

**Образовательная программа
дополнительного образования детей.
«Спортивные бальные танцы»
Программа на 8 лет**

Разработчик: педагог дополнительного образования

Кузнецова Анастасия Евгеньевна

Пояснительная записка

Образовательная программа «Спортивные бальные танцы» направлена на усиление физического и эстетического развития современного школьника и повышение его общей культуры и физического состояния с помощью средств хореографии и в частности программы спортивных (бальных) танцев. Бальный танец играет немаловажную роль в деле эстетического и физического воспитания детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования.

Направленность – физкультурно-спортивная.

Актуальность. Танец учит логическому, целесообразно организованному, а потому грациозному движению: ритмическая свобода, мышечная раскрепощённость, эмоциональная выразительность, уверенность в себе, скоординированность движений, развитый мышечный аппарат - вот только некоторые из арсенала средств, которыми ребёнок овладевает в ходе освоения данной программы. Бальные танцы оказывают большое влияние и на формирование внутренней культуры ребенка и освоение норм этики, культуры общения. Устраняется ряд физических недостатков, вырабатывается правильная осанка. Дети начинают более ловко, красиво, четко двигаться не только во время занятий, но и в быту. Систематические тренировки и участие в различных турнирах делают детей более крепкими и выносливыми. Еще одним важным и актуальным аспектом является физическое состояние нашего подрастающего поколения, приобщение его к здоровому образу жизни.

Образовательная программа «Спортивные бальные танцы» - модифицированная, составлена на основе программы для общеобразовательных учреждений: Ю.Н. Шутиков «Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам», С.-Петербург, 2006.
Уровень освоения - общекультурный.

Отличительные особенности. Отличительной чертой программы считаю то, что она имеет именно физкультурно-спортивную направленность, а значит подразумевает участие в соревнованиях.

Педагогическая целесообразность. Методика преподавания включает в себя регулярный тренаж, который служит средством подготовки костно-мышечного аппарата к изучению элементов танцевального репертуара. Программа построена таким образом, что информационные и физические нагрузки увеличиваются постепенно с использованием игровых форм и приёмов подачи материала.

Межпредметная связь. Занятия бальными танцами непосредственно связаны с общеобразовательными предметами - математикой, историей, физикой, биологией, физической культурой.

Курс образовательной программы «Спортивные бальные танцы» рассчитан на детей 7-15 лет со сроком реализации 8 лет. В объединение принимаются дети 7 - 8 летнего возраста после прохождения программы «Танцы для детей». Группы смешанные, состоят из 12-16 человек.

Цель программы: Создать условия для правильного физического развития ребенка, формирования творческих и художественных способностей.

Задачи:

1) Образовательные: Обучить азам танцевальных движений: детской программы и различным видам спортивных (бальных) танцев: историко-бытовых, европейских и латиноамериканских, формирование умения воплощать свои фантазии в танцевальных движениях.

2) Воспитательные: Воспитывать коллективный характер деятельности, выработать уверенность в себе и коммуникативную активность, внимательность к другим и доброжелательность. Воспитывать посредством танца нравственно и физически. Приучать к труду, работе над собой.

3) Развивающие: Развивать творческие способности детей (создание художественного образа), артистизм (умение преподнести танец), эмоциональность, внимание и память.

Данная программа для детей, закончивших подготовительный курс «Танцы для детей» (рассматривается как 1 год обучения) в группах:

- 1 группа) 2 год обучения - Занятия проводятся в групповой форме 2 раза в неделю по 2 часа;
- 2 группа) 3 – 4 год обучения - Занятия проводятся в групповой форме 2 раза в неделю по 2 часа;
- 3 группа) 4 – 5 год обучения - Занятия проводятся в групповой форме 2 раза в неделю по 2 часа;
- 4 группа) 5 – 8 год обучения - Занятия проводятся в групповой форме 3 раза в неделю по 2 часа.

Формы и методы работы с детьми:

1. Словесный: рассказ, объяснение.
2. Наглядный: показ выполнения движений, показательные выступления профессиональных пар и коллективов.
3. Практический: упражнения, развивающие пластику; исполнение танцевальных вариаций.
4. Музыкальный: слушание музыкальных отрывков, определение ритма и такта, исполнение движений под музыку.

Обучающиеся на втором году обучения крепнут физически, получают базовые навыки, осваивают принципы красивого, грамотного, органичного движения, общения в паре, в коллективе, изучают историю бального танца.

В дальнейшем эта танцевальная лексика будет совершенствоваться, по мере укрепления мышечного аппарата движения усложняются, общение и взаимодействие в паре выходит на новый уровень. Принцип обучения от простого к сложному является основополагающим при построении данной программы.

Наряду с использованием приёмов массового обучения на занятиях применяется дифференцированный подход к ученикам, учитывая при этом и уровень физических данных, способности к восприятию. При этом менее одарённые дети получают возможность показать свои результаты на зачётах, открытых уроках, отчётном концерте. А наиболее подготовленные танцоры пробуют силы на официальных спортивных соревнованиях

Ожидаемый результат по окончании курса программы:

К концу 7-го года обучения танцоры достигают конкурсного уровня. По окончании курса образовательной программы «Спортивные бальные танцы» обучающиеся должны знать и уметь:

1. представления о двигательных функциях отдельных частей тела
2. выполнять нормативы по отжиманиям, подтягиваниям, прыжкам на скакалке
3. основные и положения рук, ног, головы
4. знания простейших танцевальных построений
5. владение различными танцевальными шагами.
6. овладение навыками общения и коллективной деятельности
7. проявление интереса к музыкально-танцевальному творчеству
8. умение представлять движения в воображении и мыслить образами
9. исполнение фигур под музыку
10. представление о других танцевальных направлениях

В результате освоения курса образовательной программы дополнительного образования «Спортивный бальный танец» у обучающихся должны быть сформированы ключевые компетенции:

УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ: Наличие интереса к творческой деятельности. В социально-трудовой сфере деятельности: Трудолюбие. В коммуникативной сфере: любознательность, навыки уверенности в себе. Умение осуществлять коллективную творческую деятельность, исполнять различные роли в коллективе. Адекватность оценивания своих действий и окружающих. В культурно-досуговой сфере деятельности: Способность реализовать себя в творческой деятельности. В бытовой сфере деятельности: навыки ЗОЖ, воспитание эмоционального настроения, умение работать над собой, расставлять приоритеты, правильно питаться, планировать день и соблюдать его распорядок, рационально расходовать время.

По окончании полного курса выпускники могут продолжить обучение в Центре Танцевального Спорта «Динамо».

Формы контроля:

Текущий контроль - зачетные занятия, показательные выступления, открытое занятие.

Итоговый контроль – турнир среди школьников.

Условия реализации:

1) Материально-техническое обеспечение: светлое, просторное, проветриваемое помещение, наличие зеркал, музыкального центра и аудио, видео дисков.

2) Информационное обеспечение: литература для обучающихся и для педагога; учебные и наглядные материалы.

