

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 104
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА М.С.ХАРЧЕНКО
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
Протокол № 8 от 09.06.2021

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от 09.06.2021 № 96

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)
ПРОГРАММА
«Спортивные танцы»
Возраст учащихся от 7 до 10 лет
Срок реализации 3 года**

Разработчик:
Педагог дополнительного образования
Шарапков Владимир Владимирович

Пояснительная записка.

Направленность – программа «Спортивные танцы» имеет спортивную направленность и предполагает общекультурный уровень усвоения.

Актуальность программы заключается в активном развитии танцевального спорта и его популяризации среди населения.

Танцевальный спорт относится к сложно координационным видам спорта. Такие виды спорта предъявляют высокие требования не только к координационным возможностям для выполнения быстрых и технически сложных элементов, но и также к силовым, скоростно-силовым, аэробным возможностям мышц и к уровню выносливости.

Данная программа по танцевальному спорту предусматривает развитие физических способностей занимающихся (координационные способности, гибкость, выносливость), углубленное изучение теоретического материала, изучение различных фигур и элементов, совершенствование танцевальной техники и овладения эмоционально ярким исполнением.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что в неё включены упражнения общей физической подготовки, а также элементы классической хореографии с целью разнообразия занятий.

Педагогическая целесообразность заключается в разностороннем развитии физических и духовных качеств занимающихся.

Программа реализуется с 2016г.

Цель программы – приобщение занимающихся к танцевальному спорту, развитие художественного вкуса, выработке личностных качеств танцора-спортсмена и в целом – развитие гармоничной целостной личности в физическом, моральном и духовном плане.

Задачи:

1. **Образовательные задачи** - овладение учениками танцевальными знаниями, умениями и навыками на основе программного материала.

2. **Развивающие задачи** - выработка и дальнейшее развитие специальных способностей, таких как:

- внимание;
- мышление;
- память;
- координация;
- эстетика движения;
- спортивная пластика.

3. Воспитательные задачи – воспитание этики отношений и культуры поведения, развитие волевых качеств, преодоление возрастных трудностей в отношении мальчиков и девочек, расширение круга эстетических представлений культурных интересов занимающихся.

Условия реализации программы - программа ориентирована на учащихся 7 - 10 лет (1-4 класс), имеющих начальную подготовку, с наличием медицинского допуска. Принимаются на основе заявления. Списочный состав группы формируется по норме наполняемости не менее 15 человек. Программа рассчитана на 3 года обучения, 144 часа в год на одну группу обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год).

Формы занятий:

1. тренировка;
2. открытый урок;
3. игровые занятия;
4. выступления.

Планируемые результаты:

1. Личностные результаты:

- развитие самостоятельности и личной ответственности;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях.

2. Метапредметные

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.
- волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном;
- проговаривать последовательность действий на занятии.
- потребность в общении с учителем;
- умение слушать и вступать в диалог.

3. Предметные:

К концу обучения, занимающиеся должны стать социально-активной личностью, должны знать:

- название новых базовых фигур танцев: «Медленный вальс», «Квикстеп», «Самба», «Ча-ча-ча» и др.
- значения слов ритм, акцент, темп и их практическое применение.
- различия и особенности исполнения танцев Европейской программы и Латиноамериканской;

Формы организации деятельности учащихся на занятии

- фронтальная – при изложении теоретических правил или теории
- групповая – в парных или групповых танцах.

Формы проведения занятий:

- *практические задания* – по усвоению минимальных теоретических основ танца, учащиеся приступают непосредственно к их выполнению
- *выступления* – по усвоению основных практических приемов группой учащихся, происходит переход в форму проведения выступлений
- **беседа**, на которой излагаются теоретические сведения, которые

иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.

Материально-техническое оснащение

- Наличие специального кабинета (актовый зал).
- Наличие репетиционного зала (сцена).
- Музыкальный центр, компьютер.
- Записи фонограмм в режиме «+» и «-».
- Электроаппаратура.
- Зеркало.
- Записи аудио, видео, формат CD, MP3.
- Записи выступлений, концертов.

Формы подведения итогов реализации программы – проведение внутришкольных выступлений на различных мероприятиях, проведение отчетных концертных мероприятий.

Учебный план первого года обучения

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	4	2	2	Устный опрос
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты:	10	2	8	Устный опрос
3	Танцевальная азбука	40	4	36	Практические задания
4	Основные понятия танца	36	4	32	Практические задания, выступления
5	Творческая деятельность и танец	50	2	48	Практические задания, выступления
6	Итоговое занятие	4	2	2	Практические задания, выступления
Итого		144	12	132	

Учебный план второго года обучения

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	4	2	2	Устный опрос
2	Основы танцевальных ритмов	10	2	8	Устный опрос
3.	Европейская программа танцев	44	4	40	Практические задания
4.	Латиноамериканская программа танцев	36	4	32	Практические задания, выступления
5.	Совершенствование конкурсных вариаций	46	2	44	Практические задания, выступления
6.	Итоговое занятие	4	2	2	Практические задания, выступления
Итого		144	16	128	

Учебный план третьего года обучения

№	Раздел	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	8	4	4	Устный опрос, педагогическое наблюдение, педагогическая беседа
2	Основы танца падеграс	16	2	14	Практические задания
3	Основы танца полонез	18	2	16	Практические задания
4	Основы танца самба	18	2	16	Практические задания
5	Основы танца ча-ча-ча	12	2	10	Практические задания
6	Основы танца джайв	12	2	10	Практические задания
7	Основы танца танго	18	2	16	Практические задания
8	Основы танца медленный вальс	16	2	14	Практические задания
9	Основы танца венский вальс	12	2	10	Практические задания, выступления

10	Итоговое занятие	14	4	10	Практические задания, выступления
	Итого	144	24	120	

Календарный учебный график

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
01.09.2021	29.05.2021	36	144	2 занятия по 2 часа
01.09.2021	31.05.2022	36	144	2 занятия по 2 часа
01.09.2022	31.05.2023	36	144	2 занятия по 2 часа

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 104
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА М.С.ХАРЧЕНКО
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
Протокол № 8 от 09.06.2021

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от 09.06.2021 № 96
Подписано цифровой подписью:
Добренко Ирина Александровна
Дата: 2021.08.30 18:57:28 +03'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
ПРОГРАММЕ
«Спортивные танцы»
Возраст учащихся от 7 до 10 лет
1 год обучения**

Разработчик:
Педагог дополнительного образования
Шарапков Владимир Владимирович

Санкт-Петербург
2021г.

Особенности организации образовательного процесса – на первом году обучения принимаются все желающие, впоследствии проходящие тестирование и оставляющие за собой желание остаться в коллективе. Наполняемость группы – 15 человек. Учащиеся принимаются на основе заявления. Занятия проходят с учетом конкретных видов деятельности – фронтальной, групповой, индивидуальной.

Задачи:

1. **Образовательные задачи** – овладение учениками ознакомительными движениями в танце, начальные знания в теории танца

2. **Развивающие задачи** – выработка и дальнейшее развитие специальных способностей, таких как:

- координация;
- эстетика движения;
- спортивная пластика.

Развитие общей и специальной выносливости, гибкости, укрепление мышечного корсета, выработка правильной осанки.

3. **Воспитательные задачи** – воспитание этики отношений и культуры поведения, развитие волевых качеств, преодоление возрастных трудностей в отношении мальчиков и девочек, расширение круга эстетических представлений культурных интересов занимающихся.

Планируемые результаты первого года обучения

Личностными результатами является формирование следующих умений:

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- Проявление положительных качеств личности и управления своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметными результатами является:

- Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- Планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- Оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

Предметными результатами является сформированность следующих умений.

- Планирование занятий ритмики в режиме дня;
- Представления ритмики как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- Бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение техники безопасности к местам проведения;
- Объяснение в доступной форме правил выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправления их;
- Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;

- Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами. В различных условиях.

Формы подведения итогов реализации программы – проведение внутришкольных выступлений на различных мероприятиях, проведение отчетных концертных мероприятий.

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Техника безопасности при проведении занятий. Введение в теорию танца.

Практика: Первые упражнения по постановке фигуры, осанка, похода и т.д.

2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

Теория: Характер музыки и танец. Размер музыки и танец.

Практика: Практические задания. Правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка; чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения; уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4; отмечать в движении сильную долю такта; уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений.

3. Танцевальная азбука

Теория: Ознакомление с основными танцевальными терминами.

Практика: Упражнения на позицию ног и рук классического танца, народно — сценического танца; усвоение правил постановки корпуса; умение исполнять основные упражнения на середине зала; танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений.

4. Основные понятия танца

Теория: Основные понятия в бальном танце, фигуры, вальс, джайв и т.д.

Практика: Отработка на практике основных фигур бального танца.

5. Творческая деятельность и танец

Теория: Понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно,

синхронно.

Практика: Исполнение веселой польки на подскоках, вальс в три па, своего национального танца, танцевальная композиция, построенная на изученных танцевальных движениях.

6.Итоговое занятие

Теория: Первые представления о народных танцах.

Практика: Раскрытие творческих способностей, развитие организованности и самостоятельности в выполнении упражнений и исполнении танца.

Календарно-тематическое планирование 1 года обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1.	Введение. Что такое ритмика.	4
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	4
3.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп)	4
4.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	4
5.	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс	4
6.	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы	
7.	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук	4
8.	Ритмическая схема. Ритмическая игра	4
9.	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	4
10.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	4
11.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	4
12.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика	4

13.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения	4
14.	Упражнения для профилактики плоскостопия	4
15.	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	4
16.	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	4
17.	Упражнения на расслабление мышц	4
18.	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри»	4
19.	Музыкальные, танцевальные темпы.	4
20.	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница»	4
21.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	4
22.	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	4
23.	Правила танцевального этикета.	4
24.	Аэробика.	4
25.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	4
26.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха	4
27.	Прохлапывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	4
28.	Прохлапывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	4
29.	Ритмические упражнения.	4
30.	Ритмические упражнения.	4
31.	Ритмические упражнения.	4
32.	Гимнастика Parter.	4

33.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	4
34.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	4
35.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	4
36.	Итоговое занятие, Выступление.	4
Итого		144

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 104
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА М.С.ХАРЧЕНКО
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
Протокол № 8 от 09.06.2021

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от 09.06.2021 № 96
Подписано цифровой подписью:
Добренко Ирина Александровна
Дата: 2021.08.30 18:58:58 +03'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
ПРОГРАММЕ
«Спортивные танцы»
Возраст учащихся от 8 до 11 лет
2 год обучения**

Разработчик:
Педагог дополнительного образования
Шарапков Владимир Владимирович

Санкт-Петербург
2021г.

Особенности организации образовательного процесса – на втором году обучения принимаются все желающие, впоследствии проходящие тестирование и оставляющие за собой желание остаться в коллективе. Наполняемость группы – 12-15 человек. Учащиеся принимаются на основе заявления. Занятия проходят с учетом конкретных видов деятельности – фронтальной, групповой, индивидуальной.

Задачи:

1. **Образовательные задачи** – овладение учениками основными движениями в танце, закрепление знаний в теории танца. Введение в теорию Европейской и латиноамериканской систем танца.

2. **Развивающие задачи** – выработка и дальнейшее развитие специальных способностей, таких как:

- внимание;
- мышление;
- память.

Развитие общей и специальной выносливости, гибкости, укрепление мышечного корсета, выработка правильной осанки.

3. **Воспитательные задачи** – воспитание этики отношений и культуры поведения, развитие волевых качеств, преодоление возрастных трудностей в отношении мальчиков и девочек, расширение круга эстетических представлений культурных интересов занимающихся. Представление о культуре европейского и латиноамериканского танцев.

Содержание программы второго года обучения

РАЗДЕЛ № 1. Вводное занятие

Теория: Техника безопасности при проведении занятий. Введение в теорию танца.

Практика: Первые упражнения по постановке фигуры, осанка, походка и т.д.

РАЗДЕЛ № 2. Основы танцевальных ритмов.

Теория: понятия «мелодия», «музыкальность», «ритм», «акцент», различия танцевальных мелодий.

Практика: прослушивание мелодий различных танцев, развитие музыкального слуха через специальные игровые упражнения. Повторение ранее пройденного материала.

РАЗДЕЛ № 3. Европейская программа танцев.

Продолжение изучения танца «Медленный вальс». Изучение танца «Квикстеп».

Теория: музыкальные акценты, особенности техники исполнения танца и его отдельных элементов.

Практика: изучение и совершенствование базовых фигур «Медленного вальса» (перемена на месте, левый, правый квадрат, правый и левые повороты), «Квикстепа» (типл-шассе, четвертной поворот, локстеп) и техники их исполнения.

РАЗДЕЛ № 4. Латиноамериканская программа танцев.

Продолжение изучения танцев «Самба» и «Ча-ча-ча».

Теория: музыкальные акценты, особенности техники исполнения танца и его отдельных элементов.

Практика: изучение и совершенствование базовых фигур танца «Самба» (основное движение, виск, самбаход, вольта, ботафога), танца «Ча-ча-ча» (основное движение, локстеп, нью-йорк, рука-к-руке, смена направления, компактное шассе) и техники их исполнения.

РАЗДЕЛ № 5. Совершенствование конкурсных вариаций.

Теория: беседа об общей и спортивной этике. Правила проведения соревнований. Правила поведения спортсменов на соревнованиях.

Практика: отработка и совершенствование исполнения конкурсных вариаций, состоящих из изученных ранее фигур.

РАЗДЕЛ № 6. Итоговое занятие.

Теория: Закрепление изученного материала.

Практика: Раскрытие творческих способностей, развитие

организованности и самостоятельности в выполнении упражнений и исполнении танца.

Планируемые результаты:

1. Личностные результаты:

- развитие самостоятельности и личной ответственности;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях.

2. Метапредметные

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.
- волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном;
- проговаривать последовательность действий на занятии.
- потребность в общении с учителем;
- умение слушать и вступать в диалог.

3. Предметные:

К концу обучения, занимающиеся должны стать социально-активной личностью, должны знать:

- различия и особенности исполнения танцев Европейской программы и Латиноамериканской;
- название новых базовых фигур танцев: «Медленный вальс», «Квикстеп», «Самба», «Ча-ча-ча».
- значения слов ритм, акцент, темп.

Формы подведения итогов реализации программы – проведение внутришкольных выступлений на различных мероприятиях, проведение

отчетных концертных мероприятий.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	4
2.	Основы музыкальных ритмов.	4
3.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4
4.	Перемены медленного вальса.	4
5.	Квадраты медленного вальса.	4
6.	Перемены медленного вальса по кругу.	4
7.	Правый поворот медленного вальса.	4
8.	Левый поворот медленного вальса.	4
9.	Знакомство с танцем «Квикстеп».	4
10.	Фигура «Типл-шассе».	4
11.	Фигура «Типл-шассе» со сменой направления.	4
12.	Четвертные повороты квикстепа.	4
13.	Работа коленей и стопы в танце «Самба»	4
14.	Основное движение танца самба.	4
15.	Фигура «Виск» и «Самбаход».	4
16.	Фигура «Вольта».	4
17.	Фигура «Ботафога».	4
18.	Танец «Ча-ча-ча». Основное движение.	4
19.	Фигура «Нью-Йорк» и «Рука-к-руке».	4
20.	Фигура «Локстеп».	4
21.	Фигура «компактное шассе».	4
22.	Фигура «Смена направления»	4
23.	Медленный вальс. Разучивание и отработка	4

	вариации.	
24.	Квикстеп. Разучивание и отработка вариации.	4
25.	Самба. Разучивание и отработка вариации.	4
26.	Ча-ча-ча. Разучивание и отработка вариации.	4
27.	Четвертные повороты квикстепа.	4
28.	Работа коленей и стопы.	4
29.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4
30.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4
31.	Перемены медленного вальса.	4
32.	Квадраты медленного вальса.	4
33.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4
34.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4
35.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4
36.	Итоговое занятие. Выступления.	4
Итого		144

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 104
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА М.С.ХАРЧЕНКО
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
Протокол № 8 от 09.06.2021

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от 09.06.2021 № 96
Подписано цифровой подписью:
Добренко Ирина Александровна
Дата: 2021.08.30 18:59:28 +03'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
ПРОГРАММЕ
«Спортивные танцы»
Возраст учащихся от 9 до 12 лет
3 год обучения**

Разработчик:
Педагог дополнительного образования
Шарапков Владимир Владимирович

Санкт-Петербург
2021г.

Особенности организации образовательного процесса – на третьем году обучения принимаются все желающие, впоследствии проходящие тестирование и оставляющие за собой желание остаться в коллективе. Наполняемость группы – 12-15 человек. Учащиеся принимаются на основе заявления. Занятия проходят с учетом конкретных видов деятельности – фронтальной, групповой, индивидуальной.

Задачи:

1. **Образовательные задачи** - овладение учениками танцевальными знаниями, умениями и навыками на основе танцев программного материала (падеграс, ча-ча-ча, самба и т.д.).

2. **Развивающие задачи** - выработка и дальнейшее развитие специальных способностей, таких как:

- внимание;
- мышление;
- память;
- координация;
- эстетика движения;
- спортивная пластика.

3. **Воспитательные задачи** – воспитание этики отношений и культуры поведения, развитие волевых качеств, преодоление возрастных трудностей в отношении мальчиков и девочек, расширение круга эстетических представлений культурных интересов занимающихся. Расширение представлений о танце, через изучение видов танцев европейской и латиноамериканской школы.

Планируемые результаты:

1. Личностные результаты:

- развитие самостоятельности и личной ответственности;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях.

2. Метапредметные

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы.
- волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном;
- проговаривать последовательность действий на занятии.
- потребность в общении с учителем;
- умение слушать и вступать в диалог.

3. Предметные:

К концу обучения, занимающиеся должны стать социально-активной личностью, должны знать:

- название новых базовых фигур танцев: «Медленный вальс», «Квикстеп», «Самба», «Ча-ча-ча» и др.
- значения слов ритм, акцент, темп и их практическое применение.
- различия и особенности исполнения танцев Европейской программы и Латиноамериканской;

Формы подведения итогов реализации программы – проведение внутришкольных выступлений на различных мероприятиях, проведение отчетных концертных мероприятий.

Содержание программы третьего года обучения

1. Вводное занятие.

Теория: анкетирование детей, техника безопасности, инструктаж по технике безопасности.

Практика: Начальная диагностика, выявление уровня ЗУН, который имеют учащиеся.

2. Основы танца падеграс.

Теория: Основы музыкальной грамотности, музыкально-ритмическая характеристика танца.

Практика: Ориентирование в пространстве, знакомство с направлениями движений в танце, изучение основ танца, основной шаг по линии танца, основной шаг в сторону, постановка танцевальной композиции, постановка упрощенного варианта танца падеграс.

3. Основы танца полонез.

Теория: Основы музыкальной грамотности, музыкально-ритмическая характеристика танца.

Практика: Ориентирование в пространстве, знакомство с направлениями движений в танце, изучение основ танца, основное движение вперед, «обходка», баланс вперед, постановка танцевальной композиции, постановка упрощенного варианта танца полонез.

4. Основы танца самба.

Теория: Основы музыкальной грамотности, музыкально-ритмическая характеристика танца.

Практика: Ориентирование в пространстве, знакомство с направлениями движений в танце, изучение основ танца, небольшие приседания на 1 и 2 ударах, после подъема на «и» ноги вместе:

- основное движение с правой и с левой ног;
- виск направо и налево;
- ход на месте с правой и с левой ног;
- ход самбы по одному;
- променадный ход в парах;
- корта джака с П.Н. вперед и с Л.Н. назад;
- поступательная бота фого лицом и спиной;
- вольта направо и налево.

Постановка танцевальной композиции, постановка упрощенного варианта танца самба.

5. Основы танца ча-ча-ча.

Теория: Основы музыкальной характеристики танца.

Практика: Ориентирование в пространстве. Постановка танцевальной композиции, постановка упрощенного варианта танца ча-ча-ча:

- знакомство с направлениями движений в танце.
- перенос веса с ноги на ногу, выгибая колени назад, делая тазом восьмерку;
- открытое шассе влево - вправо (таймстеп);
- основное движение без поворота и с поворотом влево;
- «Чек»;
- рука к руке;
- полный поворот направо и налево;
- локк шассе вперед и назад;
- ронд шассе;
- хип твист шассе.

6. Основы танца джайв.

Тема: Основы музыкальной грамотности, музыкально-ритмическая характеристика танца.

Практика: Ориентирование в пространстве, знакомство с направлениями движений в танце. Постановка танцевальной композиции, постановка упрощенного варианта танца джайв, изучение основ танца:

- открытое шассе направо и налево;
- открытое шассе вперед и назад;
- то же делая вместо шассе локк;
- два шассе вперед – два шассе назад;
- болл чейндж;
- свивлы с носка на каблук, держась за опору;
- «Рок с ЛН, с ПН».
- «Променадное звено».

- «Променадное окончание».
- «Правый твист поворот».
- «Мини файвстеп».
- «Файвстеп».
- «Левый поворот на поступательном боковом шаге».

7. Основы танца танго.

Теория: Основы музыкальной грамотности, музыкально-ритмическая характеристика танца.

Практика: Ориентирование в пространстве, знакомство с направлениями движений в танце, изучение основ танца:

- ход вперед по маленькому кругу, поворачиваясь влево;
- «Левый квадрат» (корте вперед и назад);
- «Большой левый квадрат»;
- «Левый развернутый квадрат»;
- «Левый открытый развернутый квадрат»;
- «Левый развернутый квадрат назад»;
- «Левый открытый развернутый квадрат назад»;
- «Рок» (покачивание вперед и назад).
- «Поступательный боковой шаг».
- «Ход».
- «Рок-поворот».
- «Корте назад».
- «Поступательное звено».
- «Закрытый променад».
- «Основной левый поворот».
- «Открытый променад».
- «Форстеп».
- фор стэп;

8. Медленный вальс:

Теория: Основы музыкальной грамотности, музыкально-ритмическая характеристика танца.

Практика: Ориентирование в пространстве, знакомство с направлениями движений в танце, изучение основ танца:

- стоя в шестой позиции, опускаться и подниматься;
- шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги, подтягивая правую ногу (опускаясь на 1, поднимаясь на 2,3, в конце – снижения);
- то же с левой ноги;
- шаг в сторону с правой ноги, подтягивая левую ногу, с опусканием и подъемом;
- то же с Л.Н.;
- «Правый квадрат»;
- «Левый квадрат»;
- «Большой правый квадрат»;
- «Большой левый квадрат».

9. Танец венский вальс.

Тема: Основы музыкальной грамотности, музыкально-ритмическая характеристика танца.

Практика: Ориентирование в пространстве, знакомство с направлениями движений в танце, изучение основ танца, постановка танцевальной композиции, постановка танца венский вальс:

- правый развернутый квадрат;
- левый развернутый квадрат с закрепиванием;
- перемены с П.Н. и с Л.Н.;
- «Контра чек» из левого в правый «Флекерл»;
- правый поворот;
- левый поворот.

10. Итоговое занятие.

Теория: Повторение теоретических основ танцев данных на втором году обучения.

Практика: Отчетный концерт:

-демонстрация изученных танцевальных композиций.

Календарно-тематическое планирование третьего года обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Количество часов по плану	Количество часов по факту
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Начальная диагностика	4		
2.	Основы музыкальной грамотности Ориентирование в пространстве	4		
3.	Основы танца падеграс	4		
4.	Изучение основ танца Постановка танцевальной композиции	4		
5.	Основы танца самба	4		
6.	Работа коленей и стопы в танце «Самба»	4		
7.	Основное движение танца самба.	4		
8.	Основы танца ча-ча-ча	4		
9.	Танец «Ча-ча-ча». Основное движение.	4		
10.	Фигура «Нью-Йорк» и «Рука- к-руке».	4		

11.	Фигура «Локстеп».	4		
12.	Основы танца джайв	4		
13.	Изучение основ танца Постановка танцевальной композиции	4		
14.	Фигура «компактное шассе».	4		
15.	Фигура «Смена направления»	4		
16.	Медленный вальс. Разучивание и отработка вариации.	4		
17.	Работа коленей и стопы.	4		
18.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
19.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
20.	Основы танца танго	4		
21.	Изучение основ танца Постановка танцевальной композиции	4		
22.	Основы танца медленный вальс	4		
23.	Изучение основ танца Постановка танцевальной композиции	4		
24.	Основы танца венский вальс	4		
25.	Изучение основ танца Постановка танцевальной композиции	4		
26.	Перемены медленного вальса.	4		
27.	Квадраты медленного вальса.	4		

28.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
29.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
30.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
31.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
32.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
33.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
34.	Комплекс специальных танцевальных упражнений	4		
35.	Итоговые выступления	4		
36.	Итоговое занятие. Выступления.	4		
Итого		144		

Оценочные материалы

Входная диагностика проводится в начале сентября с целью выявления уровня знаний и умений учащихся, а также их физических качеств (физические качества, выносливость, память, реакция и т.д.).

Формы диагностики:

- педагогическое наблюдение
- выполнение практических заданий педагога.

Диагностика уровня знания проводится индивидуально, по нескольким параметрам: физические способности (ОФП), реакция, выносливость,

скорость, гибкость, управление конфликтными ситуациями. Во время проведения входной диагностики заполняется карта:

Уровень	ФИ учащегося Умения и навыки					
	Скорость	Пластичность	Выносливость	ОФП	Гибкость	Управление конфликтными ситуациями
1 уровень						
2 уровень						
3 уровень						

Скорость

- 1 уровень – учащийся не обладает скоростными качествами
- 2 уровень – учащийся обладает скоростными качествами достаточными для танца
- 3 уровень – учащийся обладает скоростными качествами для улучшения своего результата в танце

Реакция

- 1 уровень – учащийся не имеет ответной реакции на музыку
- 2 уровень – учащийся обладает достаточной ответной реакции на музыку
- 3 уровень – учащийся обладает ответной реакции на музыку

Выносливость

- 1 уровень – учащийся может заниматься танцами от 5-10 минут
- 2 уровень – учащийся может заниматься танцами до 45 минут
- 3 уровень – учащийся может заниматься танцами от 45 минут и больше.

ОФП

- 1 уровень – учащийся не может выполнить минимальные нормы ОФП достаточные для проведения танцев
- 2 уровень – учащийся может выполнить половину норм ОФП, достаточных для проведения танцев
- 3 уровень – учащийся может выполнить в полном объеме нормы ОФП, необходимые для проведения танцев

Гибкость

- 1 уровень – учащийся не имеет навыков гибкости
- 2 уровень – учащийся имеет недостаточно навыков гибкости
- 3 уровень – учащийся обладает навыками гибкости

Управление конфликтными ситуациями

- 1 уровень – учащийся не способен предотвращать конфликты в парных танцах
- 2 уровень – учащийся способен в некоторой степени контролировать свои эмоции в парных танцах
- 3 уровень – учащийся способен контролировать свои эмоции в парных танцах

Текущий контроль осуществляется на протяжении всего года для отслеживания уровня учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся посредством следующих материалов:

- устный опрос
- практические задания
- педагогическое наблюдение
- выступления

Промежуточный контроль осуществляется два раза в год, в конце первого и второго полугодия.

Формы:

- педагогическое наблюдение
- устный опрос
- педагогическая беседа

-выступления

Итоговый контроль проводится в конце года по следующим формам

- выступления

- выявление победителя (призовые места) в общешкольных мероприятиях

Результаты учащихся заносятся в карту учета творческих достижений.

ФИ учащегося Карта учета достижений							
Балл	Внутришкольные мероприятия	Пластичность	Баллы	Эстетика	Ритмичность	Участие в конкурсах	Самоконтроль и дисциплина
1							
2							
3							
4							
5							

Внутришкольные мероприятия

- 1 балл – учащийся не допущен до внутришкольных мероприятий
- 2 балла – учащийся не принимал участия в танцевальных мероприятиях
- 3 балла – учащийся принимал участие, но не занимал никаких мест
- 4 балла – учащийся занимал призовые места
- 5 баллов – учащийся постоянно занимает призовые места в танцевальных мероприятиях

Пластичность

- 1 балл – учащийся не обладает навыками пластичности
- 2 балла – учащийся обладает навыками пластичности, однако, оценен неудовлетворительно
- 3 балла – учащийся обладает навыками пластичности, оценен удовлетворительно

- 4 балла – учащийся обладает навыками пластичности, оценка «хорошо»
- 5 баллов – учащийся обладает навыками пластичности, оценка «отлично»

Баланс

- 1 балл – учащийся не обладает навыками баланса
- 2 балла – учащийся обладает навыками баланса, однако, оценен неудовлетворительно
- 3 балла – учащийся обладает навыками баланса, оценен удовлетворительно
- 4 балла – учащийся обладает навыками баланса, оценка «хорошо»
- 5 баллов – учащийся обладает навыками баланса, оценка «отлично»

Эстетика

- 1 балл – учащийся не обладает эстетическими навыками
- 2 балла – учащийся обладает эстетическими навыками, однако, оценен неудовлетворительно
- 3 балла – учащийся обладает эстетическими навыками, оценка удовлетворительно
- 4 балла – учащийся обладает эстетическими навыками, оценка «хорошо»
- 5 баллов – учащийся обладает эстетическими навыками оценка «отлично»

Ритмичность

- 1 балл – учащийся не обладает навыками ритмичности
- 2 балла – учащийся обладает навыками ритмичности, однако, оценен неудовлетворительно
- 3 балла – учащийся обладает навыками ритмичности, оценен удовлетворительно
- 4 балла – учащийся обладает навыками ритмичности, оценка «хорошо»

- 5 баллов – учащийся обладает навыками ритмичности, оценка «отлично»

Участие в конкурсах

- 1 балл – учащийся не принимает участия в соревнованиях
- 2 балла – учащийся не принимает участия в соревнованиях, т.к. был отстранен от соревнований (нормы ОФП, конфликтность, несоблюдение правил танцев и т.д.)
- 3 балла – учащийся принимает участие в мероприятиях внутри кружка
- 4 балла – учащийся принимает участие во внутришкольных мероприятиях
- 5 баллов – учащийся принимает участие во всех мероприятиях предполагаемых программой кружка

Самоконтроль и дисциплина

- 1 балл – учащийся не контролирует ситуацию, однажды был отстранен от мероприятий
- 2 балла – учащийся контролирует ситуацию, однако необходимо присутствие педагога
- 3 балла – учащийся контролирует ситуацию, обладает минимальным уровнем самоконтроля
- 4 балла – учащийся обладает выдержкой и самоконтролем
- 5 баллов – учащийся может судить другие танцевальные пары

Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса

Образовательный процесс по программе организуется в очной форме групповых занятий.

Методы обучения

Формирование навыков игры у учащегося проходит через ряд этапов: от репродуктивного повторения алгоритмов и схем в типовых упражнениях, объясненных педагогом, до творческого применения знаний на практике. На начальном этапе преобладает **репродуктивный метод**. Он применяется

при обучении учащихся:

- правилам танца;
- практических упражнений.

В дальнейшем репродуктивный метод заменяется на **продуктивный**. Для того чтобы реализовать замысел танца, учащийся должен овладеть практическими приемами.

Метод коррекции. Учитывая, что становление ряда личностных характеристик учащегося происходит именно в практических упражнениях, за основу метода коррекции было принято формирование у учащегося адекватного отношения к проработке этих упражнений с исправлением ошибок.

Обучение осуществляется на основе общих *методических принципов*:

Принцип развивающей деятельности: танец, с целью развития личности каждого участника и всего коллектива в целом.

Принцип активной включенности: каждого ребенка в танец, а не пассивное созерцание со стороны;

Принцип доступности, последовательности и системности: изложения программного материала.

Основой организации работы с учащимися в данной программе является система *дидактических принципов*:

- принцип психологической комфортности - создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса
- принцип целостного представления о мире - при введении нового знания раскрывается его взаимосвязь с предметами и явлениями окружающего мира;
- принцип вариативности - у детей формируется умение осуществлять собственный выбор и им систематически предоставляется возможность выбора;
- принцип творчества - процесс обучения сориентирован на приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности.

Изложенные выше принципы интегрируют современные научные взгляды об основах организации развивающего обучения, и обеспечивают решение задач интеллектуального и личностного развития.

Список литературы

1. Войцеховский С.М. Книга тренера. – М.: Физкультура и спорт, 1991.
2. Зациорский, В.М. Теория и методика физического воспитания / В.М. Зациорский. - Т. 1, 2-е изд. – М.: ФиС, 1996.
3. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры / Ю.Ф. Курамшин. –М.: Советский Спорт, 2014.
4. Краснов С.В. «Спортивные танцы», год выпуска: 1999 г.
5. Мур А. Бальный танец. // М.: «Астрель», 2014 г.
6. Мур Алекс. Пересмотренная техника европейских танцев. - М.-СПб,1993.
7. Уолтер Лэрд. «Техника исполнения латиноамериканских танцев».
8. .Материалы научно-методического совещания по проблемам развития спортивных танцев. Москва, 30-31 октября 2007г. 2.
9. Спортивные танцы. Бюллетень №1. Материалы «Научно-методической конференции по проблемам развития спортивных танцев, посвященной 80-летию РГАФК. Москва, 25-26 марта 1998г.
10. Спортивные танцы. Бюллетень №6(14),М., август 2000г. «Теория и практика в спортивных танцах».
11. Спортивные танцы №5(13),М., июль 2000г.
12. Учебная программа по спортивным бальным танцам для культурно-досугового центра. Сост. Коваленко А.А.,М.,2015г.