

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4
с углубленным изучением отдельных предметов»
(МАОУ «СОШ №4»)
«Открытый предмет «Балет» в рамках 4 №-а школы
муниципальной администрации района учреждения
«4 №-а ШШ» МАБУ



Утверждено
Директор МАОУ «СОШ №4»
С. В. Сергеева
Принят № 1/19
от 21.12.2019 г.

Дополнительная общеразвивающая программа

«Школа балетного танца»

Основы балетного танца.

объединение «Стимул»

Направленность:

Художественная

Для учащихся 14 – 18 лет

2 года обучения

Составители:

Саковец Татьяна Алексеевна

педагог дополнительного
образования

Сыктывкар

2019

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4
с углубленным изучением отдельных предметов»
(МАОУ «СОШ №4»)
«Откымын предмет пыдисянь велөдан 4 №-а шөр школа»
муниципальной асьюралана велөдан учреждение.
«4 №-а ШШ» МАВУ

Утверждаю:
Директор МАОУ «СОШ №4»
С.В. Терюкова
Приказ № 139/3
от 31 августа 2019 г.

Дополнительная общеразвивающая программа

**«Школа бального танца»
Объединение «Стимул»**

Направленность:

Художественная

Для учащихся 14 – 18 лет

2 года обучения

Разработчик:

Саковец Татьяна Алексеевна, педагог
дополнительного образования

Сыктывкар
2019

I. Комплекс основных характеристик

1.1. Пояснительная записка

В целях реализации Распоряжения Правительства РФ от 24 апреля 2015 г. № 729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей» (п.12,17,21); в соответствии с Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ) разработана дополнительная общеобразовательная - дополнительная общеразвивающая программа «Школа бального танца» (далее Программа), имеющая художественную направленность. Данная программа направлена на художественное воспитание ребенка, обогащение его духовного мира, на развитие творческого потенциала личности, устойчивого интереса к танцевальному искусству, активному здоровому образу жизни.

Актуальность: занятия бальными танцами способствуют более глубокому эмоционально-осознанному восприятию себя в танце. Танец играет немаловажную роль в эстетическом и физическом воспитании детей. Это связано с многогранностью программы, которая сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивного, этического и художественно-эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены. Плавные, ритмичные и энергичные движения под красивую и зажигательную музыку доставляют эстетическое наслаждение детям, которые в силу своих возрастных наклонностей особенно стремятся к движениям, к ритмике. По программе «Школа бального танца» дети осваивают основы ритмопластики, бальной хореографии и джаз-модерн танца. Изучают основные фигуры и позиции, технические приемы движения бальных танцев, разучивают небольшие танцевальные композиции с элементами джаз-модерн танца. Вместе с этим развивают физические, музыкальные и артистические способности, укрепляют здоровье и тренируют многие психические процессы.

Дети учатся танцевать в паре и соло, пробуют себя в массовых мероприятиях. Направления в хореографии, используемые в практической части Программы, избраны с учетом специфики деятельности танцевально-спортивного клуба «Стимул», - это элементы спортивного бального танца и современного направления в хореографии (модерн, джаз, блюз, хип – хоп дэнс и т. д.). Данная стратегия способствует развитию танцевального мастерства в коллективе.

Данная программа разработана на основе типовых программ по хореографии, бальному танцу и джаз-модерн танца: Бахто С.Е., Боголюбская М.С., Уральская В.И., Бархатов З.А., Елинек Ю.Е., Шмидт Л.Н. *Бальный танец // Художественные кружки: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.* – М.: «Просвещение», 1981. Боголюбская М.С. Консультанты: Воронина И., Монаякина О., Лихачева Л. *Хореографический кружок // Художественные кружки: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.* – М.: «Просвещение», 1981 и учебно-методических рекомендаций по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике и ритмопластике и бальным танцам, Шутиков Ю.Н. // учебно-методическое пособие. – С.Пб.: ООО «Синус Пи», 2006. Анализ типовых программ, взятых за основу данной программы, позволил определить **особенности** данной программы: курс обучения сокращен до 2 лет; увеличено количество часов на изучение теоретического и практического материала; определены ведущие методики отечественного и массового бального танца; разработана система педагогического контроля; содержание программы ориентировано на детей, обладающих разными природными задатками к танцевальной деятельности.

Характеристика Программы

- По степени авторства: *модифицированная*
- По уровню сложности содержания: *стартовый*,
- По форме содержания и организации образовательного процесса: *традиционная*.

Адресат Программы. Программа ориентирована на работу с детьми 7-10 лет, независимо от наличия у них специальных физических данных. Она будет интересна ребятам

младшего школьного возраста, которые любят танцевать и развивать художественно-эстетический вкус. Набор в группу осуществляется на основе письменного заявления родителей (законных представителей) через сайт komi.pfdo.ru (ПФДО Коми).

Объем и сроки освоения Программы:

Год обучения	Продолжительность годов обучения в часах	Режим занятий	
		Количество часов в неделю	Количество занятий в неделю
1 год	144	4	2
2 год	144	4	2
Итого:	288		

Режим занятий

Расписание составляется в соответствии с требованиями СанПиН (Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей 2.4.4.3172-14, утвержденных Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.14г.;) Продолжительность занятия - 2 академических часа с 10 минутным перерывом. Занятия проходят специально оборудованном учебном кабинете.

1.2. Цель и задачи

Цель - воспитание эстетической и хореографической культуры через средства бальной хореографии.

Задачи:

обучающие

- получить представления об элементах музыкальной грамотности и музыкально-ритмического материала;
- формировать устойчивый интерес к танцевальному искусству и приобщение детей к миру прекрасного;
- приобретать начальные навыки в искусстве бального танца;

развивающие

- развить основные музыкальные способности: музыкального слуха, ритма;
- развить познавательный интерес к ритмопластике, бальному танцу, джаз-модерн танцу.
- развить индивидуальные творческие способности учащихся;
- развить двигательные качества и умения;
- формировать и развивать навыки самостоятельно ставить цель, планировать, осуществлять свою деятельность, оценивать её результаты;
- развить коммуникативные умения: умение взаимодействовать в коллективе; высказывать и обосновывать свою точку зрения, сопоставлять ее с мнением других; задавать вопросы.

воспитательные

- воспитать нравственно-коммуникативные качества личности;
- воспитать навыки трудолюбия, бережливости, уверенности в своих силах и возможностях (ситуация успеха), терпения и общения в коллективе;
- формировать дружеские отношения в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке;

- формировать ценностное отношение к собственному здоровью;
- приобретать опыт участия в мероприятиях объединения, школы, города;
- приобретать знаний о правах и обязанностях гражданина России через соблюдение правил, норм поведения;
- воспитать ценностное отношение к русской культуре.

Условия реализации программы

Учебно-методическое обеспечение:

- пакет нормативно-правовых документов;
- наличие утвержденной программы;
- методические разработки по отечественному и массовому танцу, по латиноамериканской и европейской программам спортивных бальных танцах;
- методические разработки по сценическому танцу и актерскому мастерству;
- методические разработки по классическому и народному танцу;
- видеоматериал с выступлениями профессиональных танцоров и чемпионов;
- специальная литература и видео материал.

Материально-техническое обеспечение:

- оборудованный танцевальный класс.
- стационарная аппаратура: СД магнитофон с USB.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Раздел, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	-опрос;
1.1	Введение в предмет «Основы бального танца». Инструктаж по технике безопасности	2	2		-тренинг
2.	Пластическая гимнастика	16	6	10	-опрос;
2.1.	Ритмопластика	4	1	3	-упражнения;
2.2.	Гимнастические и силовые упражнения	4	1	3	-тренинг;
2.3.	Упражнения на развитие внимания, реакции и координации движений.	4	2	2	-выступления.
2.4.	Упражнения на развитие чувства ритма и пластики тела.	4	2	2	
3	Элементы музыкальной грамотности	18	8	10	-тест;
3.1.	Жанры танцевальной музыки	3	1	2	-оценивание педагогом и участниками коллектива;
3.2.	Характер и особенности танцевальной музыки.	4	2	2	
3.3.	Темп. Такт и ритм. Начало и конец музыкального отрывка.	3	1	2	
3.4.	Сильные и слабые доли.	4	2	2	
3.5.	Слушание и разбор музыкальных отрывков	4	2	2	
4	Основы джаз - модерн танца.	20	6	14	-опрос;
4.1.	Положение и направления частей тела	3	1	2	-упражнения;
4.2.	Позиции ног. Положение и движение ног	3	1	2	-тренинг;
4.3.	Позиции рук. Движения рук.	4	1	3	-выступления.
4.4.	Различные виды танцевальных шагов	4	1	3	

4.5.	Различные виды бега.	3	1	2	
4.6.	Подскоки. Прыжки.	3	1	2	
5	Основы бального танца	26	8	18	-опрос; -упражнения; -тренинг; -выступления.
5.1.	Знакомство с танцами народов России. Отечественный бальный танец.	2	2	-	
5.2.	Разучивание основ европейской и латиноамериканской программы.	16	4	12	
5.3.	Отработка танцевальных этюдов.	8	2	6	
6	Школа бального танца.	28	6	22	-опрос; -упражнения; -тренинг; -выступления.
6.1.	Техника исполнения основ массового бального танца.	4	1	4	
6.2.	«Разучивание танцев, этюдов и вариаций»	14	3	11	
6.3.	Отработка танцевальных этюдов и вариаций.	10	3	7	
7	Постановочные и репетиционные работы	20	6	14	-тест; -оценивание педагогом и участниками коллектива;
7.1.	Постановка концертных номеров	6	2	4	
7.2.	Разводка концертного номера	4	2	2	
7.3.	Репетиционные работы	10	2	8	
8	«Давайте жить дружно!»	14	7	7	-тест; -отчет коллектива в рамках мероприятия
8.1.	Посвящение в кружковцы	2	1	1	
8.2.	Здоровый образ жизни	3	1	2	
8.3.	Празднование Нового года и других семейных праздников	2	1	1	
8.4.	День Победы в Великой Отечественной войне	2	1	1	
8.5.	Правила безопасности жизнедеятельности	3	2	1	
8.6.	Праздник наших успехов	2	1	1	
	Всего:	144	49	95	

Задачи 1-го года обучения

Обучающие:

- Обучить основным танцевальным фигурам.
- Создать танцевальные композиции.
- Познакомить с массовыми бальными танцами
- Научить пользоваться правильной терминологией.
- Обучить взаимодействию в паре (ведение, стойки).
- Дать понятие о бальном танце как одном из спортивных направлений.

Содержание учебного плана 1-го года обучения

№ п/п	Раздел, тема, содержание	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	2	2	
1.1.	Тема: «Введение в предмет «Основы бального танца». Инструктаж по технике безопасности. <i>Теория:</i> Определение, что такое «ритмика», «ритмопластика», «бальный танец», «джаз модерн танец». Цели и задачи коллектива по программе на текущий учебный год. Правила внутреннего распорядка учащихся. Учебный календарный график. Техника безопасности в зале при проведении занятий и на сцене. Правила поведения на дороге и правила дорожного движения. Безопасный маршрут передвижения «Дом-школа-Дом». Правила поведения, эвакуации учащихся в школе при возникновении ЧС. Организационные моменты Требования к внешнему виду: обувь, форма одежды для занятий; уточнение расписания занятий.	2	2	-
2.	Пластическая гимнастика	16	6	10
2.1	Тема: «Ритмопластика» <i>Теория:</i> Значение пластической гимнастики и ритмопластики для танцев. Определения «Ритмопластика», «Разминка». Правила исполнения упражнений. <i>Практика:</i> Упражнения на середине зала: для шейного отдела позвоночника, для плечевого пояса, для суставов рук, для корпуса, для бедер, ног и стопы.	4	1	3
2.2	Тема: «Гимнастические и силовые упражнения» <i>Теория:</i> Правила исполнения упражнений и техника безопасности <i>Практика:</i> Упражнения на растягивание мышц тела; Силовые упражнения (отжимания, выпрыгивания, планка, пресс) <i>Самостоятельная работа:</i> выполнять силовые упражнения	4	1	3
2.3	Тема: «Игровые упражнения на развитие внимания, реакции и координации движений» <i>Теория:</i> Правила исполнения игровых упражнений и техника безопасности <i>Практика:</i> упражнения на внимания; упражнения для координации движений; упражнения для быстрой реакции движений <i>Самостоятельная работа:</i> выполнять упражнения на координацию движений	4	2	2

2.4.	Тема: «Упражнения на развитие чувства ритма» <i>Теория:</i> Правила исполнения упражнений и техника безопасности <i>Практика:</i> Разнообразные ритмичные упражнения на шагах, притопах и хлопках.	4	2	2
3.	Элементы музыкальной грамотности	18	8	10
3.1.	Тема: «Жанры танцевальной музыки» <i>Теория:</i> Понятие о жанрах музыки: песня-танец-марш. <i>Практика:</i> Игровые упражнения <i>Самостоятельная работа:</i> определить жанр мелодии	3	1	2
3.2.	Тема: «Характер и особенности танцевальной музыки» <i>Теория:</i> Понятие о характере и особенностях танцевальной музыки. <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение характера и особенностей музыкальных отрывков.	4	2	2
3.3.	Тема: «Темп. Такт и ритм. Начало и конец музыкального отрывка» <i>Теория:</i> Понятие о темпе, ритме, такте в музыке. Начало и конец музыкальной фразы <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение темпа, ритма музыкальных произведений. Игровые упражнения. <i>Самостоятельная работа:</i> просчитать ритм, определить темп мелодии	3	1	2
3.4.	Тема: «Музыкальный размер» <i>Теория:</i> Понятие о музыкальном размере 2/4; 4/4; 3/4 <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение музыкального размера музыкальных произведений. Игровые упражнения.	4	2	2
3.5.	Тема: «Слушание и разбор музыкальных отрывков и простых произведений» <i>Теория:</i> Прослушивание музыкальных отрывков <i>Практика:</i> Разбор простых музыкальных произведений и отрывков.	4	2	2
4.	Основы джаз - модерн танца.	20	6	14
4.1.	Тема: «Положение и направления частей тела» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения <i>Практика:</i> Положение и построение в зале. Упражнения для правильного положение и направление частей тела	3	1	2
4.2.	Тема: «Позиции ног. Положение и движение ног» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения <i>Практика:</i> Позиции ног: 1,2,3,6, 1-естественная. Упражнение для движения ног по позициям.	3	1	2

4.3.	Тема: «Позиции рук. Движения рук» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения <i>Практика:</i> Позиции рук: подготовительная, 1,2,3. Упражнение для движения рук по позициям.	4	1	3
4.4.	Тема: «Различные виды шагов» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения шагов <i>Практика:</i> Бодрые шаги, тихие шаги; шаги с высоким подниманием бедра; приставной шаг, скрещивающийся шаг, скользящий шаг, тройной шаг; переменный и с притопом.	4	1	3
4.5.	Тема: «Различные виды бега» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения танцевального бега <i>Практика:</i> Легкий бег, ритмичный бег, бег с высоким подниманием бедра, с за хлестом назад, с ускорением.	3	1	2
4.6.	Тема: «Подскоки. Прыжки» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения подскоков и прыжков <i>Практика:</i> Подскоки на месте, вокруг себя, с продвижением; двойные подскоки; Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу; прыжки ноги врозь и вместе.	3	1	2
5.	Основы бального танца	26	8	18
5.1.	Тема: «Знакомство с танцами России и Республики Коми». Отечественный бальный танец. <i>Теория:</i> История возникновения и развития.	2	2	-
5.2.	Тема: «Разучивание танцев и этюдов» <i>Теория:</i> техника исполнения и характер танцев <i>Практика:</i> разучивание основных шагов и элементов, постановка танцевальных этюдов. •Вальс дружбы •Коми-бальный •Полька.	16	4	12
5.3.	Тема: «Отработка танцевальных этюдов» <i>Теория:</i> разбор и разработка танцев: что получается, что не получается, и почему. <i>Практика:</i> работа над техникой танцев и позицией в паре, исправление ошибок - отработка конкретных движений: рук, ног, корпуса, головы. Семинарская работа с парами <i>Самостоятельная работа:</i> отработать танцевальный этюд.	8	2	6
6.	Школа бального танца	28	6	22
6.1.	Тема: «Техника исполнения основ массового бального танца». <i>Теория:</i> История возникновения и развития	4	1	4

6.2.	<p>Тема: «Разучивание танцев, этюдов и вариаций» <i>Теория:</i> техника исполнения и характер танцев <i>Практика:</i> освоение основных движений и фигур танцев; разучивание танцевальных этюдов и вариаций</p> <ul style="list-style-type: none"> •Диско -подготовительные и основное движение: шассе вправо, влево •Медленный вальс -подготовительное движение: «Качелька» вправо – влево; вперед - назад -закрытая перемена вперед-назад или «маленький квадрат» -правый поворот и «большой квадрат» •Ча-ча-ча -подготовительные движения: шаг на месте под счет ча-ча-ча -основные движения: «тайм-степ», «чек», «шассе» <p>Все фигуры исполняются по одному, затем в паре; без музыки - под счет; с музыкой в пол темпа и в темп.</p>	14	3	11
6.3.	<p>Тема: «Отработка танцевальных этюдов и вариаций». <i>Теория:</i> разбор и разработка танцев: что получается, что не получается, и почему. <i>Практика:</i> работа над техникой танцев и позицией в паре, исправление ошибок - отработка конкретных движений: рук, ног, корпуса, головы. Семинарская работа с парами <i>Самостоятельная работа:</i> отработать танцевальную вариацию.</p>	10	3	7
7.	Постановочные и репетиционные работы	20	6	14
7.1.	<p>Тема: «Постановка концертных номеров» <i>Теория:</i> знакомство с историей танца, с музыкальным материалом, с манерой исполнения, с костюмами</p>	6	2	4
7.2.	<p>Тема: «Разводка концертного номера» <i>Теория:</i> рисунок танца - описание танцевального номера на сцене: кто, откуда выходит, куда идет и что делает. <i>Практика:</i> композиционные рисунки, построения, перестроения и переходы.</p>	4	2	2
7.3.	<p>Тема: «Репетиционные работы» <i>Теория:</i> выбор наиболее сложных этюдов и вариаций из концертного номера <i>Практика:</i> отработка концертного номера; работа над техникой, стойкой, положением в паре; отработка синхронности и эмоциональности.</p>	10	2	8

8.	«Давайте жить дружно!»	14	7	7
8.1.	Тема: «Посвящение в кружковцы» <i>Теория:</i> история, традиции и факты из жизни Школы и своего объединения; <i>Практика:</i> участие в мероприятии объединения и Школы, «Открытие танцевального сезона»	2	1	2
8.2.	Тема: «Здоровый образ жизни» <i>Теория:</i> понятия «Здоровье», «ЗОЖ», «Организм»; значимость соблюдения здорового образа жизни; роль укрепления здоровья: закаливание, зарядка, режим дня, правильное питание, витаминизация; <i>Практика:</i> участие в соревнованиях и турнирах; спорт в лицах (известные спортсмены танцевального спорта)	3	1	2
8.3.	Тема: «Празднование Нового года и других семейных праздников» <i>Теория:</i> история, традиции, символы, главные герои празднования Нового года в России; история возникновения праздника: «День семьи, любви и верности», Международного дня семьи, Дня матери, Дня отца (др. праздников посвященных маме, папе), Дня пожилого человека; <i>Практика:</i> песенный и танцевальный репертуар, литературный материал; участие в мероприятиях	2	1	1
8.4.	Тема: «День Победы в Великой Отечественной войне» <i>Теория:</i> история, события, факты Великой Отечественной войны: (города-герои, ветераны ВОВ, Танцевальные номера военной тематикой.	2	1	1
8.5.	Тема: «Правила безопасности жизнедеятельности» <i>Теория:</i> правила поведения в школе, на занятиях, переменах и массовых мероприятиях.	3	2	1
8.6.	Тема: «Праздник наших успехов» <i>Теория:</i> успех как условие для достижения личного результата и результата объединения; работа в группе для достижения результата, командный дух, взаимопомощь и взаимовыручка; достижения и успехи старших учащихся. <i>Практика:</i> Танцевальные этюды для участия в мероприятии объединения и Школы: «Закрытие танцевального сезона»	2	1	1
	Всего	144	49	95

1.3.1. Учебный план 2-го года обучения

№ п/п	Раздел, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	-опрос;
1.1	Введение в предмет «Основы бального танца». Инструктаж по технике безопасности	2	2		-тренинг
2.	Пластическая гимнастика	16	6	10	-опрос;
2.1.	Ритмопластика	4	1	3	-упражнения;
2.2.	Гимнастические и силовые упражнения	4	1	3	-тренинг;
2.3.	Упражнения на развитие внимания, реакции и координации движений.	4	2	2	-выступления.
2.4.	Упражнения на развитие чувства ритма и пластики тела.	4	2	2	
3	Элементы музыкальной грамотности	18	8	10	-тест;
3.1.	Жанры танцевальной музыки	3	1	2	-оценивание педагогом и участниками коллектива;
3.2.	Характер и особенности танцевальной музыки.	4	2	2	
3.3.	Темп. Такт и ритм. Начало и конец музыкального отрывка.	3	1	2	
3.4.	Сильные и слабые доли.	4	2	2	
3.5.	Слушание и разбор музыкальных отрывков	4	2	2	
4	Латиноамериканская программ	20	6	14	-опрос;
4.1.	Основы техники исполнения латиноамериканских танцев.	3	1	2	-упражнения;
4.2.	Основной шаг латинского танца.	3	1	2	-тренинг;
4.3.	Музыкальный размер. Слабые и сильные доли.	4	1	3	-выступления.
4.4.	<u>Танец «Самба»:</u> Вольта, стационарный самба-ход, ботофого, крис-кросс.	4	1	3	
4.5.	<u>Танец «Ча-ча-ча»:</u> Алемана, рука в руке, 3 ча-ча	3	1	2	
4.6.	<u>Танец: «Джайв»:</u> Поворот под рукой, смена рук за спиной, стой и иди.	3	1	2	
5	Европейская программа	26	8	18	-опрос;
5.1.	Основы техники исполнения европейских танцев.	2	2	-	-упражнения;
5.2.	Базовый шаг вперед и назад.	16	4	12	-тренинг;
5.3.	Музыкальный размер, сильные и слабые доли.	8	2	6	-выступления.
6	Школа бального танца.	28	6	22	-опрос;
6.1.	Техника исполнения основ массового бального танца.	4	1	4	-упражнения;
					-тренинг;

6.2.	«Разучивание танцев, этюдов и вариаций»	14	3	11	-выступления.
6.3.	Отработка танцевальных этюдов и вариаций.	10	3	7	
7	Постановочные и репетиционные работы	20	6	14	-тест; -оценивание педагогом и участниками коллектива;
7.1.	Постановка концертных номеров	6	2	4	
7.2.	Разводка концертного номера	4	2	2	
7.3.	Репетиционные работы	10	2	8	
8	«Давайте жить дружно!»	14	6	8	-тест; -отчет коллектива в рамках мероприятия
8.1.	Посвящение в кружковцы	2	1	2	
8.2.	Здоровый образ жизни	2	1	2	
8.3.	Празднование Нового года и других семейных праздников	2	1	1	
8.4.	День Победы в Великой Отечественной войне	2	1	1	
8.5.	Правила безопасности жизнедеятельности	2	1	1	
8.6.	Праздник наших успехов	2	1	1	
	Всего:	144	48	96	

Задачи 2-го года обучения

Обучающие:

- Обучить основным танцевальным фигурам.
- Создать танцевальные конкурсные композиции.
- Сформировать понятие об особенностях и характерных отличиях латиноамериканских и европейских танцев.
- Разучить отдельные танцевальные номера.
- Научить пользоваться правильной терминологией.
- Обучить взаимодействию в паре (ведение, стойки).
- Дать понятие о бальном танце как одном из спортивных направлений.

1.3.2. Содержание учебного плана 2-го года обучения

№ п/п	Раздел, тема, содержание	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие.	2	2	

1.1.	Тема: «Введение в предмет «Основы бального танца». Инструктаж по технике безопасности. <i>Теория:</i> Определение, что такое «ритмика», «ритмопластика», «бальный танец», «джаз модерн танец». Цели и задачи коллектива по программе на текущий учебный год. Правила внутреннего распорядка учащихся. Учебный календарный график. Техника безопасности в зале при проведении занятий и на сцене. Правила поведения на дороге и правила дорожного движения. Безопасный маршрут передвижения «Дом-Школа-Дом». Правила поведения, эвакуации учащихся в ДТДиУМ при возникновении ЧС. Организационные моменты Требования к внешнему виду: обувь, форма одежды для занятий; уточнение расписания занятий.	2	2	-
2.	Пластическая гимнастика	16	6	10
2.1	Тема: <u>«Ритмопластика»</u> <i>Теория:</i> Значение пластической гимнастики и ритмопластики для танцев. Определения «Ритмопластика», «Разминка». Правила исполнения упражнений. <i>Практика:</i> Упражнения на середине зала: для шейного отдела позвоночника, для плечевого пояса, для суставов рук, для корпуса, для бедер, ног и стопы.	4	1	3
2.2	Тема: <u>«Гимнастические и силовые упражнения»</u> <i>Теория:</i> Правила исполнения упражнений и техника безопасности <i>Практика:</i> Упражнения на растягивание мышц тела; Силовые упражнения (отжимания, выпрыгивания, планка, пресс) <i>Самостоятельная работа:</i> выполнять силовые упражнения	4	1	3
2.3	Тема: «Игровые упражнения на развитие внимания, реакции и координации движений» <i>Теория:</i> Правила исполнения игровых упражнений и техника безопасности <i>Практика:</i> упражнения на внимания; упражнения для координации движений; упражнения для быстрой реакции движений <i>Самостоятельная работа:</i> выполнять упражнения на координацию движений	4	2	2
2.4.	Тема: «Упражнения на развитие чувства ритма» <i>Теория:</i> Правила исполнения упражнений и техника безопасности <i>Практика:</i> Разнообразные ритмичные упражнения на шагах, притопах и хлопках.	4	2	2
3.	Элементы музыкальной грамотности	18	8	10

3.1.	Тема: «Жанры танцевальной музыки» <i>Теория:</i> Понятие о жанрах музыки: песня-танец-марш. <i>Практика:</i> Игровые упражнения <i>Самостоятельная работа:</i> определить жанр мелодии	3	1	2
3.2.	Тема: «Характер и особенности танцевальной музыки» <i>Теория:</i> Понятие о характере и особенностях танцевальной музыки. <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение характера и особенностей музыкальных отрывков.	4	2	2
3.3.	Тема: «Темп. Такт и ритм. Начало и конец музыкального отрывка» <i>Теория:</i> Понятие о темпе, ритме, такте в музыке. Начало и конец музыкальной фразы <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение темпа, ритма музыкальных произведений. Игровые упражнения. <i>Самостоятельная работа:</i> просчитать ритм, определить темп мелодии	3	1	2
3.4.	Тема: «Музыкальный размер» <i>Теория:</i> Понятие о музыкальном размере 2/4; 4/4; 3/4 <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение музыкального размера музыкальных произведений. Игровые упражнения.	4	2	2
3.5.	Тема: «Слушание и разбор музыкальных отрывков и простых произведений» <i>Теория:</i> Прослушивание музыкальных отрывков <i>Практика:</i> Разбор простых музыкальных произведений и отрывков.	4	2	2
4.	Латиноамериканская программ	20	6	14
4.1.	Тема: «Основы техники исполнения латиноамериканских танцев» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения латиноамериканских танцев. <i>Практика:</i> повороты шане, поворот на трех шагах, упражнения на правильную работу рук и ног.	3	1	2
4.2.	Тема: «Основной шаг латинского шага» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения шага. <i>Практика:</i> Позиции ног: 1,2,3,6, 1-естественная. Упражнение для движения ног по позициям. Упражнения для правильного исполнения шага.	3	1	2
4.3.	Тема: «Музыкальный размер. Слабые и сильные доли» <i>Теория:</i> понятие музыкального размера. <i>Практика:</i> Прохлопывание ритма, упражнение на выделения акцентов.	4	1	3

4.4.	Тема: «Танец «Самба»: Вольта, стационарный самба-ход, ботофого, крис-кросс» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения фигур. <i>Практика:</i> разучивание фигур вольта, стационарный самба-ход, ботофого, крис-кросс.	4	1	3
4.5.	Тема: «Танец «Ча-ча-ча»: Алемана, рука в руке, 3 ча-ча» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения фигур алемана, рука к руке. <i>Практика:</i> упражнения лок степ, рука к руке, 3 чачача.	3	1	2
4.6.	Тема: «Танец: «Джайв»: Поворот под рукой, смена рук за спиной, стой и иди». <i>Теория:</i> правила исполнения основного шага танца джайв. <i>Практика:</i> разучивание основного шага и фигур: поворот под рукой, смена рук за спиной, стой и иди.	3	1	2
5.	Европейская программа	26	8	18
5.1.	Тема: Основы техники исполнения европейских танцев. <i>Теория:</i> Характеристика европейских танцев. Название и история каждого танца.	2	2	-
5.2.	Тема: «Базовый шаг вперед и назад» <i>Теория:</i> характер шага и основные правила движения. <i>Практика:</i> упражнение на снижение, вынос ноги с каблука. Упражнения на равновесие.	16	4	12
5.3.	Тема: «Музыкальный размер, сильные и слабые доли». <i>Теория:</i> что такое доли и как их выделять. <i>Практика:</i> прохлопывание ритмов каждого танца. Упражнение на просчитывание долей.	8	2	6
6.	Школа бального танца	28	6	22
6.1.	Тема: «Техника исполнения основ массового бального танца». <i>Теория:</i> История возникновения и развития	4	1	4

6.2.	<p>Тема: «Разучивание танцев, этюдов и вариаций» <i>Теория:</i> техника исполнения и характер танцев <i>Практика:</i> освоение основных движений и фигур танцев; разучивание танцевальных этюдов и вариаций</p> <ul style="list-style-type: none"> •Диско -подготовительные и основное движение: шассе вправо, влево •Медленный вальс -подготовительное движение: «Качелька» вправо – влево; вперед - назад -закрытая перемена вперед-назад или «маленький квадрат» -правый поворот и «большой квадрат» •Ча-ча-ча -подготовительные движения: шаг на месте под счет ча-ча-ча -основные движения: «тайм-степ», «чек», «шассе» <p>Все фигуры исполняются по одному, затем в паре; без музыки - под счет; с музыкой в пол темпа и в темп.</p>	14	3	11
6.3.	<p>Тема: «Отработка танцевальных этюдов и вариаций».</p> <p><i>Теория:</i> разбор и разработка танцев: что получается, что не получается, и почему.</p> <p><i>Практика:</i> работа над техникой танцев и позицией в паре, исправление ошибок - отработка конкретных движений: рук, ног, корпуса, головы. Семинарская работа с парами</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> отработать танцевальную вариацию.</p>	10	3	7
7.	Постановочные и репетиционные работы	20	6	14
7.1.	<p>Тема: «Постановка концертных номеров»</p> <p><i>Теория:</i> знакомство с историей танца, с музыкальным материалом, с манерой исполнения, с костюмами</p>	6	2	4
7.2.	<p>Тема: «Разводка концертного номера»</p> <p><i>Теория:</i> рисунок танца - описание танцевального номера на сцене: кто, откуда выходит, куда идет и что делает.</p> <p><i>Практика:</i> композиционные рисунки, построения, перестроения и переходы.</p>	4	2	2
7.3.	<p>Тема: «Репетиционные работы»</p> <p><i>Теория:</i> выбор наиболее сложных этюдов и вариаций из концертного номера</p> <p><i>Практика:</i> отработка концертного номера; работа над техникой, стойкой, положением в паре; отработка синхронности и эмоциональности.</p>	10	2	8

8.	«Давайте жить дружно!»	14	6	8
8.1.	Тема: «Посвящение в кружковцы» <i>Теория:</i> история, традиции и факты из жизни Школы <i>Практика:</i> участие в мероприятии объединения и Школы, «Открытие танцевального сезона»	2	1	2
8.2.	Тема: «Здоровый образ жизни» <i>Теория:</i> понятия «Здоровье», «ЗОЖ», «Организм»; значимость соблюдения здорового образа жизни; роль укрепления здоровья: закаливание, зарядка, режим дня, правильное питание, витаминизация; <i>Практика:</i> участие в соревнованиях и турнирах; спорт в лицах (известные спортсмены танцевального спорта)	2	1	2
8.3.	Тема: «Празднование Нового года и других семейных праздников» <i>Теория:</i> история, традиции, символы, главные герои празднования Нового года в России; история возникновения праздника: «День семьи, любви и верности», Международного дня семьи, Дня матери, Дня отца (др. праздников посвященных маме, папе), Дня пожилого человека; <i>Практика:</i> песенный и танцевальный репертуар, литературный материал; участие в мероприятиях	2	1	1
8.4.	Тема: «День Победы в Великой Отечественной войне» <i>Теория:</i> история, события, факты Великой Отечественной войны: (города-герои, ветераны ВОВ, Танцевальные номера военной тематикой.	2	1	1
8.5.	Тема: «Правила безопасности жизнедеятельности»	2	1	1
8.6.	Тема: «Праздник наших успехов» <i>Теория:</i> успех как условие для достижения личного результата и результата объединения; работа в группе для достижения результата, командный дух, взаимопомощь и взаимовыручка; достижения и успехи старших учащихся. <i>Практика:</i> Танцевальные этюды для участия в мероприятии объединения и Школы: «Закрытие танцевального сезона»	2	1	1
	Всего	144	48	96

Календарный учебный график (Приложение 1)

1.4. Планируемые результаты

Предметные: знают,

- Имеют представление о представлениях об элементах музыкальной грамотности и музыкально-ритмического материала;
- Имеют начальные навыки в искусстве бального танца;
- Сформирован интерес к потребности в движении под музыку;

Предметные результаты 1-го года обучения:

- знают основные танцевальные фигуры;
- создают танцевальные композиции.
- имеют первоначальные навыки исполнения массового бального танца;
- знают терминологию бального танца;
- умеют взаимодействовать в паре (ведение, стойки);
- имеют понятие о бальном танце как одном из спортивных направлений.

Предметные результаты 2-го года обучения.

- Обучить основным танцевальным фигурам.
- Создать танцевальные конкурсные композиции.
- Сформировать понятие об особенностях и характерных отличиях латиноамериканских и европейских танцев.
- Разучить отдельные танцевальные номера.
- Научить пользоваться правильной терминологией.
- Обучить взаимодействию в паре (ведение, стойки).
- Дать понятие о бальном танце как одном из спортивных направлений.

Личностные:

- воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности;
- воспитание навыков трудолюбия, бережливости, уверенности в своих силах и возможностях (ситуация успеха), терпения и общения в коллективе;
- формирование дружеских отношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке;
- формирование ценностного отношения к собственному здоровью;
- приобретение опыта участия в мероприятиях объединения, школы, города;
- приобретение знаний о правах и обязанностях гражданина России через соблюдение правил, норм поведения;
- воспитание ценностного отношения к русской культуре.

Метапредметные:

- развитие основных музыкальных способностей: музыкального слуха, ритма;
- развитие познавательного интереса к ритмопластике, бальному танцу, джаз-модерн танцу.
- развитие индивидуальных творческих способностей учащихся;
- развитие двигательных качеств и умений;
- **Ожидаемый (прогнозируемый) результат освоения программы**
- Важнейшим показателем уровня музыкально-ритмического развития ребенка является устойчивый интерес к самому процессу движения под музыку.
- За год обучения дети приобретают определенные знания, умения и навыки.

В итоге реализации программы учащийся:

- **знает:**
- - основы характеристики музыкального произведения (темп, ритм, характер, музыкальный размер);
- - правила и способы вариантов исполнения заданных упражнений и основных движений танцев джаз модерн танца, ритмопластики и бального танца;
- - элементарные виды рисунков и построений в зале;
- - музыкальные упражнения, игры, этюды;
- - требования по технике безопасности в танцевальном зале, правила поведения в школе и требования к танцевальной форме;
- - достижения своего объединения;
- **умеет:**
- - творчески выразить свои способности;
- - исполнять движения на сильную и на слабую долю музыкального сопровождения;
- - ориентироваться в пространстве зала;
- - различать особенности в манере и пластике исполнения танцевальной лексики;
- - исполнять не менее 3-х танцевальных вариаций;
- - анализировать, проводить рефлексию, самооценку;
- **сформированы навыки:**
- - зрительной и моторной памяти в дублировании упражнения (движения);
- - музыкально-ритмической деятельности: согласованности движения с музыкальным материалом, ритмичности и выразительности его исполнения;
- - навыки общения в коллективе;
- **имеет опыт**
- - участия в мероприятиях объединения и Школы;
- - участия в мероприятиях празднования Нового года, 8 марта, Дня защитника отечества;
- - совместной деятельности с родителями (законными представителями) в жизни объединения;
- **соблюдает правила** культурного поведения, умеет общаться со сверстниками;
- **проявляет интерес** к коллективной деятельности для достижения результата;
- **уважает** традиции, обычаи народов России, своего края, русской культуры;
- **уважительно, заботливо относится** к родителям, к старшим и младшим;
- **осознает** значимость семьи для каждого человека, общества в РФ;
- **имеет ценностное отношение:**
- - к отечественному культурно-историческому наследию, народным традициям России; народам России, их общей исторической судьбе, единству народов России;
- - к истории, событиям, фактам Великой Отечественной войны;
- **имеет представления:**
- - ценностное отношение к музыкальной культуре;
- - ценностное отношение к собственному здоровью;
- - опыт участия в мероприятиях объединения, Школе;
- - о наиболее значимых страницах истории Великой Отечественной войны; примерах исполнения гражданского и патриотического долга;
- **Развито чувство:**
- - патриотизма и чувства личной ответственности за Отечество;
- - ответственности, дисциплинированности, трудолюбия, бережливости, уверенности в своих силах и возможностях.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации Программы

1. Материально-техническое обеспечение:

- кабинет со специальным половым покрытием. – 1 штука
- коврики гимнастические – 16 шт

Информационно обеспечение:

- нормативно-правовые документы
- календарно-тематическое планирование
- справочная учебно-методическая литература и периодические издания;
- учебно-методический комплект;
- дидактические материалы (методические пособия, игры, плакаты, схемы иллюстрации, репродукции картин художников, муляжи фруктов, фотоматериалы, изображения природы разных времен года, таблицы раздела «Цветоведение», «Композиция», «Ошибки компоновки» и т.д.).

2.2. Оценочные материалы

	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Вид аттестации
1.	Выявление уровня освоения программного материала после освоения 1 –го года обучения. «Школа бального танца».	Тестирование, просмотр творческой работы	Проверка усвоения теоретических знаний и практических умений по основам бального танца.	Промежуточная контрольная работа Приложение 4	Подробно критерии представлены в Приложении 3	Промежуточная 1-го года обучения
2.	Выявление уровня освоения программного материала после освоения 2-го года обучения «Школа бального танца» .	Просмотр концертных номеров.	Проверка усвоения теоретических знаний и практических умений по основам латиноамериканского и европейского танца.	Промежуточная контрольная работа Приложение 5	Подробно критерии представлены в Приложении 2	Промежуточная 2-го года обучения.
3.	Личностные результаты	Наблюдение	Уровень воспитанности	Отношение (мотивация) учащегося: - К труду - К коллективу	Подробно критерии представлены в Приложении 6	Конец года

				<ul style="list-style-type: none"> - К социуму - К Культуре и искусству - К Здоровому образу жизни - К самовоспитанию - К конкурентности Приложение 7		
--	--	--	--	--	--	--

2.3. Методическое обеспечение

Методологической основой Программы является идея личностно-ориентированного обучения, способствующего самоопределению и самореализации личности на основе принципов ее деятельностного развития, которая реализуется в учебно-воспитательном процессе посредством применения следующих педагогических технологий:

Личностно-ориентированные педагогические технологии. В центре личностно-ориентированной образовательной системы находится учащийся, что, в свою очередь, требует тщательной проработки технологии педагогического процесса, который в максимальной мере учитывал бы особенности и возможности каждого учащегося, создавал условия для раскрытия и развития его потенциальных возможностей. Работа по данной методике дает возможность развивать индивидуальные творческие способности учащихся.

Элементы здоровьесберегающих технологий: система мер, направленных на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье, как ценности, мотивации на ведение здорового образа жизни (беседы о здоровом питании, профилактике заболеваний, роли физических упражнений в сохранении и укреплении здоровья, поддержка благоприятного психологического климата в группе).

Основные дидактические принципы программы: доступность и наглядность, последовательность и систематичность обучения и воспитания, учет возрастных и индивидуальных особенностей детей. Во время обучения по программе дети проходят путь от простого к сложному, с учетом опоры на пройденный материал на новом, более сложном творческом уровне.

Программой предусмотрено, чтобы каждое занятие было направлено на овладение основами бального танца, на приобщение детей к активной познавательной и творческой работе. Процесс обучения основам бального танца строится на единстве активных и увлекательных методов и приемов учебной работы, при которой в процессе усвоения знаний, законов и правил хореографического искусства у учащихся развиваются творческие начала.

Формы занятий для реализации программы:

№ п/п	Тип занятия	Форма занятия
1	Усвоение новых знаний и способов действия	Беседа, объяснение с демонстрацией наглядных пособий (иллюстраций, видеоматериал) мастер-класс, педагогический показ, выполнение упражнений.
2	Комплексное применение знаний и способов действия (урок закрепления).	Объяснение и самостоятельная работа, выполнение упражнений. Составление вариаций по заданной теме. Домашние задания.

3	Контроль знаний и способов действия	Исполнение вариации. Тесты, опросы. Концертные выступления.
---	-------------------------------------	--

Приемы и методы организации образовательного процесса и воспитательной работы.

Для качественной организации образовательного процесса программой предусмотрены следующие приемы и методы:

- наглядный (наблюдение, мастер-классы);
- практический метод (упражнения,);
- групповая технология обучения - групповой опрос, общественный смотр итоговых танцевальных вариаций;
- профессиональный подход в обучении - большое значение придается выявлению технических ошибок;
- система постоянно усложняющихся заданий, которая обеспечивает овладение приемами творческой работы всеми учащимися;
- деятельностный подход в обучении - использование различных тематик с целью поддержания интереса учащихся, побуждения в нем желания узнать что-то новое, самостоятельно создать продукт (вариацию) своей творческой деятельности. В каждом задании предусматривается исполнительский и творческий компонент;
- участие в конкурсах по спортивным бальным танцам является не только способом заявить о своем мастерстве, но и дополнительным стимулом творческого поиска и саморазвития.

Используемые педагогические технологии

Для организации воспитательной работы используются следующие **приемы и методы**:

- методы формирования сознания личности с целью выработки умений анализировать и оценивать свои поступки, действия, поведение в целом (обучение рефлексии). Формирование адекватной самооценки (беседы, разъяснения, дискуссии, пример).
- метод стимулирования деятельности и поведения (соревнование, поощрение);
- метод педагогической оценки - открытой (одобрение, похвала, замечание).

Формы подведения итогов по темам или разделам:

- основы бального танца;
- основы латиноамериканского танца;
- основы европейского танца;
- конкурсы;
- выступления.
- тесты, опросы теоретического материала;
- Выполнение упражнений, выступления.

Успешной реализации программы способствует разнообразие применяемых методов, это - показ объяснение (объяснительно-иллюстративные методы), создание и решение различных проблемных ситуаций для формирования «коллектива», творческие задания, их обсуждение и анализ (исследовательские методы).

Внеаудиторная (самостоятельная) работа с учащимися (до 6 час.)

№ раздела. Название темы	Задание. Содержание	Всего кол-во часов по теме программы		В том числе, кол-во часов на самостоятельную работу			
		теория	практика	теория	практика	контроль	
						теория	практика
Р.2. Тема 2.2. Гимнастические и силовые упражнения	Выполнять силовые упражнения	1	3	-	1	-	0.5
Р.2. Тема 2.3.	Выполнять	1	3	-	1	-	0.5

Игровые упражнения на развитие внимания, реакции и координации движений	упражнения на координацию движения						
Р.3. Тема 3.1. Жанры танцевальной музыки	Определить жанр мелодии	2	2	1	-	0,5	-
Р.3. Тема 3.3. Темп. Такт и ритм. Начало и конец музыкального отрывка	Определить темп и просчитать ритм мелодии.	2	2	1	-	0,5	-
Р.5. Тема 5.3. Отработка танцевальных этюдов	Повторить танцевальный этюд	4	4	-	1	-	0,5
Р.6. Тема 6.3 Отработка танцевальных этюдов и вариаций.	Повторить танцевальную вариацию	4	4	-	1	-	0,5

Этапы педагогического контроля

Вид	Цель	Содержание	Форма	Сроки
Тематический	Точность исполнения упражнений, танцевальных элементов и композиций.	<p>«Основы джаз – модерн танца»,</p> <ul style="list-style-type: none"> -знание основных понятий по разделу; -танцевальные позиции и положения рук и ног; -исполнение танцевальных элементов; <p>«Основы бального танца»,</p> <ul style="list-style-type: none"> - Знакомство с танцами России и Республики Коми. - Отечественный бальный танец. История возникновения и развития. <p>«Школа бального танца»</p> <ul style="list-style-type: none"> -главные особенности и характеристика танцев и вариаций; -техническое исполнение танцевальных фигур, танцев и этюдов -развитие чувства ответственности и дисциплины. 	-опрос; -упражнения; -тренинг; - выступления.	Декабрь; февраль
	Определение степени музыкальной грамотности.	<p>«Элементы музыкальной грамотности»</p> <ul style="list-style-type: none"> -знание основных понятий по разделу; -разбор музыкальных отрывков; -главные музыкальные особенности и характеристика танцев и этюдов; <p>«Постановочные и репетиционные работы»</p> <ul style="list-style-type: none"> -навык точного исполнения движений и комбинаций по музыке и ритму. -грамотное исполнение заданного танцевального материала; 	-тест; -оценивание педагогом и участниками коллектива;	март
Промежуточная аттестация	Определение уровня освоения материала по программе «Школа бального танца»	<p>«Постановочные и репетиционные работы»</p> <ul style="list-style-type: none"> -навык точного исполнения движений и комбинаций по музыке и ритму. -грамотное исполнение заданного танцевального материала; -исполнение танцевального репертуара; -планирование репертуара на следующий учебный год. 	-тест; -отчет коллектива в рамках мероприятия	апрель

Учитывая вышеизложенное, можно выделить:

- словесные методы обучения (объяснение, беседа, диалог, консультация);
- практические методы (упражнения, тренинг, репетиция);
- активные методы (объяснение основных понятий, определений и терминов; самостоятельная формулировка и последующее поэтапное решение проблемы учащимися);
- художественные методы (использование в работе средств искусства: музыки, хореографии, литературы, пантомимы, театрализации и т. д.).

Основной формой организации учебного процесса является учебно-тренировочное занятие. Оно строится так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятие проводится по традиционной схеме и состоит из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

В *подготовительную часть* входит разминка, ее цель – разогреть мышцы. Учащиеся выполняют комплекс упражнений на гибкость и подвижность суставов, а также упражнения, непосредственно готовящие их к основной части. Разминке посвящается 10-15 мин.

Основная часть занятия направлена на освоение техники движений и подготовительных упражнений. Разучивание новых или отработка пройденных танцевальных этюдов, вариаций, комбинаций движений и фигур.

Заключительный этап занятия включает подведение итогов, релакс, анализ работы на тренировке каждого воспитанника и всего коллектива, делаются соответствующие выводы и рекомендации.

В основе программы – *психолого-педагогический компонент*, который определяет формы и методы работы в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, позволяет педагогически верно регулировать и контролировать психологический климат в коллективе.

При разработке программы учтен и *социально-общественный компонент*, который удовлетворяет потребность детей и молодежи в общении, в здоровом образе жизни, рационально организует досуговую деятельность и способствует накоплению социокультурного опыта.

С целью формирования навыков и расширения опыта самостоятельной работы учащихся предусмотрены следующие формы деятельности: *работа с информационными ресурсами, исследование, просмотр, прослушивание, упражнения*. В данной программе самостоятельные формы работы предполагаются в следующих разделах (темах):

Список используемой литературы

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Методические указания. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС». – 256 с., ил.
2. - Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – Москва.: « ИД «Один из лучших»». - 2006г.
3. Бахто С.Е., Боголюбская М.С., Уральская В.И., Бархатов З.А., Елинек Ю.Е., Шмидт Л.Н. Бальный танец // Художественные кружки: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. – М.: «Просвещение», 1981.
4. Боголюбская М.С. Консультанты: Воронина И., Монякина О., Лихачева Л. Хореографический кружок // Художественные кружки: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. – М.: «Просвещение», 1981.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца: Учебник. 5-е изд. – Л.: Искусство. 1980. – 192 с.
6. Захаров Р.В. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта.- М: Искусство, 1983. – 237 с., ил.

7. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: в 2 частях. Учебно-методическое пособие. – М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2001. – 112 с.: ноты и 104 с.: ноты
8. Мур Алекс. Техника балльных танцев. – Англия: «Имперское общество учителей» – 136 с.
9. Немов Р.С. Общие основы психологии. – М.: ГИЦ ВЛАДОС, 1999. – 688 с.
10. Шереметьевская Н.В. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985. – 416 с., ил.

Учебные пособия, методические рекомендации

1. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. Учебно-методическое пособие. – М.: ВНМЦ, 1982. – 101 с.
2. Буренина А.И. Коммуникативные танцы для детей. Учебное пособие. – СПб.: Издательство «Музыкальная палитра», 2004. – 36 с.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. Учебное пособие для студентов. - М.: ГИЦ–ВЛАДОС, 2004. – 232 с.: ил., ноты.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. Учебное пособие для студентов. - М.: ГИЦ–ВЛАДОС, 2003. – 208 с.: ил., ноты.
5. Скляр И.Г., Чисталев П.И. Коми народные танцы. – Сыктывкар: Коми книжное издательство, 1990. – 188 с.: ил., ноты.
6. Иванова О.А., Шарбарова И.Н. Занимайтесь ритмической гимнастикой. – М.: Советский спорт, 1988. – 64 с.: ил.
7. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные балльные танцы. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2004. – 352 с.: фото.
8. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: в 2 частях. Учебно-методическое пособие. – М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2001. – 112 с.: ноты и 104 с.: ноты
9. Кристи Г. Основы актерского мастерства. – М., 1971 // Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности».
10. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия Холдинг, 2004. – 112 с., ил
11. Останко Л.В. Оздоровительная гимнастика для школьников. – СПб.: Издательский дом «Литера», 2006. – 32 с.: ил.
12. Парыгин Б.Д. Социальная психология. Учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2003. – 616 с., 4 с.ил.
13. Пидкасистый П.И. Педагогика. Учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей. – М: Педагогическое общество России, 1998. – 640 с.
14. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Цветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М.: Гум. Центр ВЛАДОС, 2003. – 256 с.
15. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ. – М., 1981 // Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности»
16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Учебное пособие в 7 частях. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004-2008 – по 44 с., ил.
17. Томпсон В.Каланетика для красоты и здоровья. – Ростов н/Д.: издательство «Феникс», 2004. – 208 с., ил.
18. Филирева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство-Пресс», 2006. – 352 с., ил.
19. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и балльным танцам: Учебно-методическое пособие. – СПб: изд. ООО «Синус Пи», 136 с., ил.

Интернет литература

1. <https://nsportal.ru/> Социальная сеть работников образования «Наша сеть»
2. <http://avidreaders.ru/book/balnye-tancy-metodicheskoe-posobie.html> Бальные танцы. Методическое пособие.
3. https://abc.vvsu.ru/Books/sportivnyj_tanets_progr/page0001.asp Спортивный танец.
4. <http://ball-dance.narod.ru/> Бальные танцы и все о них
5. http://danceshop.ru/literatura_dlya_tantsev Литература для бальных танцев

Литература для детей и родителей

1. Агапова И.А., Давыдова М.А. Веселые праздники в школе и дома. – М: ООО ИКТЦ «ЛАДА», 2006 – 256 с.
2. Вступление в балет. Фотоальбом/Сост. Жданов Л.Т. – М.: Изд. «Планета», 1986. – 165 с., ил.
3. Государственный Ансамбль «Ася кыя».: Внешторгиздат, 1989. – 30 с., ил.
4. Детские народные подвижные игры: Кн. Для воспитателей д/с и родителей/ Сост.А.В.Кенеман, Т.Н.Осокина, 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, ВЛАДОС, 1985. – 224 с., ил.
5. Иванова О.А., Шарабарова И.Н. Занимайтесь ритмической гимнастикой. – М.: Сов.спорт, 1988. – 64 с., ил.// Физкультурная библиотечка школьника.
6. Карташова Н.Н. Воспитание танцем. Заметки балетмейстера. – Челябинск: Южно-Уральское кн.изд, 1976. – 111 с.
7. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем, играем, танцуем дома и в саду. Популярное пособие для родителей и педагогов/ Худ. Думин М.В., Куров В.Н. – Ярославль: «Академия развития», 1997. – 240 с., ил. – (Серия: «Игра, обучение, развитие, развлечение»).
8. Нашхоев Р. Махмуд Эсамбаев – чародей танца. Документальная повесть. – М.: «Маренго-Принт», 2001. -150 с.; 50 л.ил.
9. Пожидаев Г.А. Повесть о танце. – М.: «Мод.гвардия», 1972. – 176 с., с ил.
10. Рубштейн Н.В. Что нужно знать, что бы стать первым. Танцор. Пара. – Севастополь: Экспресс-печать, 2007. – 196 с.
11. Слонимский Ю.И. Балетные строки Пушкина. – Л.:Искусство, 1974. – 184 с.; 4 л.ил.

Интернет литература

1. <https://nsportal.ru/> Социальная сеть работников образования «Наша сеть»
2. <http://avidreaders.ru/book/balnye-tancy-metodicheskoe-posobie.html> Бальные танцы. Методическое пособие.
3. https://abc.vvsu.ru/Books/sportivnyj_tanets_progr/page0001.asp Спортивный танец.
4. <http://ball-dance.narod.ru/> Бальные танцы и все о них
5. http://danceshop.ru/literatura_dlya_tantsev Литература для бальных танцев