Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
(протокол от 31.08.2023 № 1)

УТВЕРЖДЕНА
приказом от 31.08.2023 № 66-од
Директор

_____М.Д. Иваник

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ШКОЛА ТАНЦЕВ. ПЕРВЫЕ ШАГИ»

Возраст учащихся: 7-9 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы: педагог дополнительного образования
Заварзина Елена Васильевна

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00ED3833B170DF2AE5ED52FFE513C8B214
Владелец: Иваник Мария Дмитриевна
Действителен: с 11.01.2023 до 05.04.2024

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ДДТ.

Основные характеристики программы

В настоящее время бальный танец является одним из самых красивых видов спорта, однако он относится и к самым требовательным видам.

Образовательная программа «Школа танцев. Первые шаги» относится к **физкультурно-спортивной направленности.**

Актуальность данной программы состоит в приобщении детей к здоровому образу жизни. Учащиеся овладеют навыками творческой и соревновательной деятельности в рамках программы «Массовый спорт». Данная программа разработана с учётом потребностей учащихся и запросов их родителей.

Адресат программы. Программа адресована учащимся (мальчикам и девочкам) 7-9лет, желающим обучиться искусству бального танца и не имеющим медицинских противопоказаний.

Уровень освоения – общекультурный.

Срок и объем освоения программы: 1 год, 144 часа.

Цель: формирование и развитие творческих способностей детей, повышение функциональных возможностей организма через приобщение к искусству бального танца.

Задачи:

Обучающие:

– сформировать знания у детей об истории танцевальной культуры;
– познакомить детей с традициями и обычаями различных стран;
– сформировать знания, умения и навыки по бальной хореографии;
– дать представление о профессиональном и любительском танцевальном искусстве;
– научить технически грамотно и эмоционально исполнять танцы в рамках образовательной программы.

Развивающие:

– развивать физические данные воспитанника (эластичность мышц, подвижность суставов, координацию, ловкость, исправление осанки);
– развивать чувство ритма и музыкальность;
– развивать артистизм и выразительность движений, посредством изучения основ актерского мастерства;
– развивать умение свободно двигаться и ориентироваться в пространстве;
– развивать творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Воспитательные:

– способствовать формированию общей культуры детей;
– воспитать эстетический и художественный вкус, культуру поведения;
– воспитывать любовь и уважение к искусству;
– воспитывать и развивать творческую активность, целеустремленность, ответственность и лидерские качества воспитанника;
– воспитывать навыки общественно-организаторской деятельности;
– создать условия для самореализации личности воспитанника.

По уровню подготовки детей *первый год* обучения рассчитан на уровень «Н» класса.

Планируемые результаты освоения учащимися программы:

Личностные:

– Созданы условия для формирования общей культуры детей.
– Воспитываются и развиваются творческая активность, целеустремленность, ответственность и лидерские качества воспитанника.

– Воспитываются навыки общественно-организаторской деятельности.

Созданы условия для самореализации личности.

Метапредметные

– Развивается творческая инициатива и способность к самовыражению в танце.

– Формируются эстетический и художественный вкус, культура поведения, любовь и уважение к искусству.

Предметные

– Имеют общие представления о спортивных бальных танцах, о возникновении изучаемых танцев.

– Имеют представление о музыкальной грамоте (в объеме программы) и изучаемых танцев, уметь слышать музыку.

– Знают основные позиции рук в паре.

– Знают основные элементы классического экзерсиса (позиции рук и ног).

– Знают основные понятия и построения в зале - колонна, круг, дистанция, интервал.

– Имеют представление об основных требованиях и положениях по танцевальному спорту в России (требования, предъявляемые на конкурсах и турнирах).

– Умеют исполнять под счет, под музыку изучаемые танцы: «Модный рок», «Берлинская полька», «Вальс дружбы», «Полонез», «Па де Патинер», игровые танцы..

– Умеют исполнять на начальном уровне (под счет, под музыку) основные фигуры танцев: «Медленный вальс», «Самба», «Ча-ча-ча».

– Развиты физические данные воспитанника (эластичность мышц, подвижность суставов, координацию, ловкость, исправление осанки).

– Развиты чувство ритма и музыкальность.

– Развиваются артистизм и выразительность движений, посредством изучения основ актерского мастерства.

– Развивается умение свободно двигаться и ориентироваться в пространстве.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации – программа реализуется на государственном языке РФ (русском).

Форма обучения – программа реализуется в очной форме.

Условия набора учащихся: к обучению по программе приглашаются дети 7-9 лет, имеющие интерес к занятиям бальными танцами, не имеющие предварительной танцевальной подготовки, прошедшие творческие испытания, заключающиеся в выполнении тестовых заданий на проверку чувства ритма и координации движений. Зачисление учащихся на обучение по программе происходит по заявлению родителей (законных представителей).

Справка от врача, разрешающая занятия в коллективе бального танца, обязательна.

Условия формирования групп: группы комплектуются парами, равными по количеству мальчиков и девочек.

Количество детей в группе: не менее 15 человек.

Особенности организации образовательного процесса: образовательный процесс организуется в очной форме согласно расписанию занятий. В особых случаях возможно использование различных форм электронного обучения и дистанционных технологий(ZOOM,темы «История танцев», «Техника исполнения, изучение фигур и вариаций») в объеме, не превышающем 50% от общего количества часов, отведенных для обучения по программе.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

– Групповая – организация работы в группе.

– Индивидуально-групповая – чередование индивидуальных и групповых форм работы.

- В парах – организация работы по парам.
- По звеньям (парная, отдельно мальчики, отдельно девочки).
- Коллективная – организация работы с разновозрастными детьми.
- Фронтальная – праздники, конкурсы.

Материально-техническое оснащение программы:

- танцевальный зал (паркет, зеркала), оснащенный звуковыми колонками;
- раздевалки для учащихся;
- тренажер для фиксации позиции партнера в танцах европейской программы;
- телевизор;
- видеокамера;
- ноутбук;
- принтер;
- соответствующий музыкальный материал;
- специализированный видеоматериал;
- костюмы для конкурсов и концертных выступлений.

Кадровое обеспечение: программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

Учебный план
дополнительной общеразвивающей программы
«Школа танцев. Первые шаги»

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и итогового контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Вводное занятие**	**2**	2	0	Беседа
2.	**Общие представления о танце и музыке**				Учебное тестирование (теория)
	2.1.Музыкальное сопровождение танца	**4**	1	3	Опрос, беседа, контрольные упражнения
	2.2.Танцевальная азбука	**4**	1	3	Исполнение танца на контрольных занятиях
	2.3.Развитие физической подготовки	**20**	2	18	Контрольное занятие
	2.4.Мероприятия по развитию детей	**6**	0	6	Беседа
3.	**Основы исполнения историко-бытовой и отечественной программ бальных танцев**				
	3.1.Танец «Модный рок»	**6**	1	5	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
	3.2.Танец «Берлинская полька»	**6**	1	5	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
	3.3.Танец «Вальс дружбы»»	**6**	1	5	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
	3.4 Танец «Полонез»	**6**	1	5	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
	3.5. Танец «Па де Патинер»	**6**	1	5	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
	3.6. Игровые танцы	**6**	0	6	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
4.	**Европейские танцы**				
	4.1.Танец «Медленный вальс»	**34**	2	32	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
5.	**Латиноамериканские танцы**				
	5.1.Танец «Самба»	**18**	2	16	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
	5.2.Танец «Ча-ча-ча»	**34**	2	32	Исполнение танца на контрольных занятиях, концертах
6.	**Итоговое занятие**	**2**	0	2	Учебное тестирование Отчетный концерт Открытое занятие
	Всего	**160**	**17**	**143**	

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Система контроля результативности обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа танцев. Первые шаги» организована в соответствии с нормативным локальным актом ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга «Положение об организации текущего контроля, промежуточной аттестации и итогового контроля за результатами освоения учащимися дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга».

Формы контроля и сроки проведения

Входной/первичный контроль – проводится в форме просмотра в начале обучения по программе и включает в себя оценку:

- физических данных ребенка (подъем, шаг, гибкость);
- профессиональных данных (прыжок, музыкальность, координация);
- творческих способностей (уметь свободно двигаться под музыку).

Текущий контроль – осуществляется по мере освоения теоретической и практической базы. Предполагает оценивание уровня освоения программы учащимися через выполнение последними конкретных заданий. Участие в сценической практике за контрольный период (концерты, конкурсы и фестивали).

Промежуточная аттестация - осуществляется 2 раза в год (декабрь, май) и проходит в виде контрольного занятия и опроса \ тестирования.

Итоговый контроль – осуществляется по итогам освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Вид контроля	Формы аттестации и контроля	Содержание	Критерии оценивания
Входной\ первичный контроль	Просмотр	Просмотр физических данных ребенка (подъем, шаг, гибкость). Просмотр профессиональных данных ребенка (прыжок, музыкальность, координация). Просмотр творческих способностей ребенка (уметь свободно двигаться под музыку).	Оценки варьируются по разным показателям от 1 до 3 баллов.
Промежуточный	Контрольное занятие	Проверка практических умений (исполнение танцев и тренировочных упражнений)	Оценивается правильность исполнения и количество исполняемых танцев 3 – от 5 танцев (80 %) 2 – от 4 танцев (50%) 1 – от 2 танцев (30%)
		Проверка теоретических знаний (опрос\тестирование)	3 – от 80% правильных ответов 2 – от 50% правильных ответов 1 – от 30% правильных ответов
Текущий	Участие в массовых мероприятиях и концертах	Перечень массовых мероприятий	3 – часто (от 80%) 2 – периодически (от 50%) 1 – 1-2 конкурса (от 30%)
Итоговый	Итоговое занятие	Отчетный концерт	Оценивается правильность исполнения и количество исполняемых танцев 3 – от 5 танцев (80 %) 2 – от 4 танцев (50%) 1 – от 2 танцев (30%)
		Проверка теоретических знаний (опрос \ учебное тестирование тестирование)	3 – от 80% правильных ответов 2 – от 50% правильных ответов 1 – от 30% правильных ответов

Критерии оценки результативности освоения образовательной программы

№	Критерии, параметры	Степень выраженности (уровень)	Количество баллов
1	Темп и основной ритм-музыкальность	*Высокий уровень* Самостоятельное, точное исполнение движений соответственно музыке, точное начало и окончание движений согласно музыкальной фразе. Четкое следование ритмическому рисунку танца. *Средний уровень* Самостоятельное, но иногда неточное попадание в музыку. *Низкий уровень* Слабое или отсутствие музыкального слуха, смещение темпа и ритма исполняемого танца. «Не дружит с музыкой».	3 2 1
2	Линии корпуса (линии рук, спины, плеч, бедер, ног, головы, шеи)	*Высокий уровень* Правильная постановка корпуса и положение в паре на протяжении всей танцевальной композиции. *Средний уровень* Допущение неточностей и ошибок при постановке корпуса и положении в паре. *Низкий уровень* Отсутствие правильной постановки корпуса и положения в паре.	3 2
3	Правильность исполнения движений	*Высокий уровень* Точное выполнение последовательности движений в комбинации или заданных фигур. *Средний уровень* Выполняет действия самостоятельно, но допускает ошибки и неточности. *Низкий уровень* Слабо ориентируется, действует по показу педагога или, глядя на товарищей.	3 2 1
4	Техника исполнения (свинг, равновесие, подъемы, опускания)	*Высокий уровень* Высокое качество исполнения движений, согласно характеру танца, темпа и ритма. *Средний уровень* Недостаточно точное и правильное исполнение танцевальных движений. *Низкий уровень* Отсутствие заданных правил при исполнении движений.	3 2 1
5	Артистизм (эмоциональность, характер)	*Высокий уровень* Точная передача характера танца с помощью мимики, жестов, поз. *Средний уровень* Недостаточно яркое и выразительное исполнение движений и постановок. *Низкий уровень* Исполнение танцевальных движений и постановок без эмоциональной окраски.	3 2 1

Варианты контрольно-измерительных материалов представлены в Приложении.

Формы фиксации материалов – все результаты освоения учащимися образовательной программы заносятся в «Карту результатов освоения образовательной программы».

Методические материалы

Методики, методы и приемы, технологии обучения.

Основными методами обучения являются:

– словесные (вербальные) методы обучения: устное объяснение, беседа, анализ видеоматериала;
– наглядные методы обучения: просмотр видеоматериалов, показ педагога (демонстрация), наблюдение за исполнением движений учащимися старших групп;
– практические методы обучения: тренировочные упражнения, разучивание танца, система последовательных заданий, упражнение с объяснением и исправлением ошибок, многократное повторение;
– эвристические методы обучения: самостоятельные постановки, импровизации, этюды, творческие задания;
– исследовательские методы обучения: самостоятельная работа, изучение разнообразных источников с целью получения информации по конкретной теме;
– индивидуальное обучение: индивидуальный творческий план, индивидуальная работа над танцем.

Методика проектной деятельности: изучение темы строится как работа над тематическим проектом.

Высокая результативность работы по программе может быть достигнута при использовании следующих педагогических технологий:

– технология дифференцированного обучения (обучение в одной группе детей, имеющих разный уровень хореографической подготовки, способностей);
– технология личностно-ориентированного обучения (обучение каждого ребенка в группе, исходя из его возможностей, способностей, перспективы);
– игровые технологии (обучение при помощи игровых методов активизирует все познавательные процессы учащегося, позволяет наиболее доходчиво объяснить основные задачи учебного задания);
– здоровьесберегающие технологии (использование интересных упражнений для снятия мышечного напряжения, разогрева рук, повышения эмоционального фона и пр.);
– коммуникативные технологии (использование разнообразных методов для создания ситуации равноправного общения в группе, ситуации успеха для каждого учащегося).

Для эффективной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы педагогу дополнительного образования необходимо создать такие условия, при которых образовательный процесс становится увлекательным, интересным, интригующим, затягивающим.

Для достижения данной цели педагогом могут быть использованы разные формы организации и проведения занятий:

– теоретические: через объяснение, лекцию, видео-лекцию учащиеся получают основные знания по теории танца; конкретизируют специальные (хореографические, танцевальные) понятия; знакомятся с разнообразными сведениями о выдающихся танцорах, танцевальных коллективах; получают знания об особых правилах поведения на сцене во время выступления.
– практические: являются основной формой работы по программе. На практических занятиях учащиеся получают навыки исполнения разнообразных танцев, совершенствуют свое исполнительское мастерство.

С целью большего «погружения» в изучение темы могут использоваться такие формы проведения занятий:

- традиционное занятие;
- контрольное занятие;
- открытое занятие для родителей и специалистов бального танца;
- личные встречи учащихся с выдающимися исполнителями;
- экскурсии (по направлению);
- коллективные посещения концертов;
- публичные выступления учащихся на массовых мероприятиях (отчетный концерт, тематический концерт, праздник и пр.).

Перечень дидактических средств с описанием форм и тематики к разделам \ темам программы

Раздел\Тема учебного плана	Перечень дидактических средств
Вводное занятие	*Печатные наглядные пособия:* Тематические подборки фотографий – Ведущие исполнители по спортивным бальным танцам (Европейская, Латиноамериканская программы) Календарный план соревнований на год *Аудиовизуальные технические средства обучения:* Звукозаписи: музыкальное сопровождение к занятиям. *Видеофильмы* выступлений воспитанников коллектива; Видеофильмы ведущих исполнителей спортивного бального танца.
Общие представления о танце и музыке Музыкальное сопровождение танца Танцевальная азбука	*Аудиовизуальные технические средства обучения:* Звукозаписи: музыкальное сопровождение к занятиям: Полька; Полонез; Русский лирический; Бальные танцы; Active Music; Детские танцы; «Ничего на свете лучше нету!»; Школа танцев; 100% hits. Winter DJ hits 2020vol.3; Basil Dance 19, 32, 39; Selectio N Ballroom Dance. Квадродиск 2020; Бальные танцы от румбы до фокстрота. ООО «Рамстрой-М» 2021; The Ballroom Mix. BMG Ariola Miller GmbH 2002; Basil Dance 19, 20, 33, 40; Бальные танцы от румбы до фокстрота. 2021; Basil Dance Latin Store 2; Casa Music Latin. Dance House 2021; The Ultimate Latin Album 11; Hits Dance 19. Фонограмма классических музыкальных произведений Чайковского, Шумана, Шопена, Хачатуряна, Штрауса. Стилизованные обработки классических произведений. Фонограммы произведений современных композиторов, современная эстрадная музыка.
Развитие физической подготовки	*Аудиовизуальные технические средства обучения:* Звукозаписи: музыкальное сопровождение к занятиям.
Мероприятия по развитию детей	*Печатные наглядные пособия:* Тематические подборки фотографий – Ведущие исполнители по спортивным бальным танцам (Европейская, Латиноамериканская программы); Понятие спортивный костюм и его отличительные особенности, в зависимости от возраста; Календарный план соревнований на год *Аудиовизуальные технические средства обучения:* *Звукозаписи:* музыкальное сопровождение к занятиям. *Видеофильмы:* Выступления ведущих исполнителей спортивного бального танца: Фестиваль суперзвезд бального танца. Латина. Фестиваль суперзвезд бального танца. Стандарт. Кубок Чемпионов в латиноамериканских танцах2020 Танцуют Дети! Выпуск 15

	Танцуют дети! Выпуск20.
Основы исполнения историко-бытовой и отечественной программ бальных танцев Танцы «Модный рок» «Берлинская полька» «Вальс дружбы» «Полонез» «Па де Патинер» Игровые танцы	*Аудиовизуальные технические средства обучения:* Бальные танцы. Active Music. 2020; Школа танцев. Стилизованные *обработки* классических произведений.
Европейские танцы Танцы «Медленный вальс»	*Звукозаписи*: музыкальное сопровождение к занятиям. *Видеофильмы:* • Как стать чемпионом. Выступления ведущих исполнителей спортивного бального танца: Фестиваль суперзвезд бального танца. Стандарт. 2021 Танцуют Дети! Выпуск15. Танцуют дети! Выпуск 10. • Международная академия танцевального искусства • Principles Ballroom / present by Oliver Wessel-Therhorn. Casa VISION, LONDON. World Ballroom Dancing Congress2021 The World's best lecturers / Winter Garden Blackpool. England. I, II, III, IV
Латиноамериканские танцы Танец «Самба» Танец «Ча-ча-ча»	*Звукозаписи*: музыкальное сопровождение к занятиям. *Видеофильмы:* Выступления ведущих исполнителей спортивного бального танца: Фестиваль суперзвезд бального танца. Латина. Кубок Чемпионов в латиноамериканских танцах. Танцуют Дети! Выпуск 15 Танцуют дети! Выпуск 20. Видеоматериалы: - Танцевальная энциклопедия «Взаимодействие в паре»: 2 часть. Видеокаталог фигур. Самба. 2020 World Ballroom Dancing Congress 2021 The World's best lecturers / Winter Garden Blackpool. England. I, II, III, IV
Итоговое занятие	*Печатные наглядные пособия:* Тематические подборки фотографий – Ведущие исполнители по спортивным бальным танцам (Европейская, Латиноамериканская программы) *Аудиовизуальные технические средства обучения:* Звукозаписи: музыкальное сопровождение к занятиям. *Видеофильмы* выступлений участников коллектива.

Информационные источники

Список литературы для использования педагогом:

- Howard Guy. Technique of Ballroom Dancing. - Редакция 1995 года, переиздание 1998. - Официальное пособие по европейским танцам Международной ассоциации учителей танцев (International Dance Teachers Association (IDTA)).
- Latin American. Part 2. Cha Cha Cha. / 6-е издание Имперского общества учителей танцев (Imperial Society of Teachers of Dancing (ISTD)), 1999.
- Боттомер П. Уроки танца / Перевод с англ. К. Молькова. – М.: Изд-во Эксмо, 2003.
- Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников. - М.: Просвещение, 1991.

Список литературы в адрес учащихся и родителей:

- Имперское общество учителей танцев. Техника исполнения европейских танцев. Часть 2. Медленный вальс / Пер. с англ. и редакция Ю. Пина. – Лондон – СПб, 1996.
- Имперское общество учителей танцев. Техника исполнения латино-американских танцев. Часть 5. Ча-ча-ча. / Пер. с англ. и редакция Ю. Пина. – Лондон – СПб, 1996.

Перечень интернет-источников:

- Официальный сайт Федерации танцевального спорта России (ФТСР). [Электронный ресурс].- Режим доступа: http://www.ftsr.ru/, свободный.
- Официальный сайт Федерации танцевального спорта Санкт-Петербурга (ФТС СПб). Режим доступа: http://www.ftsspb.ru/, свободный.

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительной общеразвивающей программы
«Школа танцев. Первые шаги»

Особенностью программы и организации образовательного процесса данного года обучения является воспитание интереса к спортивным танцам, начальное обучение технике и тактике исполнения, формирование физических качеств в общем плане и с учетом специфики спортивного бального танца.

Цель: формирование и развитие творческих способностей детей, повышение функциональных возможностей организма через приобщение к искусству бального танца.

Задачи:

Обучающие:

– сформировать знания у детей об истории танцевальной культуры;
– познакомить детей с традициями и обычаями различных стран;
– сформировать знания, умения и навыки по бальной хореографии;
– дать представление о профессиональном и любительском танцевальном искусстве;
– научить технически грамотно и эмоционально исполнять танцы в рамках образовательной программы.

Развивающие:

– развивать физические данные воспитанника (эластичность мышц, подвижность суставов, координацию, ловкость, исправление осанки);
– развивать чувство ритма и музыкальность;
– развивать артистизм и выразительность движений, посредством изучения основ актерского мастерства;
– развивать умение свободно двигаться и ориентироваться в пространстве;
– развивать творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.

Воспитательные:

– способствовать формированию общей культуры детей;
– воспитать эстетический и художественный вкус, культуру поведения;
– воспитывать любовь и уважение к искусству;
– воспитывать и развивать творческую активность, целеустремленность, ответственность и лидерские качества воспитанника;
– воспитывать навыки общественно-организаторской деятельности;
– создать условия для самореализации личности воспитанника.

По уровню подготовки детей *первый год* обучения рассчитан на уровень «Н2+полька», «Н3» класса.

Планируемые результаты:

Личностные

- Созданы условия для формирования общей культуры детей.
- Воспитываются и развиваются творческая активность, целеустремленность, ответственность и лидерские качества учащегося.
- Воспитываются навыки общественно-организаторской деятельности.
- Созданы условия для самореализации личности.

Метапредметные

- Развивается творческая инициатива и способность к самовыражению в танце.
- Формируются эстетический и художественный вкус, культура поведения, любовь и уважение к искусству.

Предметные

- Имеют общие представления о спортивных бальных танцах, о возникновении изучаемых танцев.
- Имеют представление о музыкальной грамоте (в объеме программы) и изучаемых танцев, уметь слышать музыку.
- Знают основные позиции рук в паре.
- Знают основные элементы классического экзерсиса (позиции рук и ног).
- Знают основные понятия и построения в зале - колонна, круг, дистанция, интервал.
- Имеют представление об основных требованиях и положениях по танцевальному спорту в России (требования, предъявляемые на конкурсах и турнирах).
- Умеют исполнять под счет, под музыку изучаемые танцы: «Модный рок», «Берлинская полька», «Фигурный вальс».
- Умеют исполнять на начальном уровне (под счет, под музыку) основные фигуры танцев: «Медленный вальс», «Самба», «Ча-ча-ча».
- Развиты физические данные воспитанника (эластичность мышц, подвижность суставов, координацию, ловкость, исправление осанки).
- Развиты чувство ритма и музыкальность.
- Развиваются артистизм и выразительность движений, посредством изучения основ актерского мастерства.
- Развивается умение свободно двигаться и ориентироваться в пространстве.

Содержание программы

1.Вводное занятие

Теория: Беседа, рассказ о спортивном бальном танце. Правила техники безопасности. Беседа по охране труда.

2. Общие представления о танце и музыке

2.1.Музыкальное сопровождение танца

Теория: Варианты музыкального сопровождения: оркестр, электронная аудиоаппаратура, один или несколько музыкальных инструментов, вокальное исполнение мелодии. Характер музыки: веселый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый и т. д. Музыкальный размер 2/4, 4/4, 3/4. Сильные доли такта, слабые доли, акцент.

Практика: Упражнения по развитию музыкальности, ритмичности. *Ритмические упражнения под музыку.* Изучение шагов, притопов, хлопков, прыжков в такт музыке - одиночное исполнение, сериями. Изучение поворотов на месте и в движении в такт музыке. Изучение простых движений, исполняемых за такт музыки.

2.2.Танцевальная азбука

Теория: История танца, знаменитые танцоры и музыканты.

Практика: Поклон. Позиции рук, ног, положения корпуса. *Основные элементы классического экзерсиса.* Классические позиции ног: I, II, III, IV, V, VI. Классические позиции рук: подготовительная, I, II, III. Простейшие упражнения: деми-плие, гранд-плие, батман-тандю, батман-жете. Построения и положения в зале – колонна, круг, дистанция, интервал, дистанция, свободное размещение на площадке. Танцевальный шаг, бег, прыжки. Композиции на координацию движений. Этюды. Этюды в характере современной пластики.

2.3. Развитие физической подготовки

Теория: Техника безопасности при выполнении упражнений на растяжку мышц.

Практика: Тренаж как постепенный разогрев мышц. Упражнения для мышц шеи, пресса, спины, ног. Прыжки. Повороты в движении медленно, быстро. Махи ногами вперед, в стороны, назад. Ходьба с носка, на полупальцах, с высоким подъемом колена. Бег на полупальцах, с высоким подъемом колена, пяток. Бег назад. Прыжки в сторону с приставкой. Физические упражнения аэробной и анаэробной мощности. Отжимание от пола, растяжки.

2.4.Мероприятия по развитию детей

Практика: Просмотр различных видеоматериалов, посещение турниров по спортивным бальным танцам согласно своего уровня. Знакомство детей с регламентом проведения конкурсов.

3. Основы исполнения историко-бытовой и отечественной программ бальных танцев

3.1.Танец «Модный рок»

Теория: Беседа, рассказ, объяснение изучаемой хореографии «Модного рока».

Практика: Показ, исполнение разучиваемых фигур танца «Модный рок», под счет, под музыку, целиком, по разделению. Отработка разучиваемой хореографии «Модного рока».

3.2.Танец «Берлинская полька»

Теория: Беседа, рассказ о стране в, которой этот танец возник, о культуре этой страны, о характере этого танца, опрос, беседа, объяснение изучаемой хореографии «Берлинской польки».

Практика: Показ, исполнение разучиваемых фигур танца «Берлинская полька», под счет, под музыку, целиком, по разделению. Отработка разучиваемой хореографии «Берлинской польки».

3.3.Танец «Вальс дружбы»

Теория: Беседа, опрос, рассказ о возникновении танца «Вальс дружбы», о культуре нашей страны, о характере этого танца, объяснение хореографии танца «Вальс дружбы».

Практика: Показ, подводящие упражнения, исполнение основных фигур танца «Вальс дружбы » под счет, под музыку, отработка разученной хореографии танца «Вальс дружбы».

3.4. «Танец «Полонез»

Теория: Беседа, рассказ о стране в, которой этот танец возник, о культуре этой страны, о характере этого танца, опрос, беседа, объяснение изучаемой хореографии «Полонеза».

Практика: Показ, исполнение разучиваемых фигур танца «Полонез», под счет, под музыку, целиком, по разделению. Отработка разучиваемой хореографии «Полонеза».

3.5. Танец «Па де Патинер»

Теория: Беседа, рассказ о стране в, которой этот танец возник, о культуре этой страны, о характере этого танца, опрос, беседа, объяснение изучаемой хореографии танца «Па де Патинер».

Практика: Показ, исполнение разучиваемых фигур танца «Па де Патинер», под счет, под музыку, целиком, по разделению. Отработка разучиваемой хореографии танца «Па де Патинер».

3.6 Игровые танцы

Практика: Показ, исполнение разучиваемых фигур танца «Утята», под счет, под музыку, целиком, по разделению. Отработка разучиваемой хореографии танца «Утята».

4. Европейские танцы.

4.1.Танец «Медленный вальс»

Теория: Беседа, рассказ о возникновении «Медленного вальса», о стране в, которой этот танец возник, развивался, о культуре этой страны, о характере этого танца, опрос, беседа, объяснение изучаемой хореографии «Медленного вальса».

Практика: Показ, подводящие упражнения, исполнение основных фигур танца «Медленный вальс» под счет, под музыку: «Правый поворот», «Закрытая перемена с правой ноги», «Левый поворот», «Закрытая перемена с левой ноги». Отработка разученной хореографии танца «Медленный вальс».

5. Латиноамериканские танцы.

5.1.Танец «Самба»

Теория: Беседа, рассказ о возникновении танца «Самба», о стране в, которой этот танец возник, развивался, о культуре этой страны, о характере этого танца, объяснение хореографии танца «Самба».

Практика: Показ, подводящие упражнения, *исполнение основных фигур танца «Самба»* под счет, под музыку: «Основное движение», «Виски влево и вправо», «Виски с поворотом дамы под рукой». Отработка разученной хореографии танца «Самба».

5.2.Танец «Ча-ча-ча»

Теория: Беседа, рассказ о возникновении танца «Ча-ча-ча», о стране в, которой этот танец возник, развивался, о культуре этой страны, о характере этого танца, объяснение хореографии танца «Ча-ча-ча».

Практика: Показ, подводящие упражнения, *исполнение основных движений танца «Ча-ча-ча»* под счет, под музыку: «Основные движения», «Нью-Йорк», «Поворот под рукой влево и вправо», «Плечо к плечу», «Рука к руке». Отработка разученной хореографии танца «Ча-ча-ча».

6.Итоговое занятие

Практика: Открытое занятие. Отчетный концерт. Учебное тестирование.

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)

УТВЕРЖДЕН

приказом от 31.08.2023 № 66-од

Директор

_____

М.Д. Иваник

Календарный учебный график
дополнительной общеразвивающей программы
«Школа танцев. Первые шаги»

на 2023-2024 учебный год

Год обучения	**Дата начала занятий**	**Дата окончания занятий**	**Всего учебных недель**	**Количество учебных дней**	**Количество учебных часов**	**Режим занятий**
1 год	05.09.2023	19.06.2024	40	80	160	2 раза в неделю по 2 часа

Продолжительность учебного часа: 40 минут.

Режим работы в период школьных каникул. Занятия проводятся по расписанию.