Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка – детский сад № 5 «Мир детства»
Ассоциация лучших дошкольных образовательных организаций и педагогов
свидетельство № 10 от 25 сентября 2015 г.

Утверждено:
Директор МБДОУ ЦРР № 5 «Мир детства»
приказ № 884-а от 30.08.2017 г.
_____ Е.Н. Лебедева

Принято:
на педагогическом совете
протокол №__1____ от 30.08.201 7.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«Бальные танцы»

Разработала:
Алексеев Эльдар Гасанович.
педагог дополнительного образования

г. Тула

Содержание

1. Пояснительная записка.

2. Учебно-тематический план для 1 года обучения.

3. Учебно-тематический план для 2 года обучения.

4. Календарно-тематический план

5. Методическое обеспечение.

6. Учебно- методический комплекс.

7. Литература.

1. Пояснительная записка.

У многих девчонок и мальчишек есть мечта – научиться бальным танцам. Это не просто мечта, а иногда и цель жизни, их будущее. Поддержать стремление детей, помочь оценить свои возможности, познать красоту движений и приобрести пластику тела - этому способствует разработанная дополнительная общеразвивающая программа « Бальный танец». Данная программа разработана на основе «Примерной программы внеурочной деятельности учащихся», учебников по европейским и латино – американским танцам ведущих мировых специалистов, а также большого личного опыта педагога дополнительного образования и имеет художественную направленность.

Новизна программы заключается в новых подходах к результативности обучению детей бальным танцам, воспитанию средствами танцевального бального искусства в сочетании с музыкой.

Актуальность программы заключается в том, что в течение всего периода обучения дети приобщаются к общечеловеческим ценностям мировой танцевальной культуры, расширяют свой художественный кругозор, знакомясь с различными видами бальных танцев, получают знания и умения по хореографии, имеют возможность развить творческие танцевальные способности, быть членом коллектива единомышленников, приобрести чувство коллективизма и взаимопомощи.

Обучаемые могут совершенствовать свое мастерство, участвуя в различных видах соревнований, показать себя как в личном, так и в командном зачете, что отвечает тенденции развития системы дополнительного образования в России. Программа позволяет сформировать в весьма сжатые сроки личностные качества и самоутвердиться как личность вне зависимости от выбранного пути в дальнейшем.

Цель - раскрытие и развитие творческой индивидуальности юного танцора средствами бального танца- реализуется через решение следующих **задач.**

Обучающие задачи:

-обучение истории бальных танцев;

- обучение умениям и навыкам танцевального мастерства;

-приобретение специальных знаний по бальным танцам, их преобразование и применение;

- формирование музыкально – ритмических навыков;

- формирование познавательных интересов в области бального танца и познавательных действий;

Развивающие задачи:

- раскрытие и развитие индивидуальных способностей и творческого потенциала;

-развитие способности к самовыражению в танце;

- развитие танцевальных способностей (музыкальности, координации движений, артистизм, эмоциональность и др.)

- развитие индивидуальности каждой танцевальной пары;

- развитие эмоционально-ценностного восприятия музыкальных произведений;

-развитие спортивных качеств: сила, воля, выносливость;

- развитие творческой активности в процессе исполнения бальных танцев.

Воспитательные задачи:

- воспитание исполнительской культуры;

- воспитание трудолюбия, собранности, дисциплины, ответственности и самостоятельности;

- воспитание стремления к саморазвитию;

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;

- воспитание чувства коллективизма и взаимопомощи, чувства ответственности и патриотизма.

Отличительными особенностями данной программы являются следующие:

Программа состоит из нескольких разделов. Один из разделов разбит на темы. Каждый тема изучается поэтапно. Освоение материала происходит по принципу от простого к сложному. Изученный материал повторяется на протяжении всех этапов обучения.

Возраст воспитанников в реализации данной дополнительной программы « Бальный танец», составляет от 6 до 7 лет.

Срок реализации программы – 2 года.

Обстановка, побуждающая к творчеству, создаётся на каждом занятии. Используются такие формы занятий, которые дают простор для фантазии. Успех способствует положительному эмоциональному отношению к занятиям бальными танцами. Основной формой занятий является практическое занятие, комбинированные занятия, которые включают теоретическую и практическую части, позволяют юным танцорам проявить свои творческие способности, возможности в непринуждённой ситуации успеха, созданной педагогом.

Занятия проводятся с группой детей 2 раза в неделю по 2 часа, что составляет 144 часа в год.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

Обучающиеся знают историю бальных танцев, обладают специальными знаниями по бальным танцам, умеют их преобразовывать и применять умения и навыки танцевального мастерства. У них сформированы музыкально – ритмические навыки, познавательные интересы в области бального танца и познавательные действия.

У обучающихся развиты индивидуальные способности и творческий потенциал, способности к самовыражению в танце, танцевальные способностей (музыкальность, координация движений, артистизм, эмоциональность и др.), спортивные качества (сила, воля, выносливость и др.). Обучающиеся обладают эмоционально-ценностным восприятием музыкальных произведений, исполнительской культурой, трудолюбием, собранностью, дисциплиной, ответственностью и самостоятельностью; стремлением к саморазвитию; потребностью в здоровом образе жизни, чувством коллективизма и взаимопомощи, чувством ответственности и патриотизма.

Каждая танцевальная пара имеет свою индивидуальность, проявляет творческую активность в процессе исполнения бальных танцев.

Способы проверки ожидаемых результатов могут варьироваться, исходя из уровня развития обучающихся и их возможностей (педагогическое наблюдение, кроссворды, участие в конкурсах и др.). Мониторинг уровня обученности и личностного развития обучающихся проводится по картам диагностики не менее 2-х раз в год.

Основной формой подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы « Бальные танцы» является участие обучающихся в конкурсных мероприятиях различного уровня.

Кроме того, для отслеживания результативности обучения по данной программе предполагается использование следующих форм оценки качества знаний, умений и навыков детей:

- определение на начальном этапе общего уровня развития ребёнка;
- выполнение творческих заданий.
- В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят в концертной деятельности, где они могут показать уровень своей обученности.

Эффективность реализации программы зависит от сохранности контингента на протяжении всех этапов обучения.

Образовательный процесс по дополнительной общеразвивающей программе строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями детей данной возрастной категории, что предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий, а также корректировку тем и разделов.

2. Учебно-тематический план для 1 года обучения

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Элементы бального танца:	**69**	**6**	**63**
2.1.	Медленный вальс	25	2	23
2.2.	Квик-степ	9	1	8
2.3.	Самба	9	1	8
2.4.	Ча-ча-ча	26	2	24
3	Работа над репертуаром	69	-	69
4	Итоговое занятие	4	-	4
	Итого:	144	7	137

Содержание

Вводное занятие.

Теория. Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. Знакомство с детьми. Знакомство с дополнительной общеразвивающей программой « Бальный танец». Правила костюма для начинающего танцора. Девочки: эластичный купальник (топ, или футболка), юбка. Мальчики: брюки, рубашка.

Требования к прическе, обуви для занятий бальными танцами. Комфортная не сковывающая движение обувь (чешки или специальная танцевальная обувь).

Правила поведения в коллективе. Правила поведения на танцевальном паркете. Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца , лицом к стене, спиной к стене). Танцевальные позиции в паре: основная закрытая позиция, основная открытая позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция)

Практика . Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений: первоначальный разогрев мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведение их в тонус и последующее укрепление(сила, эластичность и пластика).

Работа над построением бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца , лицом к стене, спиной к стене).

Работа над танцевальными позициями в паре: основная закрытая позиция, основная открытая позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция)

Элементы бального танца

Медленный вальс.

Теория: Понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм. Из истории вальса. Медленный вальс – размер 3/4. Основы музыкальных ритмов: счет 1,2,3. Правая перемена (вперед и назад). Правый поворот по четвертям. Левая перемена. Левый поворот. Закрытая перемена назад. Комбинация движений.

Практика: Разминка. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений: первоначальный разогрев мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведение их в тонус и последующее укрепление(сила, эластичность и пластика).

Медленный вальс. Работа над танцевальными движениями: Правая перемена (вперед и назад).Закрытая перемена. Левая перемена. Левый поворот по четвертям . С правой ноги 2 перемены вперед., правый поворот на четверть, 2 перемены назад, левый поворот на четверть. Комбинация движений. Работа в паре.

Квик-степ

Теория: Из истории квик – степа. Музыкальный размер:4/4 основы музыкальных ритмов: медленно , медленно; быстро, быстро, медленно. Техника движений в квик- степе : 4 шага (в ритме слоу)назад. Четвертной поворот. Типпл - шассе влево и вправо . 4 шага вперед, типпл- шассе влево и вправо с поворотом на 1/2; 4 шага назад, типпл -шассе влево и вправо без поворота.

Практика: Разминка. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Отработка движений квик – степа: 4 шага (в ритме слоу) назад. Четвертной поворот. Типпл -шассе влево и вправо . 4 шага вперед, типпл- шассе влево и вправо с поворотом на 1/2;4 шага назад, типпл - шассе влево и вправо без поворота. Маленький квадрат, Большой квадрат, четвертной поворот, типпл - шассе, комбинация движений.

Самба

Теория: Из истории самбы. Музыкальный размер: 2/4, основы музыкальных ритмов: медленно и медленно. Баунс на месте, в сторону. Основное движение с правой ноги вперед. Основное движение в сторону. Поступательное основное движение. Стационарный самба – ход, боковой самба- ход

Практика: Разминка. Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений. Работа над движениями самбы: основное движение с правой ноги вперед. Основное движение в сторону. Поступательное основное движение.

Ча-ча-ча

Теория: Из истории танца Ча-ча-ча. Музыкальный размер:4/4, основы музыкальных ритмов:1,2,3,4и; тайм- степ, рука к руке. Нью- йорк. Основное движение: основной шаг, основной шаг со сменой направления. Комбинация движений в паре.

Практика: Разминка. Комплекс общеразвивающих упражнений для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук, ног, приведения их в тонус и последующего укрепления.. Работа над движениями танца: тайм- степ. Основной шаг. Основной шаг со сменой направления. Раскрытие Нью-йорк. Тайм- степ, рука к руке.

Работа над репертуаром.

Практика. Разминка. Комплекс общеразвивающих упражнений для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук, ног, приведения их в тонус и последующегоукрепления.. Комбинации движений в танцах. Отработка движений в танцах.

4. Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие для родителей с показом изученных танцев. Показательные выступления. Награждение воспитанников. Подготовка к конкурсу бального танца.

Ожидаемые результаты

К концу 1-го года обучения воспитанники должны знать:

- виды танцев: медленный вальс, самба, ча-ча-ча, квик - степ и их отличие друг от друга;
- историю танцев: медленный вальс, самба, ча-ча-ча, квик – степ;

- правила поведения в коллективе;
- правила поведения на танцевальном паркете;
- общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале для 1-го года обучения;
- танцевальные позиции в паре для 1-го года обучения
- понятия: линии, круг, линии танца, диагонали, центр круга, квадрат
- музыкально – ритмические понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.
- комплекс общеразвивающих упражнений
- особенности движений в танцах

должны уметь.

- слушать и понимать команды, музыку; разнообразить набор привычных движений;
- применять правила поведения в коллективе;
- применять правила поведения на танцевальном паркете;
- ориентироваться и строиться в танцевальном зале;
- выполнять комплекс общеразвивающих упражнений
- исполнять танцевальные позиции в паре;
- использовать при исполнении танцев чувство ритма, память, внимание;
- применять навык исполнения простейших вариантов танцев;
- различать танцевальную музыку и определять, к какому танцу она принадлежит;
- выделять в предложенной танцевальной музыке музыкальную фразу, музыкальное продолжение, различать сильную и слабую долю такта.

3. Учебно-тематический план для 2 года обучения

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Элементы бального танца:	**69**	**6**	**63**
2.1.	Медленный вальс	25	2	23
2.2.	Квик-степ	9	1	8
2.3.	Самба	9	1	8
2.4.	Ча-ча-ча	26	2	24
3	Работа над репертуаром	69	-	69
4	Итоговое занятие	4	-	4
	Итого:	144	7	137

Содержание

1. Вводное занятие.

Теория. Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. Знакомство с планом 2 –го года обучения по дополнительной общеразвивающей программе « Бальный танец». Правила поведения в коллективе. Правила взаимоотношений танцоров в паре и между соперниками. Правила поведения на танцевальном паркете.

Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале(лицом по линии танца, спиной по линии танца , лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр)

Танцевальные позиции в паре(основная закрытая позиция, основная открытая позиция, за крытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижнения корпуса)

Практика. Разминка. Комплекс упражнений классической хореографии: формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi plié, grand plié, relevé, battement tendu , battement tendu jeté, grand battement, grand battement jeté, battement relevélents, позиции рук,ног, упражнения на растягивание и выворотность.

Работа над построением бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца , лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр). Работа над танцевальными позициями в паре: основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижнения корпуса.

Элементы бального танца

Медленный вальс

Теория: Основы музыкальных ритмов: счет 1,2,3. Техника исполнения: левая перемена и левый поворот по четвертям . Исходное положение лицом диагональ спиной: 9 партия партнера) с правой ноги вперед правый поворот на четверть, 2перемены вперед. Далее в обратную сторону с левой ноги назад (партия партнерши) правый поворот на четверть, 2 перемены назад, Поступательное шассе вправо. Перемена хэзитейшин. Наружная перемена. Комбинация движений.

Практика: Разминка. Комплекс упражнений классической хореографии: формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi plié, grand plié, relevé, battement tendu , battement tendu jeté, grand battement, grand battement jeté, battement relevélents, позиции рук, ног, упражнения на растягивание и выворотность.

Медленный вальс Работа над движениями: исходное положение лицом диагональ к стене. Закрытая перемена. Правая перемена и правый поворот по четвертям. Исходное положение спиной диагональ в центр. Левая перемена и левый поворот по четвертям. Исходное положение лицом диагональ спиной,(партия партнера) с правой ноги вперед правый поворот на четверть, 2 перемены вперед. Далее в обратную сторону с левой ноги назад (партия партнерши), правый поворот на четверть, 2 перемены назад, поступательное шассе вправо. Перемена хэзитейшин. Наружная перемена. Комбинация движений.

Квик-степ

Теория: Музыкальный размер:4/4.Основы музыкальных ритмов: медленно, медленно; быстро, быстро, медленно. Лок- степ вперед, четвертной поворот, типпл- шассе влево вправо без поворота. Лок- степ назад, типпл- шассе влево вправо без поворота. Лок- степ вперед, типпл -шассе влево вправо с поворотом на 1/2;локк- степ назад, типпл - шассе влево вправо без поворота. Работа в паре.

Практика: Разминка. Разминка. Комплекс упражнений классической хореографии: формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi plié, grand plié, relevé, battement tendu , battement tendu jeté, grand battement, grand battement jeté, battement relevélents, позиции рук,ног, упражнения на растягивание и выворотность.

Лок- степ вперед, четвертной поворот, типпл- шассе влево вправо без поворота. Лок- степ назад, типпл - шассе влево вправо без поворота. Лок- степ вперед, типпл- шассе влево вправо с поворотом на 1/2; локк- степ назад, типпл - шассе влево вправо без поворота. Маленький квадрат, Большой квадрат. Комбинация движений.

Самба

Теория: Музыкальный размер:2/4. Основы музыкальных ритмов: медленно,медленно. «Виск». Ботофого из променадной в обратную променадную позицию. Поступательное ботофого вперед. Поступательное ботофого назад.

Практика: Разминка. Комплекс упражнений классической хореографии: формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi plié, grand plié, relevé, battement tendu , battement tendu jeté, grand battement, grand battement jeté, battement relevélents, позиции рук,ног, упражнения на растягивание и выворотность. Виск. Ботофого.

Ча-ча-ча

Теория: Музыкальный размер:4/4 основы музыкальных ритмов: счет 1,2,3,4и. Техника движений: лок – степ вперед и лок – степ назад. 3 ча-ча- ча вправо и влево. 3 ча- ча- ча (Лок – степ) вперед и назад. Соло – спот – поворот, спот –поворот партнерши под рукой. Комбинация движений в паре.

Практика: Разминка. Комплекс упражнений классической хореографии: формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi plié, grand plié, relevé, battement tendu , battement tendu jeté, grand battement, grand battement jeté, battement relevélents, позиции рук,ног, упражнения на растягивание и выворотность. Работа над движениями: спот -поворот под рукой влево. Алемана поворот. Лок-степ вперед. Комбинация движений.

Работа над репертуаром.

Практика: Комплекс упражнений классической хореографии: формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi plié, grand plié, relevé, battement tendu , battement tendu jeté, grand battement, grand battement jeté, battement relevélents и др., позиции рук,ног, упражнения на растягивание и выворотность.

Отработка движений в танцах.

Итоговое занятие.

Практика: Открытое занятие для родителей с показом изученного и отработанного материала. Показательные выступления. Награждение обучающихся. Подготовка к конкурсу бального танца.

Ожидаемые результаты

К концу 2-го года обучающиеся должны знать:

правила ТБ и ОТ;

правила взаимоотношений танцоров в паре и между соперниками;

общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале в соответствии со 2 годом обучения;

танцевальные позиции в паре в соответствии со 2 годом обучения;

комплекс упражнений классической хореографии;

комбинации движений.

Должны уметь:

- выполнять правила ТБ и ОТ;
- выполнять правила взаимоотношений танцоров в паре и между соперниками;
- выполнять поведения в коллективе;
- применять правила поведения на танцевальном паркете;
- ориентироваться и строиться в танцевальном зале;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии;

- выполнять танцевальные позиции в паре ;
- исполнять танцы: медленный вальс, самба, ча-ча-ча, квик – степ;

4. Календарно-тематический план
Первое полугодие

№ урока	Тема занятий	Содержание занятий	Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	Инструктаж по технике безопасности	**1**	**1**	**-**
2	Элементы бального танца	Медленный вальс: закрытые перемены вперёд	**1**	**-**	**1**
3	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
4	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: тайм степ	**1**	**-**	**1**
5	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
6	Элементы бального танца	Медленный вальс: закрытые перемены назад	**1**	**0,5**	**0,5**
7	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
8	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: тайм степ вправо и влево	**1**	**0,5**	**0,5**
9	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
10	Элементы бального танца	Медленный вальс: закрытые перемены в парах	**1**	**-**	**1**
11	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
12	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: тайм степ в парах	**1**	**-**	**1**
13	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
14	Элементы бального танца	Медленный вальс: правый поворот	**1**	**-**	**1**
15	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
16	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: тайм степ вправо и влево в паре	**1**	**-**	**1**
17	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
18	Элементы бального танца	Медленный вальс: правый поворот в паре	**1**	**-**	**1**
19	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
20	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: основной шаг	**1**	**-**	**1**
21	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
22	Элементы бального танца	Медленный вальс: левый поворот	**1**	**0,5**	**0,5**

23	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
24	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: основной шаг в паре	**1**	**0,5**	**0,5**
25	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
26	Элементы бального танца	Медленный вальс: левый поворот в паре	**1**	**-**	**1**
27	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
28	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
29	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
30	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
31	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
32	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
33	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
34	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений в паре	**1**	**0,5**	**0,5**
35	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
36	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: основной шаг со сменой направления	**1**	**-**	**1**
37	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
38	Элементы бального танца	Медленный вальс: поступательное шассе вправо	**1**	**-**	**1**
39	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
40	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: основной шаг со сменой направления в паре	**1**	**0,5**	**0,5**
41	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
42	Элементы бального танца	Медленный вальс: поступательное шассе вправо в паре	**1**	**-**	**1**
43	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
44	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: раскрытие Нью-йорк	**1**	**-**	**1**
45	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
46	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
47	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
48	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: раскрытие Нью-йорк в паре	**1**	**-**	**1**

49	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
50	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
51	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
52	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
53	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
54	Элементы бального танца	Медленный вальс: перемена хэзитейшин	**1**	**0,5**	**0,5**
55	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
56	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений в паре	**1**	**0,5**	**0,5**
57	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
58	Элементы бального танца	Медленный вальс: перемена хэзитейшин в паре	**1**	**-**	**1**
59	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
60	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: рука к руке	**1**	**-**	**1**
61	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
62	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
63	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
64	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: рука к руке в паре	**1**	**-**	**1**
65	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
66	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
67	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
68	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
69	Открытый урок	Показательные выступления	**1**	**-**	**1**
70	Открытый урок	Показательные выступления	**1**	**-**	**1**

Второе полугодие

№ урока	Тема занятий	Содержание занятий	Всего	Теория	Практика
71	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
72	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
73	Элементы бального танца	Самба: основное движение	**1**	**-**	**1**

74	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
75	Элементы бального танца	Квик-степ: маленький квадрат	**1**	**-**	**1**
76	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
77	Элементы бального танца	Медленный вальс: лок стэп вперёд	**1**	**-**	**1**
78	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
79	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: алемана поворот	**1**	**-**	**1**
80	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
81	Элементы бального танца	Самба: основное движение в сторону	**1**	**-**	**1**
82	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
83	Элементы бального танца	Квик-степ: большой квадрат	**1**	**-**	**1**
84	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
85	Элементы бального танца	Медленный вальс: лок степ назад	**1**	**-**	**1**
86	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
87	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: поворот под рукой влево	**1**	**-**	**1**
88	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
89	Элементы бального танца	Самба: основное движение в паре	**1**	**0,5**	**0,5**
90	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
91	Элементы бального танца	Квик-степ: квадраты в паре	**1**	**-**	**1**
92	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
93	Элементы бального танца	Медленный вальс: лок степ в паре	**1**	**-**	**1**
94	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
95	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: повороты в паре	**1**	**-**	**1**
96	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
97	Элементы бального танца	Самба: поступательное основное движение	**1**	**-**	**1**
98	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
99	Элементы бального танца	Квик-степ: четвертной поворот	**1**	**0,5**	**0,5**

100	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
101	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
102	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
103	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
104	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
105	Элементы бального танца	Самба: поступательное основное движение в паре	**1**	**-**	**1**
106	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
107	Элементы бального танца	Квик-степ: четвертной поворот в паре	**1**	**-**	**1**
108	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
109	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
110	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
111	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
112	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
113	Элементы бального танца	Самба: виск	**1**	**0,5**	**0,5**
114	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
115	Элементы бального танца	Квик-степ: типпл шассе	**1**	**-**	**1**
116	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
117	Элементы бального танца	Медленный вальс: наружная перемена	**1**	**-**	**1**
118	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
119	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: лок степ вперёд	**1**	**-**	**1**
120	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
121	Элементы бального танца	Самба: виск в паре	**1**	**-**	**1**
122	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
123	Элементы бального танца	Квик-степ: типпл шассе в паре	**1**	**0,5**	**0,5**
124	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
125	Элементы бального танца	Медленный вальс: наружная перемена в паре	**1**	**-**	**1**

126	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
127	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: локстеп назад	**1**	**-**	**1**
128	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
129	Элементы бального танца	Самба: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
130	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
131	Элементы бального танца	Квик-степ: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
132	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
133	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
134	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
135	Элементы бального танца	Ча-ча-ча: комбинация движений	**1**	**-**	**1**
136	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
137	Элементы бального танца	Самба: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
138	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
139	Элементы бального танца	Квик-степ: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
140	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
141	Элементы бального танца	Медленный вальс: комбинация движений в паре	**1**	**-**	**1**
142	Работа над репертуаром	Отработка изученных элементов	**1**	**-**	**1**
143	Открытый урок	Показательные выступления	**1**	**-**	**1**
144	Открытый урок	Показательные выступления	**1**	**-**	**1**

5. Методическое обеспечение

Для сознательного и прочного усвоения детьми материала, развития творческой активности, для развития эмоционального восприятия используются следующие формы занятий, планируемые по теме:

теоретические занятия;

практические занятия;

комбинированные занятия;

концерт;

показательные выступления и др.

Программа предполагает проведение занятий с применением дифференцированного подхода с учетом уровня развития обучающихся. Значительное место отводится заданиям, развивающим художественно - творческие способности детей, воображение, инициативу, самостоятельность. Основной формой образовательного процесса являются групповые занятия. Структура занятий включает в себя три подготовительную, основную, заключительную.

Подготовительная часть занятия.

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются общеразвивающие упражнения : строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; комплекс упражнений классической хореографии. Все упражнения исполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия.

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирования правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д. Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы бального танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности.

На данную часть занятия отводится примерно 75-78% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учётом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия.

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками, знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности.

В заключительной части проводится краткий анализ достигнутых на занятии успехов, результатов в выполнении движений, что создает у обучающихся чувство удовлетворения и

вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по педагога дополнительного образования по поводу недостаточно освоенных движений помогает обучающимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Усвоение материала осуществляется с учетом возрастных и психофизиологических особенностей детей.

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с программой, исходя из того, освоил ли обучающийся за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка обучающимися танцевальных движений позволяет педагогу дополнительного образования оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым обучающимся, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

Для реализации программы в работе с воспитанниками применяются следующие методы и приемы:

1. Метод дифференцированного подхода. Процесс обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Бальный танец» строится на принципе внутригрупповой дифференциации. Главным достоинством дифференцированного подхода в процессе обучения является возможность адаптировать содержание, методы, формы и темп обучения к индивидуальным особенностям каждого ребёнка, следит за его продвижением.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкально – ритмической грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, используется терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия (педагогический показ)способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Для достижения цели, задач и содержания данной программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

•принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику; •принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;

•принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

•принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;

•принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;

•принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов танца;

• принцип от медленного к быстрому исполнению;

•принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа; •принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;

• принцип «осмысли и выполни»;

• принцип «от эмоций к логике»;

• принцип «от логики к ощущению»;

•принцип доступности и посильности;
•принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания.

6. Учебно – методический комплекс

- Учебники и методические пособия по европейским танцам;
- Учебники и методические пособия по латиноамериканским танцам;
- Конспекты открытых занятий;
- Конспекты Мастер – классов;
- Учебная видеоинформация;
- Информация по соревнованиям, фестивалям, конкурсам, концертам, показательным выступлениям.

Техническое обеспечение занятий.

Важным условием выполнения программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

• наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
• качественное освещение в дневное и вечернее время;
• музыкальная аппаратура, аудиозаписи;

Особое значение имеет специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером – коврик);

Формы подведения итогов по теме: выполнение творческих заданий, педагогическое наблюдение, опрос, игровые конкурсы, собеседование, открытые занятия.

Репертуар:

1. Медленный вальс
2. Квик-степ
3. Самба
4. Ча-ча-ча

7. Литература

Для педагога:

1. Ален Д. М. «Бальный танец». - М.: 2000.
2. Баглай Е.В. «Этническая хореография народов мира». .-М.: АСТ, 2002.
3. Боголюбская М. С. «Учебно-воспитательная работа в детских хореографических коллективах», М.: « Просвещение»,1999
4. Гай Говард « Техника европейских танцев».- Англия
5. Лэрд Уолтер « Техника латиноамериканских танцев». - Англия
6. Мур Алекс. « Европейские танцы».- Англия
7. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. Имперское общество учителей танцев.- Англия
8. Программа для образовательных учреждений. Ритмика и бальные танцы. Для начальной и средней школы. М.: «Просвещение», 2013
9. «Примерная программа внеурочной деятельности учащихся».- М.: «Просвещение», 2011г.
10. Прибылов И.Г. «Методические рекомендации и программа по классическому танцу для хореографических коллективов».- М.: 2003г.
11. . Типовой тренаж при обучении бальным танцам.- М.: 1998

Для обучающихся:

1.Васильков А.А. Акробатика. – М.: 2006.

2.Лапухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. «Основы характерного танца». М.: 2000

Электронные образовательные ресурсы:

1. www.stsr.ru – сайт союза танцевального спорта России. Документы, видеоматериалы для работы с бальной хореографией.
2. www.horeograf.com – сайт с методическими разработками по хореографии, а также музыкальными разработками.
3. www.terpsihora.net – сайт с теоретическими уроками по хореографии.
4. www.secret-terpsihor.com – сайт с музыкальными материалами для постановки хореографических номеров.
5. www.dancing-queen.ru – сайт «Азбука бальной хореографии».
6. www.pandia.ru – сайт научная школа «Эстетическое воспитание подрастающего поколения в процессе непрерывного образования в области современной бальной хореографии»