

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

Принята на заседании
педагогического совета
МАУДО ДТД и М
«4» июня 2020 г.
Протокол № 3



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Спортивные балльные танцы». Одаренные дети

Возраст учащихся: 8-12 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Порохнявая Р.И.,
педагог дополнительного образования

Калининград 2020 г.

Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности составлена в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Федеральным законом от 10.04.2000 г. №51-ФЗ «Об утверждении федеральной программы развития образования»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Уставом МАУДО ДТД и М.

Одним из видов деятельности, где одаренность ребенка видно не вооруженным глазом, является спортивный бальный танец. Используя метод наблюдения, я могу увидеть и распознавать способности ребенка к данному виду творческой деятельности. Так же существуют критерии, по которым проходит выявление одаренных детей. Например: наличие музыкального слуха, гибкость корпуса, эластичность стопы, танцевальный шаг, артистичность, работоспособность, выносливость как физическая, так и психологическая, а также огромное желание детей продолжить обучение, закончив основную четырёхлетнюю программу по спортивному бальному танцу во Дворце творчества детей и молодёжи или в других учебных учреждениях.

Спортивный бальный танец обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия спортивными бальными танцами дают организму физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые движения, прошедшие длительный отбор, безусловно, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Программа «Одарённые дети» – этап совершенствования танцевальных навыков, знаний и умений с усложнённой координацией движений, массой технических нюансов в исполнении фигур в латиноамериканской и европейской программах бальных танцев, изучение и освоение новых фрагментов, этюдов и танцев, не входящих в обязательную программу исполнения бальных танцев, пластическая импровизация.

Программа направлена на создание условий для получения детьми и подростками качественного дополнительного образования, совершенствование качества дополнительного образования, обновление содержания и педагогических технологий в условиях реализации Федерального проекта «Успех каждого ребенка».

Цель и задачи программы.

Целью программы является подготовка обучающихся к участию в городских и областных турнирах, фестивалях, смотрах-конкурсах по спортивному бальному танцу.

Задачи:

Обучающие: техническая подготовка, построенная на освоении и понимании танцевальных элементов, разминочных и тренировочных упражнений, основных танцевальных движений; формирование умения исполнения танцев европейской и латиноамериканской программ;

Развивающие: развитие способности проникать в эмоциональное содержание танца; развитие способности самостоятельно планировать свою работу и действовать в соответствии с планом. Воспитательные: воспитание нравственно-волевых качеств (настойчивость, выдержка, творческая

индивидуальность); воспитание потребности полностью использовать личные ресурсы (моральные и физические).

Здоровьесберегающие: формирование правильной осанки; укрепление вестибулярного аппарата; формирование стремления к здоровому образу жизни.

Социализирующие: формирование качеств личности, направленных на быструю адаптацию в социуме; формирование нравственных установок на саморазвитие и самоопределение личности.

Срок реализации программы: 1 год

Программа рассчитана на 216 часов (6 академических часов в неделю) - 3 раза по 2 часа. Программа рассчитана на детей 8-12 лет.

Формы подведения итогов реализации программы:

- Открытые занятия;
- Концерты для родителей внутри коллектива;
- Участие в мероприятиях и праздниках ДТД и М;
- 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.

Требования к знаниям и умениям обучающихся:

1. Умение исполнять программные движения и вариации «D» класса в паре:

- Медленный вальс (закрытый и открытый импетус поворот, плетение в ритме вальса и из променадной позиции.)
- Венский вальс (левый поворот)
- Квикстеп (закрытый и открытый импетус, двойной обратный поворот, плетение из променадной позиции.)
- Танго (открытый левый поворот, рок поворот).
- Самба (кортеджака, локстеп, променадный бег, закрытые рокки)
- Ча ча ча (кубинские брейки, следуй за лидером, «сладкое сердце»)
- Джайв (муч, раскручивание с руки, катапульта, майами спешл.).
- Румба (кукарача, три алемана, леска спининга.)

2. Умение понимать характер исполняемых танцев и передать его в движении.

3. Иметь развитую волю, чувство парного сотворчества, уметь трудиться самостоятельно, быть коммуникабельным, психологически устойчивым.

Учебный план

| № п/п | Разделы программы | Теория | Практика | Всего часов |
|-------|--|--------|----------|-------------|
| 1 | Введение в программу «Одарённые дети» | 4 | | 4 |
| 2 | Европейская программа танцев «D» класс. | 2 | 78 | 80 |
| 3 | Латиноамериканская программа танцев «D» класс. | 2 | 92 | 94 |
| 4 | Постановочная работа. | 2 | 28 | 30 |
| 5 | Концертная деятельность | | 4 | 4 |
| 6 | Аттестация по окончании периода обучения | | 4 | 4 |
| | Итого | 16 | 200 | 216 |

Учебно-тематический план

| № занятия | Наименование раздела, темы | Теория | Практика | Всего |
|-----------|--|--------|----------|-------|
| | Введение в программу «Одарённые дети». | | | |
| 1 | Техника безопасности в танцевальном зале и во Дворце Творчества; | 2 | | 2 |
| 2 | Цели и задачи, форма и структура занятий, внешний вид. | 2 | | 2 |
| | Европейская программа танцев D класс. | | | |
| | Медленный вальс: | | | |
| 3 | Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро) | | 2 | 2 |
| 4 | Подъёмы и опускания. | | 2 | 2 |
| 5 | Техника исполнения каблучного поворота. | | 2 | 2 |
| 6 | Изучение фигуры закрытый импетус-поворот. | | 2 | 2 |
| 7 | Променадная позиция в паре. | | 2 | 2 |
| 8 | Изучение фигуры открытый импетус-поворот. | | 2 | 2 |
| 9 | Техника исполнения фигур. | | 2 | 2 |
| 10 | Тренировочная вариация. | | 2 | 2 |
| 11 | Изучение фигуры плетение в ритме вальса. | | 2 | 2 |
| 12 | Изучение фигуры плетение из променадной позиции. | | 2 | 2 |
| 13 | Техника исполнения фигуры. | | 2 | 2 |
| 14 | Тренировочная вариация | | 2 | 2 |
| 15 | Вариация на основе изученных фигур | | 2 | 2 |
| 16 | Техника исполнения вариации. | | 2 | 2 |
| | Квикстеп: | | | |
| 17 | Музыкально-образный характер танца. | | 2 | 2 |
| 18 | Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро) | | 2 | 2 |
| 19 | Техника исполнения шагов вперёд и назад, каблучного. | | 2 | 2 |
| 20 | Изучение фигур закрытый и открытый импетус поворот. | | 2 | 2 |
| 21 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 22 | Изучение фигуры двойной обратный поворот. | | 2 | 2 |
| 23 | Техника исполнения | | 2 | 2 |
| 24 | Изучение фигуры плетение из променадной позиции. | | 2 | 2 |
| 25 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 26 | Построение вариации. | | 2 | 2 |
| 27 | Техника исполнения вариации. | | 2 | 2 |
| | Танго. | | | |
| 28 | История возникновения танца Танго. | 2 | | 2 |
| 29 | Музыкально-образный характер танца. | | 2 | 2 |
| 30 | Постановка корпуса, рук и ног. Позиция в паре. | | 2 | 2 |
| 31 | Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро) | | 2 | 2 |
| 32 | Техника исполнения шагов вперёд, назад и в сторону. | | 2 | 2 |
| 33 | Изучение фигуры открытый левый поворот. | | 2 | 2 |
| 34 | Техника исполнения фигуры. | | 2 | 2 |
| 35 | Изучение фигуры рок поворот. | | 2 | 2 |
| 36 | Техника исполнения фигуры. | | 2 | 2 |
| 37 | Изучение вариации. | | 2 | 2 |
| 38 | Техника исполнения вариации. | | 2 | 2 |
| | Венский вальс. | | | |
| 39 | Музыкально-образный характер танца, | | 2 | 2 |
| 40 | Изучение фигуры левый поворот. | | 2 | 2 |
| 41 | Техника исполнения фигуры. | | 2 | 2 |
| 42 | Техника исполнения танца. | | 2 | 2 |
| | Латиноамериканская программа D класс. | | | |
| | Самба. | | | |
| 43 | История возникновения и музыкально-образный характер | 2 | | 2 |

| | | | | |
|----|---|---|---|---|
| | танца Самба. | | | |
| 44 | Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро) | | 2 | 2 |
| 45 | Работа тела. | | 2 | 2 |
| 46 | Изучение фигуры кортеджака. | | 2 | 2 |
| 47 | Изучение фигуры самбалок. | | 2 | 2 |
| 48 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 49 | Изучение фигуры променадный бег. | | 2 | 2 |
| 50 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 51 | Изучение фигуры закрытые рокки. | | 2 | 2 |
| 52 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 53 | Постановка Вариации. | | 2 | 2 |
| 54 | Техника исполнения вариации. | | 2 | 2 |
| | Ча ча ча: | | | |
| 55 | Музыкально-образный характер танца. | | 2 | 2 |
| 56 | Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро) | | 2 | 2 |
| 57 | Работа колен в танце. | | 2 | 2 |
| 58 | Работа тела. Ротация. | | 2 | 2 |
| 59 | Изучение фигуры кубинские брейки. | | 2 | 2 |
| 60 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 61 | Изучение фигуры следуй за лидером. | | 2 | 2 |
| 62 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 63 | Изучение фигуры «сладкое сердце». | | 2 | 2 |
| 64 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 65 | Постановка вариации. | | 2 | 2 |
| 66 | Постановка вариации. | | 2 | 2 |
| 67 | Техника исполнения вариации. | | 2 | 2 |
| 68 | Взаимодействие в паре. | | 2 | 2 |
| | Джайв: | | | |
| 69 | Музыкально-образный характер. | | 2 | 2 |
| 70 | Работа стопы (носок, каблук, подушечка, ребро) | | 2 | 2 |
| 71 | Работа колен в танце. | | 2 | 2 |
| 72 | Понятие Свинг. | | 2 | 2 |
| 73 | Изучение фигуры муч. | | 2 | 2 |
| 74 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 75 | Изучение фигуры раскручивание с руки. | | 2 | 2 |
| 76 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 77 | Изучение фигуры катапульта и майами спешл. | | 2 | 2 |
| 78 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 79 | Изучение вариации на основе изученного. | | 2 | 2 |
| 80 | Техника исполнения вариации. | | 2 | 2 |
| | Румба: | | | |
| 81 | Музыкально-образный характер танца. | | 2 | 2 |
| 82 | Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Работа тела. | | 2 | 2 |
| 83 | Изучение фигуры кукарача, три алемана. | | 2 | 2 |
| 84 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 85 | Изучение фигуры леска спининга. | | 2 | 2 |
| 86 | Техника исполнения. | | 2 | 2 |
| 87 | Изучение вариации. | | 2 | 2 |
| 88 | Техника исполнения вариации. | | 2 | 2 |
| 89 | Взаимодействие в паре. | | 2 | 2 |
| | Постановочная работа. | | | |
| 90 | Особенности работы в концертных номерах | 2 | | 2 |
| 91 | Постановка композиции на основе латиноамериканской программы. | | 2 | 2 |

| | | | | |
|-----|--|----|-----|-----|
| 92 | Постановка композиции на основе латиноамериканской программы. | | 2 | 2 |
| 93 | Постановка композиции на основе латиноамериканской программы. | | 2 | 2 |
| 94 | Отработка композиции. | | 2 | 2 |
| 95 | Отработка композиции. | | 2 | 2 |
| 96 | Отработка композиции. | | 2 | 2 |
| 97 | Отработка композиции. | | 2 | 2 |
| 98 | Постановка концертного номера на основе европейской программы. | | 2 | 2 |
| 99 | Постановка концертного номера на основе европейской программы. | | 2 | 2 |
| 100 | Постановка концертного номера на основе европейской программы. | | 2 | 2 |
| 101 | Отработка композиции. | | 2 | 2 |
| 102 | Отработка композиции. | | 2 | 2 |
| 103 | Отработка композиции. | | 2 | 2 |
| 104 | Отработка композиции. | | 2 | 2 |
| | Концертная деятельность: | | | |
| 105 | Участие в областных, городских фестивалях. | | 2 | 2 |
| 106 | Участие в турнирах. | | 2 | 2 |
| | Аттестация по окончании периода обучения. | | | |
| 107 | Исполнение европейской программы. | | 2 | 2 |
| 108 | Исполнение латиноамериканской программы. | | 2 | 2 |
| | Итого | 16 | 200 | 216 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Введение в образовательную программу.

Теория. Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы 4-го года обучения, занятий, инструктаж по технике безопасности.

2. Европейская программа танцев.

Теория. История возникновения танца Танго. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Венский вальс — 3/4, Квикстеп — 4/4, Танго — 2/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Променадная позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро) при шаге вперед, в сторону, назад. Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение фигур «D» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс (закрытый и открытый импульс поворот, плетение в ритме вальса и из променадной позиции)

Венский вальс (левый поворот), Квикстеп (закрытый и открытый импульс поворот, двойной обратный поворот, плетение из променадной позиции), Танго (ход, закрытый и открытый променад, основной левый поворот, фор степ, наружный свивл). Техника исполнения изученных фигур. Освоение вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

3. Латиноамериканская программа танцев.

Теория. История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Самба, Ча-ча-ча, Джайв и Румба. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер.

Практика. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «D» класса по отдельности и в паре танцев: Самба (левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, коса), Ча ча ча (правый волчок, три ча-ча-ча, турецкое полотенце), Джайв (болл чейндж, хлыст, фоллзвей с откидыванием), Румба (турецкое полотенце, волчок) Освоение базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

4. Постановочная работа.

Практика. Практическое освоение основных комбинаций спортивно- бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев.

5. Концертная деятельность. Выступление на областных, городских мероприятиях, а также мероприятиях Дворца Творчества.

6. Аттестация по окончании периода обучения. Конкурс по спортивному бальному танцу. Открытое занятие.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

1. Материально-техническое обеспечение.

- Танцевальный зал площадью 100 квадратных метров, оснащённый хореографическим станком, зеркалами.

- Музыкальный центр.
- Концертные костюмы.

2. Формы аттестации.

- Фестиваль.
- Турнир по массовому танцевальному спорту.
- Отчётный концерт.

Кадровое обеспечение.

Образовательную деятельность по программе осуществляет педагог дополнительного образования, соответствующий требованиям ст. 46 Закона об образовании в Российской Федерации и профессиональному стандарту.

Методическое обеспечение программы.

Методы и приемы обучения, используемые в работе с детьми, можно разделить на **наглядные, словесные и практические.**

Кроме того, в методическом арсенале педагога есть и методы с ярко выраженной психолого-педагогической доминантой, а так же более локальные, частные и специфические приёмы, в которых преобладает составляющая бального танца.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога,
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем,
- подражание образам окружающей действительности,
- наглядно-слуховой приём,
- демонстрация эмоционально-мимических навыков,
- использование видео-семинаров и ресурсы интернета.

Словесный метод состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ,
- объяснение,
- инструкция, лекция, беседа, анализ и обсуждение,
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца,
- приём раскладки танцевального движения,
- приём закрепления целостного танцевального движения.

Практический метод обогащен комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём,
- соревновательность и переплясность,
- использование ассоциаций-образов,
- комплексный приём обучения,
- фиксация отдельных этапов движения,
- сравнение и контрастное чередование движений,
- приём пространственной ориентации,

- развитие основных пластических линий,
 - музыкальное сопровождение танца с использованием аудиоаппаратуры как методический прием,
 - танцевальная импровизация.
- Эффективен и **психологический метод**:
- приём педагогического наблюдения,
 - приём индивидуального подхода к каждому ребёнку,
 - педагогическая оценка исполнения ребёнком танцевальных упражнений.

В программе учитывается возможность перехода на дистанционную форму обучения по независящим от сторон обстоятельствам.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется таблица 1.
Таблица 1 - Оценка результативности обучения по программе

| Этап обучения | Низкий | Средний | Высокий |
|---------------|--|---|---|
| I полугодие | Умение исполнять программные движения и вариации «D» класса европейской программы | Правильное исполнение программных движений и вариаций «D» класса европейской программы | Понимать характер исполняемых танцев и передать его в движении. Технически грамотное исполнение программных движений и вариаций «D» класса европейской программы |
| II полугодие | Умение исполнять программные движения и вариации «D» класса латиноамериканской программы | Правильное исполнение программных движений и вариаций «D» класса латиноамериканской программы | Понимать характер исполняемых танцев и передать его в движении. Технически грамотное исполнение программных движений и вариаций «D» класса латиноамериканской программы |

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК на 2020-2021 учебный год

| Периоды | Аудиторный период | | |
|---------------|--------------------------|----------------|-----------------|
| | 1-е полугодие | Каникулы | 2-е полугодие |
| Кол-во недель | 14*/16 | 1 | 19 |
| Даты периодов | 15.09*/1.09 – 31.12.2020 | 1.01-7.01.2021 | 8.01-31.05.2021 |

* - первый год обучения

Список литературы:

1. Громова Е.Н., Детские танцы, С-Пб., 2010г.,
2. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым. М., 2010.
3. Официальное издание Российского Танцевального Союза – «Профессионал.International» (2011–2017)
4. Официальное издание Федерации танцевального спорта Санкт-Петербурга – «Танцевальный вестник» (2011 – 2017)
5. Говард Г. Техника европейских танцев, М., 2013г.

6. Книги по спортивным бальным танцам в электронном виде (А. Мур, У. Лайред и др.) – ресурсы Интернета.