

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №359
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 1
от «31» 08 2018 г.
Секретарь педсовета
_____ (Е. В. Терентьева)

Утверждено
Приказ № 102/1
от «31» 08 2018 г.
Директор школы
_____ (П. С. Павлиди)



Рабочая программа
дополнительного образования по хореографии
«Спортивные бальные танцы»
7-10 лет

на 2018 – 2019 учебный год

Составитель:
Рябова Е. С.,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории,

Количество часов:
всего в год - 56 часов
в неделю - 2 часа

Санкт-Петербург
2018 г

Пояснительная записка.

Ещё в самые древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю – танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Хореография – искусство, любимое детьми. Ежегодно тысячи любителей танца приходят в хореографические коллективы, танцевальные ансамбли, студии. Многие детские танцевальные коллективы приобрели большую популярность не только в нашей стране, но и за рубежом. Телевидение широко показывает детскую самодеятельность, знакомит с детскими танцевальными коллективами. Глядя, с какой лёгкостью и мастерством танцуют дети на сцене, мы забываем, что за этим стоит каждодневный труд их самих и их педагогов.

Искусство танца не стоит на месте, оно постоянно развивается, обновляется всё более сложными формами и приносит радость людям. Для ребёнка, попавшего во власть музыки и ритмизованного движения, танец становится чем-то сродни поэзии.

Приходя на занятия, ребёнок отрешается от будничных забот и дел. Это связано с многогранностью танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, эстетического и художественно-эстетического развития и образования. Повышается уверенность в себе, коммуникативная активность, доброжелательность, внимательность к другим. Занятия танцем повышают физическую активность, улучшают психическое самочувствие, позволяют детям осознать свои потенциальные возможности, поверить в свои силы и способности. Танцы это просто приятно. Это способ отвлечься от повседневных забот и отдохнуть, снять напряжение, поправить настроение и душевное состояние. Танцы – это возможность невербального общения, способ настроится друг на друга, что-то друг другу передать. Это путь для лучшего понимания и прямого чувствования друг друга (чувствования в самых разных смыслах).

Данная программа имеет художественно-эстетическую направленность. Знакомит ребёнка с программой современных спортивных танцев, включающей в себя стандартные европейские и латиноамериканские танцы.

К концу учебного года ребёнок должен получить навыки в направлениях: модерн, джаз, классика, выполнять основные шаги танцев латиноамериканских стандартно-европейских программ.

Цели:

- развитие личности ребёнка, способного к творческому самовыражению через овладение основами спортивного бального танца;
- корректировка физических и психических недостатков детей и развитие музыкальных данных: слух, ритм, дыхание;
- развитие способности у детей эмоционально-волевой сферы, воспитание положительных качеств личности.

Задачи:

- образовательные - обучение навыкам танцевального мастерства;
- развивающие - связанные с развитием творчества ребёнка- развитие координации, гибкости, выносливости, пластики;
- воспитательные – приобщить ребёнка к здоровому образу жизни и гармонии тела; воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности.

Условия и сроки реализации образовательной программы.

Данная образовательная программа предназначена для детей в возрасте 7-10 лет. Программа рассчитана на 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу (с перерывами).

Формы и методы проведения занятий.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесные (объяснение заданий, указания на ошибки);
- наглядные (показ правильности исполнения задания педагогом);
- практические (тренировочные упражнения).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно - иллюстрированные (восприятие и усваивание детьми готовой информации);
- репродуктивные (восприятие детьми полученных знаний и освоенных способов деятельности);
- игровые методы подачи материала.

Форма организации деятельности детей на занятиях: - индивидуально-групповая;

Форма проведения занятий: - урок-репетиция.

Учебно-тематический план

№ п	Разделы и темы	Теория	Практика	Всего
1.	Вводная часть	1	1	2
2.	Растяжка стрейчинг	4	14	19
3.	Постановка осанки	4	14	19
4.	Постановка классических позиций	2	4	6
5.	Акробатика	2	4	6
6.	Классика	2	4	6
	Итого	15	41	56

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Знакомство с детьми, беседа о мире танца, постановка целей и задач курса занятий, методы подачи материала.

2. Растяжка - стрейчинг.

Практика : для растяжки дети выполняют полушпагат, «лягушку», шпагат правый, левый, поперечный, махи ногами на 90 градусов.

3. Постановка осанки.

Теория: объяснение необходимости правильной осанки для человека, как элемента здоровья.

Практика: выполнение определенных движений для формирования правильной осанки.

4. Постановка классических позиций.

Теория : объяснение выполнения классических позиций

Практика: демонстрация позиций и закрепление их вместе с детьми.

5. Уроки акробатических движений.

Теория: рассказ об акробатике и акробатических движениях.

Практика: правильность отработки и закрепления акробатических движений.

6. Уроки классических туров, туров в стиле модерн.

Теория: объяснение классических туров и туров в модерне, правильность их выполнения.

Практика: отработка классических туров и туров в модерне.

Формы оценки качества знаний

- открытый урок;
- учебный концерт.

Ожидаемые (прогнозируемые) результаты

- к концу года у детей формируется нормальная растяжка мышц ног, что дает возможность исполнять сложные комбинации в танцевальных постановках;
- улучшение и становление хорошей осанки, формирование её в танце;
- знание классических позиций;
- применение акробатических движений в современном танце, понятие и знание акробатических движений, правильность их исполнения;
- исполнение классических туров и туров в стиле модерн, их применение в танцах, формирование координации и чёткости исполнения движений;
- оснащенность навыков и знаний в новых направлениях современного танца, четкость и ритмичность движений усовершенствует технику исполнения танца, приобретает контраст в мимике исполнения танца;
- дети овладевают терминами, применяемыми при растяжке в классике;
- Акробатические движения и растяжка сформируют хорошую осанку, гибкость, разовьют выносливость. Современный танец поможет развить коммуникационные способности детей и адаптацию в социальной жизни.

Материальное обеспечение программы

Для занятий ритмикой необходим: зал, зеркала для отработки танцевальных движений, музыкальный центр, колонки, музыкальный материал, для воплощения движений в танец, станки для растяжки.

Литература

Книги:

- 1.Боттомер П. «Учимся танцевать: как научиться танцевать вальс, квикстеп, фокстрот, танго, самбу, ча-ча-ча, джайв и другие танцы – просто и с удовольствием» - М., Эксмо-пресс , 2002.
- 2.Лэрд У. «Техника исполнения латиноамериканских танцев 2-х частях». _ М., Эксмо-пресс, 2002.
- 3.Мур А. «Техника бальных танцев». – Лондон, 1998.
4. «Основы латиноамериканских танцев Т.1:Современный бальный танец: фотопособие с техническими пояснениями».-СПб., Артис, 1997.

Статьи:

1. Савченко Л. «Псюхе» - это значит душа: Размышления на тему танцевальной педагогики. – Тутти-информ, 1997, №3
2. Танаев В.П. Схема и образ при обучении бальным и спортивным танцам. Материалы научно-методической конференции по проблемам развития бальных танцев. Вып. 1.- М., 1999.

Периодические издания:

1. Вестник танцевальной жизни.
2. Тутти-информ.