения композиции, основанные на элементарных движениях бального танца.

Личностные результаты освоения программы (к концу обучения по программе).

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты освоения программы (к концу обучения по программе).

Регулятивные УУД:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий (совместно с педагогом);
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения (совместно с педагогом).

Познавательные УУД:

- различать изученные виды хореографического искусства;
- приобретать и осуществлять практические навыки и умения в танцевальном творчестве;
- развивать художественный вкус как способность чувствовать и воспринимать многообразие видов и жанров искусства;
- развивать фантазию, воображения, художественную интуицию, память;
- развивать критическое мышление, в способности аргументировать свою точку зрения.

Коммуникативные УУД:

- сотрудничать и оказывать взаимопомощь, доброжелательно и уважительно строить свое общение со сверстниками и взрослыми;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером.

Система контроля результативности обучения.

Способы проверки ожидаемых результатов – входящая, промежуточная, итоговая диагностика.

- Начальная диагностика – перед началом учебного года, а также перед изучением новой темы.
- Поурочный контроль – результат освоения предложенного материала.
- Промежуточная диагностика – контрольные задания, тесты, показательные уроки.
- Итоговая диагностика – в конце учебного года.

Формы подведения итогов реализации программы – комплексное отслеживание результатов обучения по программе: опросы, тестирование, выполнение контрольных заданий по изученным темам, участие в концертах и конкурсах детского творчества, итоговое занятие, открытое занятие.

II. Учебный план
Учебный план 1 года обучения

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование раздела, темы</i>	<i>Количество часов</i>			<i>Формы аттестации и контроля</i>
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	
1.	Вводное занятие	1	-	1	Опрос, беседа
2.	Общая физическая подготовка. Специальные упражнения	12	2	10	Игровые соревнования, зачетные соревнования
3.	Основы бального танца	30	5	25	Игровые соревнования
4.	Детские танцы	14	2	12	Контрольное задание
5.	Музыкальная подготовка	5	2	3	Контрольное задание, опрос
6.	Постановочная и репетиционная работа	7	2	5	Открытое занятие
7.	Итоговое занятие	1	-	1	Тест-игра
8.	Воспитательная работа	2	2	-	Беседа
Всего		72	15	57	

Учебный план 2 года обучения

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование раздела, темы</i>	<i>Количество часов</i>			<i>Формы аттестации и контроля</i>
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, беседа
2.	Общая физическая подготовка. Специальные упражнения	24	4	20	Игровые соревнования, зачетные соревнования
3.	Основы бального танца	60	10	50	Игровые соревнования
4.	Детские танцы	30	6	24	Контрольное задание
5.	Музыкальная подготовка	10	4	6	Контрольное задание, опрос
6.	Постановочная и репетиционная работа	14	4	10	Открытое занятие
7.	Итоговое занятие	2	-	2	Игра, викторина, контрольные задания
8.	Воспитательная работа	2	2	-	Беседа
Всего		144	31	113	

III. Содержание программы

1 год обучения

1. Вводное занятие – 1 час.

Практика. Начальная диагностика. ТБ.

2. Общая физическая подготовка. Специальные упражнения – 12 часов.

Теория. Теоретические основы общих физических и специальных упражнений: последовательность выполнения, правильность выполнения, предотвращение переутомления.

Практика. *Общеразвивающие упражнения* (элементы спортивной разминки, ритмическая гимнастика, элементы диско танцев):

- сгибание и разгибание пальцев, вращение рук в запястьях, в локтевом и плечевом суставах в одном направлении и в разных;
- движения плечами вверх-вниз, вперед-назад, круговые движения в одном направлении и в разных;
- повороты корпуса вправо-влево, наклоны в стороны, вперед-назад; движения в тазобедренном поясе вправо-влево, круговые движения; движения в плечевом поясе вправо-влево; наклоны назад, сидя на стуле;
- подъем на носках и опускание, тоже с последующим подъемом носком; П.Н. на носке, Л.Н. на каблуке, затем наоборот; различные растяжки и выпады; подскоки на одной ноге и на двух;
- упражнения ритмической гимнастики;
- диско танцы (линейные и парные);
- музыкальные игры с элементами танца.

Специальные упражнения:

Для Медленного вальса:

- стоя в 6 позиции подъема и снижения;
- Шаг вперед с П.Н., подтягивая Л.Н. - шаг назад с Л.Н., подтягивая П.Н. (опускаясь на счет 1, поднимаясь на 2, 3 в конце - снижения). Это упражнение начиная с левой ноги;
- Шаг в сторону с П.Н., подтягивая Л.Н., с опусканием и подъемом. Наклон на счет 2,3. Это упражнение начиная с левой ноги;
- "Правый квадрат";
- "Левый квадрат".

Для Ча-ча-ча:

- перенос веса с ноги на ногу, выгибая колени назад (левая нога вперед), делая тазом восьмерку;
- "Тайм степ"(открытое шассе налево, направо);
- основное движение без поворота и с поворотом влево.

3. Основы бального танца – 30 часов.

Медленный вальс.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Закрытые перемены с ПН и ЛН;
- Квадрат;
- Квадрат в повороте.

Ча-ча-ча.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Тайм степ;
- Закрытое основное движение.

4. Детские танцы – 14 часов.

Полька.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Подскок;
- Галоп;
- Хлопки;
- Каблук, носок;
- Прыжки.

Вару Вару.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Основной шаг;
- Прыжки;
- Хлопки.

5. Музыкальная подготовка – 5 часов.

Теория. Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Музыкальный звук и его основные свойства: высота, сила, тембр и длительность. Музыкальная фраза, предложение и тема.

Сильные и слабые доли. Темп, ритм (ритмический рисунок) и их связь с характером музыки. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодий, ритма и темпа музыки.

Практика. Прослушивание и анализ содержания и построения музыки, изучаемых и других танцев, определение на слух музыкального размера и ритма. Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта (отхлопывание ритмов изучаемых фигур без музыки и с музыкой; дирижирование).

6. Постановочная и репетиционная работа – 7 часов.

Теория. Основные сведения о танце, знакомство с его особенностями. Методическое объяснение танцевальных движений; Названия изучаемых движений (терминология). Правила их исполнения.

Практика. Подготовка групповых композиций для выступлений на основе пройденного материала. Показательные выступления для родителей. Участие в конкурсах и мероприятиях ДДТ.

7. Итоговое занятие – 1 час.

Практика. Подведение итогов учебного года. Итоговая диагностика.

8. Воспитательная работа – 2 часа.

По плану воспитательной работы ДДТ с учетом особенностей детского коллектива.

2 год обучения

1. Вводное занятие – 2 часа.

Теория. Знакомство с предметом (беседа). ТБ.

Практика. Начальная диагностика.

2. Общая физическая подготовка. Специальные упражнения – 24 часа.

Теория. Теоретические основы общих физических упражнений (последовательность выполнения, правильность выполнения, предотвращение переутомления), изучаемых на втором году обучения.

Практика. *Общеразвивающие упражнения* (элементы спортивной разминки, ритмическая гимнастика, элементы диско танцев):

- основные позиции ног (1,3,6), проходящие (2,5);
- позиции ступней;
- шаг и ход;
- шаг вперед, шаг назад;
- работа стопы в "свинговых" танцах;
- шаг пересекая корпус, шаг за корпус;
- осанка;
- позиция рук;
- баланс, посыл корпуса;
- подъем, снижение и опускание корпуса;
- понятие "без подъема ступни";
- осанка и положение корпуса;
- особенности позиций;
- работа бедер и таза;
- работа колена.

Специальные упражнения (включающие элементы разучиваемых танцев и основные фигуры):

Для Медленного вальса:

- Стоя в 6 позиции подъёмы и снижения;
- Шаг вперед с П.Н., подтягивая Л.Н. - шаг назад с Л.Н., подтягивая П.Н. (опускаясь на счет 1, поднимаясь на 2, 3 в конце – снижения). Это упражнение начиная с левой ноги;
- Шаг в сторону с П.Н., подтягивая Л.Н., с опусканием и подъемом. Наклон на счет 2,3. Это упражнение начиная с левой ноги;
- "Правый квадрат";
- "Левый квадрат";
- Перемены с правой и левой ноги по кругу (партнерша спиной);
То же парами в учебном положении (с соединением двух рук). То же парами в танцевальной позиции;
- "Большой правый квадрат" начиная с П.Н. (то же, что в упражнении 4, но добавляя поворот на 1/4 вправо на каждом такте);
- "Большой левый квадрат" начиная с Л.Н. (то же, что в упражнении 5, но добавляя поворот на 1/4 влево на каждом такте);
- "Правый развернутый квадрат" (первая половина правого поворота с поворотом на 3/8, заканчивая второй половиной с поворотом на 1/8). Всего 1/2 поворота.
- "Левый развернутый квадрат" (то же, что в упражнении 11, но используя левый поворот);
- "Правый развернутый квадрат назад" (то же, что в упражнении 11, начиная назад);

- "Левый развернутый квадрат" (то же, что в упражнении 13, но используя левый поворот).

Для Самбы:

- небольшие приседания на первом и втором ударах, после подъема на счет "И" ноги вместе;
- основное движение с П.Н. и с Л.Н. (ритм 1 а 2).

Для Ча-ча-ча:

- перенос веса с ноги на ногу, выгибая колено назад (левая нога вперед), делая тазом восьмерку;
- "Тайм степ"(открытое шассе налево, направо). 3.Основное движение без поворота и с поворотом влево;
- подготовительные упражнения к движению "Чек". (повороты влево из открытой променадной позиции в правую боковую позицию и вправо из обратной открытой променадной позиции в левую боковую позицию);
- подготовительные упражнения к движению "Рука в руке" (1/4 поворота налево и направо с шагом назад).

3. Основы бального танца – 60 часов.

Медленный вальс.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Закрытые перемены с ПН и ЛН;
- Правый поворот;
- Квадрат;
- Квадрат в повороте.

Самба.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Основной шаг;
- Самба ход.

Ча-ча-ча.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Тайм степ;
- Закрытое основное движение;
- Нью-Йорк;
- Рука к руке;
- Спот поворот влево, вправо.

4. Детские танцы – 30 часов.

Полька.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Подскок;
- Галоп;
- Хлопки;
- Каблук, носок;
- Прыжки.

Вару Вару.

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работа стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

Практика. Изучение основных элементов и фигур танца:

- Основной шаг;
- Прыжки;
- Хлопки.

5. Музыкальная подготовка – 10 часов.

Теория. Сильные и слабые доли. Мелодический рисунок. Мелодия и аккомпанемент. Соответствие пластики с мелодией в одних танцах или с ритмом (ритмической мелодией) в других. Затакт. Синкопа. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодий, ритма и темпа музыки. Музыкальная тема и художественный образ. Музыкальные размеры, темпы и длительности изучаемых танцев.

Практика. Прослушивание и анализ содержания и построения музыки, изучаемых и других танцев, определение на слух музыкального размера и ритма. Ритмические упражнения для развития чувства ритма и ощущение сильных и слабых долей такта (отхлопывание ритмов изучаемых фигур без музыки и с музыкой; дирижирование).

6. Постановочная и репетиционная работа – 14 часов.

Теория. Основные сведения о танце, знакомство с его особенностями. Методическое объяснение танцевальных движений; Названия изучаемых движений (терминология). Правила их исполнения.

Практика. Подготовка групповых композиций для выступлений на основе пройденного материала. Показательные выступления для родителей. Участие в конкурсах и мероприятиях ДДТ.

7. Итоговое занятие – 2 часа.

Практика. Подведение итогов учебного года. Итоговая диагностика.

8. Воспитательная работа – 2 часа.

По плану воспитательной работы ДДТ с учетом особенностей детского коллектива.

IV. Методическое обеспечение программы

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.

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 балльного 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 поэтому 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.

Принципы обучения.

Процесс обучения построен на реализации дидактических принципов.

Принцип сознательности и активности предусматривает сознательности в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений (демонстрация ритмических упражнений и танцевальных движений, изучение схем, рисунков, наглядных пособий, просмотр видеоматериалов).

Принцип доступности требует постановки перед обучающимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к не известному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности обучающихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

В воспитательной работе принцип гуманности выражает:

- безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
- глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
- создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

Методы организации учебно-воспитательного процесса:

- наглядный,
- словесный,
- практический,
- игровой.

Основные формы проведения занятий:

1. Теоретические занятия (просмотр видеоматериалов, анализ литературных источников, прослушивание музыкальных произведений, словесный разбор средств музыкальной выразительности).
2. Практические занятия.

– **Разминка.**

Проводится на каждом занятии под современную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

Задача – развитие координации, памяти, внимания, разогрев мышц и суставов.

Последовательная разработка всех основных групп суставов и мышц: руки, шея, плечи, корпус, колени, стопа. Количество каждого вида упражнений 4-8; на 4, 16 счета.

– **Основная часть.**

Разучивание новых упражнений, игр, танцы, ходьба, бег, поскоки.

Основные принципы освоения программы:

- «от простого к сложному»
- «от медленного к быстрому»
- «посмотри и повтори»
- «вместе с педагогом»

Закрепление ранее пройденного.

– **Заключительная часть.**

Упражнения на восстановление дыхания, релаксацию (расслабление). Развивающие игры.

Дидактическое обеспечение.

1. Комплекс строевых упражнений.
2. Комплекс упражнений на согласование движений с музыкой.
3. Комплекс общеразвивающих упражнений (стоя, лежа, сидя).
4. Комплекс упражнений на растягивание (стоя, лежа, сидя).
5. Комплекс прыжковых упражнений общеразвивающего и танцевального характера.
6. Комплекс упражнений для развития чувства ритма под чтение стихов.
7. Комплекс упражнений на повторение движений (растений, животных и т.д.).
8. Комплекс пластических этюдов под чтение стихов, на перевоплощение.
9. Импровизационные упражнения.
10. Комплекс упражнений на расслабление и восстановление дыхания (стоя, лежа, сидя).
11. Комплекс упражнений нетрадиционных видов гимнастики (стретчинг, калланетика, шейпинг-система).

Видео и аудио материалы:

- «Танцуют дети»: выпуски 5, 6, 10 (Первенство России по возрастным группам «Дети»)
- Открытые международные турниры 2015 – 2018 год по различным возрастным группам.
- Танцевальное шоу лучших танцоров мира (Япония, 2008, 2009 год).
- Конгресс тренеров и судей ФТСР (2015-2018)
- Учимся танцевать «Детские танцы»: выпуск 1, 2.
- Популярные английские вариации: выпуск 1, 2, 6.
- Уроки латинской хореографии.

- «Линия танца», Л. Плетнев (описание фигур латиноамериканских и европейских танцев).
- Ballroom Mix 2 CD(1, 2, 3, 4, 5)
- Ballroom Nights 2 CD (1, 2)
- Ballroom Stars vol.2
- The best of ballroom vol.13
- Ultimate Ballroom 11
- Latin Mix 2 CD (1, 2, 3, 4, 5)
- Latin Nights 2 CD
- Latinatura
- Ultimate Latin 9
- Unforgettable
- Bon Chiki Bon
- Latinized
- Latin Intensity
- Slow Latin
- Ballroom Dance (St; La)
- Klaus Hallen Studio Tanz Orchester (St; La) 1, 2, 3, 4
- Red rose dance collection 1, 2

Техническое оснащение.

- просторный зал, оснащенный зеркалами, техническими средствами – компьютер, проектор, экран);
- раздевалки: для мальчиков и девочек;
- шкафы для хранения, необходимого реквизита для занятий, методической литературы и др.
- компакт диски для записи фонограммы и танцевальных номеров;
- репетиционная форма (лично):
- для мальчиков: рубашка, танцевальные брюки, чешки (балетки),
- для девочек: юбки, топы, чешки (балетки).

За счёт средств родителей приобретается репетиционная форма, обувь, костюмы для выступлений.

V. Литература

Литература для педагога:

1. Беляков Е. 365 развивающих игр. – М.: Айрис-Пресс, 1999.
2. Бенина С.И. и др. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1983.
3. Бенина С.И. и др. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
4. Ритмика. Методическое пособие. – М., 1999.
5. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. – СПб: Детство-пресс, 2003.
6. Зайфферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: учебное пособие. – СПб: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2016. – 128 с.
7. Козлов Н.И. Простое правильное детство: книга для умных и счастливых родителей. – М.: Издательство «Э», 2016. – 400 с.
8. Шарова Н. Детский танец. – М.: Лань, Планета музыки, 2011.

Литература для учащихся и родителей:

1. Александрова Н. Танцы. Мини-энциклопедия для детей. Рассказы о танцах разных народов и времён. – СПб.: Издательство «ВНУ», 2018.
2. Бажуков С.М. Здоровье детей – общая забота. – М.: «Физкультура и спорт», 2005.

3. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003.
4. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону, 2007.
5. Бурмистрова И. Школа танцев для юных. – М.: ЭКСМО, СПб.: Терция, 2003.
6. Козлов Н.И. Простое правильное детство: книга для умных и счастливых родителей. – М.: Издательство «Э», 2016. – 400 с.
7. Литвинов Е.М. Как стать сильным и выносливым. – М., «Просвещение», 2000.
8. Ожич Е. История танцев. – СПб.: Издательство «Качели», 2017.
9. Перовщиков Ю.А. Домашние задания по физической культуре. – Минск: «Полымя», 1988.
10. Смит Люси. Танцы – начальный курс. – М.: АСТ, Астрель, 2001.
11. Тарасов Н. Классический танец. – СПб., 2005.
12. Титова М., Сироткина И. Зачем люди танцуют. – М.: ООО «Ад Маргинем Пресс», 2022.
13. Чикин С.Я. Физическое совершенство человека. – М.: «Медицина» 2002.
14. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004.

VI. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов по программе	Режим занятий
1 год	В соответствии с расписанием занятий	В соответствии с расписанием занятий	36	72	2 академических часа в неделю, 1 раз по 2 академических часа. Перерыв между занятиями 10 минут
2 год	В соответствии с расписанием занятий	В соответствии с расписанием занятий	36	144	4 академических часа в неделю, 2 раза по 2 академических часа. Перерыв между занятиями 10 минут

**Оценочные материалы
для определения уровня теоретической и практической подготовки учащихся
по ДООП «Бальный танец – первые шаги»**

*Коваленко И.П.,
педагог дополнительного образования
МБУ ДО ДДТ № 1*

Для проверки уровня овладения теоретическими и практическими знаниями по программе с учащимися проводится **и г р а - в и к т о р и н а**.

Вопросы:

- Какие элементы танца Ча-ча-ча вы знаете?
- Какие элементы входят в обязательную программу танца Ча-Ча-Ча?
- Какие элементы входят в обязательную программу танца Медленный вальс?
- Какие элементы танца Вару Вару вы знаете?
- В какую программу входит танец Ча-ча-ча?
- В какую программу входит танец Медленный вальс?
- Какие элементы входят в связку танца Ча-ча-ча?
- Какие элементы входят в связку танца Медленный вальс?
- Линия танца, направление движения рассказать и показать.

Критерии оценки

Высокий уровень	7-9 правильных ответов
Средний уровень	5-7 правильных ответов
Низкий уровень	5 и менее правильных ответов

Практическая часть

Задание 1:

Игра «Хлопушки», «Комарики»

- Руки по очереди ставятся на пояс, плечи, вверх, 2- хлопок то же самое вниз, хлопки за спиной.
- Хлопки в различных ритмах.

Задание 2:

Игра «Солдатики»

- По команде самостоятельное построение в колонну, шеренгу.
- Движение в колонне.

Задание 3:

Игра «Шахматы», «Часы»

- По команде самостоятельное движение вправо, влево, вперед, назад.
- Движение по залу: по часовой стрелке против часовой стрелки (линии танца).
- Определение центра зала.

Задание 4:

«Мы гуляли в лесу» (имитация шагов животных)

- Марш по кругу друг за другом с высоким подниманием коленей (в выделении 1-ой сильной доли головой, хлопком).

- Ходьба на полупальцах, пяточках, внутренней и внешней стороне стопы, завороты бедра при ходьбе («винт»).
- Бодрый шаг: руки с плечом, вверх, к плечам, вниз.
- Руки по очереди вверх, вниз.

Задание 5:

Игра «Мячики», «Попрыгунчики»

- Подскоки.
- Галоп.
- Прыжки на двух ногах.
- Прыжки на одной ноге.
- Прыжки со сменой ног.
- Прыжки «зайчики» (трамплинные прыжки по 6 п.).
- По три прыжка на «четыре» - пауза» в комбинации на месте, вперед, назад, в повороте вокруг себя.

Задание 6:

Игра «Мы спортсмены» (имитация различных видов спорта)

- Лыжи.
- Слалом.
- Коньки.
- Бокс.
- Баскетбол.
- Велосипед.
- Плавание.

Уровни освоения программы.

Основной метод диагностики уровней освоения программы – наблюдение за учащимися в процессе занятий в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе программного материала).

В процессе наблюдения педагог оценивает:

- I. Уровень образовательных результатов.
- II. Уровень творческой активности.
- III. Уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер.

Низкий (0 – 1 балл).

I. Уровень образовательных результатов.

1. Понимает значение специальных терминов, но не может воспроизвести их названия.
2. Плохо запоминает методические правила и порядок исполнения программных упражнений, движений и танцевальных комбинаций (более 10 показов).
3. С трудом воспроизводит музыкальный ритм, плохо различает контрастные части музыкального произведения; движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога.
4. С трудом запоминает и воспроизводит последовательность пространственно-композиционных перестроений.

II. Уровень творческой активности.

1. Отсутствует образно-пластическое мышление, способность к фантазированию слабо выражена.
2. Способность к интерпретации музыкального образа в пластике слабо выражена.
3. На занятиях пассивен, не проявляет творческой инициативы и не поддерживает инициативы, исходящие от окружающих.
4. Неудачи способствуют снижению мотивации к обучению. В собственных неудачах винит окружающих.

III. Уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер.

1. Не способен контролировать свою деятельность, нуждается в постоянном контроле педагога.
2. С трудом овладевает необходимым объемом знаний.
3. Отсутствует потребность к самосовершенствованию в данной сфере творческой деятельности, фактическое стремление к достижению результатов обучения.
4. На занятиях эмоционально скован, невнимателен, медлителен.
5. Постоянно стремится уйти на задний план (в последних рядах чувствует себя комфортнее).
6. Неадекватно реагирует на замечания педагога, малообщителен, агрессивен по отношению к сверстникам, отказывается следовать нормам поведения на занятиях.

Средний (2 – 4 балла).

I. Уровень образовательных результатов.

1. Достаточно хорошо владеет специальной терминологией, знает и успешно применяет на практике методические правила исполнения программных упражнений и движений соответствующего года обучения.
2. Запоминает методические правила и последовательность исполнения упражнений, движений и танцевальных комбинаций с 4-5 показа; выполняет учебные задания с некоторыми подсказками педагога.
3. Воспроизводит заданный ритм, различает контрастные части музыкального произведения, охарактеризовать музыкальный образ словами затрудняется; в движениях выражается общий характер, темп и метроритм музыки.
4. Хорошо ориентируется в пространстве: достаточно быстро запоминает и воспроизводит последовательность пространственно-композиционных перестроений.

II. Уровень творческой активности.

1. Развито творческое воображение и фантазия.
2. Ярко выражена способность к интерпретации музыкального образа в пластике (способность к импровизации).
3. Мимика и пантомимика достаточно выразительные; способен передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыка и содержания композиции; в танцевальных и пластических импровизациях использует набор знакомых, ранее изученных движений.
4. На занятиях проявляет активность, любознательность и творческую инициативу.
5. Способен анализировать собственную деятельность, самостоятельно делать выводы и устранять недочеты.
6. Демонстрировать стремление к лидерству в творческом процессе.

III. Уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер.

1. Сформирован устойчивый интерес к творческой деятельности в сфере спортивной хореографии.
2. Способен к самоконтролю. Стремится к достижению реального результата в обучении. Не останавливается на достигнутом. Неудачи в творчестве являются своеобразным стимулом к самосовершенствованию.
3. На занятиях эмоционально раскрепощен, стремится к максимально грамотному выполнению учебного или творческого задания.
4. Адекватно реагирует на замечания педагога, на доброжелательную критику со стороны сверстников, общителен, доброжелателен по отношению к окружающим, способен к сопереживанию сверстникам, проявляет живой интерес к занятиям.

Высокий (5 баллов).

I. Уровень образовательных результатов.

1. Свободно владеет специальной терминологией, знает и успешно применяет на практике методические правила исполнения программных упражнений и движений соответствующего года обучения.
2. Быстро (с 1 – 2 показов) запоминает методические правила и последовательность исполнения упражнений, движений, танцевальных комбинаций. Самостоятельно, без помощи педагога, исполняет движения, строго следуя методическим правилам.

3. Владеет большим объемом информации, самостоятельно переносит усвоенное на новый материал. Умеет интегрировать и синтезировать информацию. Использует альтернативные пути для поисков нужной информации.
4. Свободно воспроизводит сложный ритмический рисунок. Движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, динамическими оттенками, фразами музыкального произведения.
5. Прекрасно ориентируется в пространстве: моментально запоминает и воспроизводит последовательность пространственно-композиционных перестроений.

II. Уровень творческой активности.

1. Обладает богатым воображением, способен воспринимать неоднозначные вещи, имеет высокие эстетические ценности.
2. Стремится к решению задач повышенной сложности: способен выражать свои чувства не только в движении, но и вербально; в танцевальных импровизациях использует нестандартные пластические средства; стремится сочинять новые движения, выражая при их помощи разнообразную гамму чувств, пытаясь раскрыть задуманный танцевальный образ.
3. Обладает ярко выраженными способностями к композиционному творчеству: генерирует оригинальные идеи, способен увлечь ими других участников учебного и творческого процесса и воплотить задуманное в реальность.
4. Обладает ярко выраженными лидерскими качествами.

III. Уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер.

1. Проявляет ярко выраженный интерес к творческой деятельности в сфере балльной хореографии. Обладает высокой любознательностью.
2. Умеет оценивать как результат, так и сам процесс работы (решение учебных и творческих задач).
3. Эмоционально раскрепощен, постоянно стремится выйти на первый план во время занятий. Проявляет творческую инициативу.
4. Умеет предвидеть последствия своих и чужих действий. Анализирует всякую возникшую ситуацию, прежде чем действовать в ней.
5. Адекватно реагирует на замечания педагога, на доброжелательную критику со стороны сверстников, общителен, доброжелателен по отношению к окружающим, способен к сопереживанию сверстникам.
6. Склонен к самоанализу.