

**Управление образования администрации г. Белгорода
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования «Юность» г. Белгорода**

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО «Юность»

_____ **Т.А. Колупаева**

Приказ № ___ от «___» _____ 2020г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
краткосрочная программа по обучению бальному танцу
«РЕАЛ+»**

направленность - художественная

возраст обучающихся - 6-18 лет

срок реализации программы - 6 недель

**составители - педагоги дополнительного
образования**

Дубровская Ольга Владимировна

Дубровская Евгения Федоровна

Конасов Руслан Андреевич

г. Белгород, 2020

Дополнительная общеобразовательная краткосрочная программа
«Реал+» по обучению бальным танцам.

вид: общеразвивающая

тип: модифицированная

направленность: художественная

уровень: базовый)-1 год обучения, углубленный-2 и выше года обучения

Авторы-составители: Дубровская Ольга Владимировна, Дубровская
Ольга Владимировна, Конасов Руслан Андреевич

Краткосрочная программа составлена на основе дополнительной общеобразовательной программы «Реал» по обучению бальному танцу, утвержденной к реализации решением педагогического совета МБУДО «Юность» от 02.09.2019 г. Приказ № _80_ от «_02_» 09. 2019г.

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик краткосрочной дополнительной общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Реал+» разработана в соответствии со следующими нормативно - правовыми документами:

- Федеральным законом (от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 (зарегистрирован 29.11.2018, № 52831);
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (Сан Пин 2.4.4.3172-14);
- Рекомендациями МП РФ по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ с применением дистанционных технологий от 07.05.2020г. №ВБ-976/04;
- Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом МО РФ от 23.08.2017 №816 (зарегистрирован Министерством юстиции РФ от 18.09.17г., регистрационный №48226);
- Приказом департамента образования Белгородской области от 24.03.2020г. №751 «Об организации образовательной деятельности в организациях,

реализующих образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительные общеобразовательные программы в условиях новой коронавирусной инфекции на территории Белгородской области;

- Уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Юность» города Белгород;

Краткосрочная программа по бальному танцу художественной направленности разработана на летний (каникулярный) период. Составлена на основе авторской дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Реал» художественной направленности. *Уровень обучения базовый* для 1-го года обучения, *продвинутый (углубленный)* – для 2-го и следующих годов обучения. Срок реализации – 1.06.20г.-31.08.20г. (6 недель). Имеет *художественную* направленность. Данная программа предназначена для обучения детей бальному танцу от 6 до 18 лет.

Актуальность программы заключается в развитии творческих способностей и психофизическом развитии детей средствами хореографического искусства, развития общей и эстетической культуры обучающихся. Несомненна огромная роль балльных танцев не только в эстетическом воспитании детей и подростков, но и формированию социального опыта. В процессе занятий танцами появляются яркие примеры для подражания, намечаются ориентиры поведения и развития характера. Программа соответствует возрастным особенностям обучающихся, позволяет сформировать у них позитивное отношение к здоровому образу жизни. Музыкальное сопровождение, ритмический рисунок, взаимодействие в паре, показательные выступления, оказывают на детей не только оздоровительное воздействие, но и способствуют творческому развитию художественно-эстетического вкуса.

Отличительными особенностями данной программы является обучение в дистанционном режиме в период летних школьных каникул. Занятия проводятся посредством онлайн-уроков, онлайн-конференций, видеосвязи, фото-, видео-примеров, фото-, видео-отчетов, что является удобным способом занятия при ситуации, когда его невозможно провести в очном формате (например карантин или режим ЧС). А также к возвращению к очным занятиям при снятии ограничений.

Адресат программы – для освоения программы приглашаются дети начальной, средней и старшей школы, с различным уровнем подготовки и не имеющим ее.

Объем программы – 1-го года обучения - 24 часа; 2-го и выше – 36 часов; индивидуальный маршрут – 24 часа.

Формы обучения - очно-заочная, в том числе дистанционная с использованием Viber, WhatsApp, Skype, электронной почты.

Цель программы - создание условий для развития мотивации к занятиям хореографии, духовного и физического развития. Изучение новых фигур по европейской и латиноамериканской программам, постановка показательных номеров посредством онлайн – занятий с показом фигур и элементов танцев.

Задачи

Обучающие:

- ознакомить с новыми танцевальными понятиями и фигурами;
- сформировать базовые навыки для начинающих;
- выучить новые танцевальные фигуры и постановки;

Развивающие:

- содействовать развитию общей физической подготовки;
- развивать моторно-двигательную и логическую память;

Воспитательные:

- воспитывать личностные качества: волю, настойчивость, готовность к самосовершенствованию;

Оздоровительные:

- укрепить мышечный корсет;
- улучшение функционального состояния организма;
- развивать выносливость, координацию движений;

Формы занятий:

Занятие лекция

- Лекционная форма применяется в тех случаях, когда:
 1. ранее изученного не достаточно для организации обучения в активном режиме, т.е. тема для учащихся является почти совсем новой;
 2. необходим вводный или обзорный рассказ педагога по теме обучения.

3. обучение проходит в онлайн – режиме, дистанционно.

- Выполнение заданий по парам или командам

Применяется в качестве соревновательно – игрового метода, помогает решать задачи всестороннего развития учащихся, совершенствование двигательных умений и навыков, связанных с современной техникой того или иного вида учебной программы. Способствует успешному накоплению двигательного опыта, основанного на временных связях, которые вследствие положительного переноса, облегчают освоение программного материала.

- Зачет

Зачёт - это специальный этап в контроле, цель которого - проверить, достигнут ли учениками уровень обязательной подготовки. Зачёты подразделяются на текущие и тематические. Текущие проводятся систематически в ходе изучения темы и охватывают небольшие смысловые порции. Тематические устраиваются в конце изучения темы. На дистанционном обучении зачет сдается в виде фото- или видео-отчета.

- Самостоятельная работа

Самостоятельная работа в программе носит как обучающий, так и проверочный характер. В процессе самостоятельной работы, обучающиеся прорабатывают технику движения, изученную ранее, что позволяет самосовершенствоваться и приобретать танцевальные навыки. Основная задача преподавателя при этом, вовремя заметить и поддержать склонность ученика к творческому восприятию материала и его желание самостоятельно преодолеть возникшие трудности.

- Сюжетно-ролевая игра

Обучающимся предоставляется возможность ощутить себя судьей по бальным танцам, оценить технику выполнения фигур другими детьми, поставить оценки. Занятие носит проф. ориентационный характер, позволяет более широко взглянуть на правильность выполнения фигур, проанализировать и исправить ошибки. На дистанционном обучении может проводиться в режиме онлайн – конференции.

- Домашняя работа

Домашняя работа позволяет в полной мере усвоить материал и проконтролировать знания обучающихся. В письменной форме закрепляя изученную тему, дети записывают композиции, новые фигуры и технику исполнения. Определенные задания позволяют оценить уровень подготовленности ученика. Формы и методы организации домашних заданий разные, зависят они от возраста, от темы, от самого характера заданий. Применяется при всех формах обучения, в том числе дистанционно.

Режим занятий:

- групповые (группы с переменным составом обучающихся): 1 год обучения – 2 раза неделю по 2 часа. 2 и последующий года обучения – 3 раза в неделю по 2 часа.

- индивидуальные занятия (для одного или пары обучающихся).

Формы подведения итогов программы

1. Освоение класса мастерства, участие в постановках, конкурсах и соревнованиях, дистанционных конкурсах, конкурсов видеороликов.
2. Проверочные тесты, задания.
3. Участие в образовательных мероприятиях, концертных программах.
4. Урок-зачет, открытые уроки, онлайн – уроки.

Ожидаемые результаты базового уровня обучения

<i>знать</i>	<i>уметь</i>
<ul style="list-style-type: none">- правила поведения на занятиях, требования, предъявляемые к танцорам;- виды музыкального сопровождения;- Основные упражнения партерной гимнастики из классической хореографии	<ul style="list-style-type: none">- исполнять простейшие элементы, упражнения, фигуры, танцы;- исполнять простейшие базовые фигуры и движения;- ритмично двигаться в соответствии с характером и темпом музыки.

<p>(упражнения на выворотность и подъем, раскрытие тазобедренных суставов)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основные упражнения по системе пилатес (планка упражнения на удержание) - основы общей и специальной физической подготовки; - приемы музыкально-двигательной подготовки; - приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля; - простейшие элементы и фигуры, танцев; - основные принципы танцевальных передвижений; 	
--	--

Ожидаемые результаты продвинутого уровня обучения

<i>знать</i>	<i>уметь</i>
<ul style="list-style-type: none"> - виды музыкального сопровождения; - базовые элементы, соответствующие квалификационным требованиям; - структуру изучаемых танцев; - основные элементы классического экзерсиса; - правила соревнований, критерии судейства; 	<ul style="list-style-type: none"> - выразительно и непринужденно двигаться, создавая соответствующий музыкальный образ; - согласовывать свои движения с музыкой; ускорять и замедлять движение, отмечать в движении метрическую кульминацию, акценты; - составлять композиции танцев.

--	--

Учебно-тематический план для базового уровня обучения.

№ п/п	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы аттестации / контроля
			Теория	Практика	
1.	Введение. Техника безопасности.	2	1	1	
2.	Введение в образовательную программу.	1	1		
3.	Общая физическая подготовка. Основы европейской и латиноамериканской программы.	7	1	6	Контрольный просмотр: упражнения на музыкальность, ритм. Теория: название танцевальных фигур, их выражение.
4.	Постановочная работа.	6		6	
5.	Репетиционная работа. Отработка номеров.	8		8	
	Всего	24	3	21	

Учебно-тематический план для продвинутого уровня обучения.

№ п/п	Разделы программы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы аттестации / контроля
			Теория	Практика	
1.	Введение. Техника безопасности.	2	1	1	
2.	Введение в образовательную программу.	1	1		

3.	Общая физическая подготовка. Основы европейской и латиноамериканской программы.	12	2	10	Контрольный просмотр: упражнения на музыкальность, ритм. Теория: название танцевальных фигур, их выражение.
4.	Постановочная работа.	9		9	
5.	Репетиционная работа. Отработка концертных номеров.	12		12	
	Всего	36	4	32	

Содержание программы

базового уровня обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

- 1.1 Правила построения на занятии. Вводный инструктаж по технике безопасности.
- 1.2 Бальный танец как вид хореографического искусства и парный вид спорта. Гигиенические требования.

Теория: Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в зале. Требования к внешнему виду на занятии, гигиенические требования.

Практика: Построение в зале, разучивание поклона. Знакомство с разминкой.

Раздел 2.: Введение в образовательную программу.

- 2.1 Введение в образовательную программу.

Теория: Изучение характера музыки. Рассмотрение характера показательного номера.

Практика: Упражнения для развития слуха. «Прохлопывание» музыки, выделение музыкальной фразы на слух.

Раздел 3. Общая физическая подготовка. Основы европейской и латиноамериканской программы.

- 3.1 Общая физическая подготовка

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: *Элементы классического танца:*

- постановка корпуса;
- позиции рук подготовительная, I, II и III;

- позиции ног I, II и III;
- движения ногами из позиций (*demi plie*; *battements tendus*);

Упражнения на работу стопы, выворотность:

- Шаги на полу пальцах (мягкий, высокий, острый, двойной (с приставкой), в полуприседе на носках)
- «Бабочка»
- «Угол»
- «Выворотная складочка»

Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава:

- Сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы.
- Сокращение и вытягивание стоп по очереди с наклонами головы.
- «Солнышко».

Упражнения по системе пилатес:

- «Деревце»
- «Змейка»
- «Черепашка»
- «Планка»

Упражнения на выносливость:

- Различные виды бега
- Прыжки на скакалке

Подводящие упражнения:

- Стойка на носках
- Спуски, подъёмы
- Стойка медленного вальса

3.2 Основы европейской программы

Практика: Медленный вальс.

1. Закрытые перемены с ПН и ЛН.
2. Натуральный поворот.
3. Обратный поворот.
4. Натуральный спин поворот.

Квикстеп.

1. Четвертной поворот направо.
2. Натуральный поворот.
3. Прогрессивное шассе.
4. Лок вперед.

3.3 Основы латиноамериканской программы

Практика: Ча-ча-ча.

1. Тайм степ.
2. Закрытое осн. Движение.
3. Чек (Нью-Йорк):
 - из открытой ПП;
 - из открытой КПП.
4. Рука в руке.
5. Спот поворот влево, вправо.

6. Поворот под рукой вправо, влево

Самба

1. Од с левой ноги вперед.
2. Виски самба влево и вправо.
3. стационарные ходы самба.

Раздел 4. Постановочная работа.

4.1 Постановка показательного номера.

Практика: Постановка показательного номера.

Раздел 5. Репетиционная работа.

1.1 Репетиция показательного номера.

Практика: Репетиция показательного номера.

Содержание программы

продвинутого уровня обучения (начальная школа)

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

- 1.1 Правила построения на занятии. Вводный инструктаж по технике безопасности.
- 1.2 Танцевальная разминка перед занятием.

Теория: Изучение методики исполнения движений разминки.

Ознакомление с программой.

Практика: Инструктаж по технике безопасности. Разучивание, повторение общей и танцевальной разминки.

Раздел 2.: Введение в образовательную программу.

2.1 Введение в образовательную программу.

Теория: Изучение характера музыки. Рассмотрение характера показательного номера.

Практика: Упражнения для развития слуха. «Прохлопывание» музыки, выделение музыкальной фразы на слух.

Раздел 3. Общая физическая подготовка. Основы европейской и латиноамериканской программы.

3.1 Общая физическая подготовка

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Общая физическая подготовка

3.2 Основы европейской программы

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Основы европейской программы для «Е» класса в танцах: медленный вальс, венский вальс, квикстеп.

3.3 Основы латиноамериканской программы

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Основы латиноамериканской программы для «Е» класса в танцах: самба, ча-ча-ча, джайв.

Раздел 4. Постановочная работа.

4.1 Постановка показательного номера.

Практика: Постановка показательного номера.

Раздел 5. Репетиционная работа.

5.1 Репетиция показательного номера.

Практика: Репетиция показательного номера.

Содержание программы

продвинутого уровня обучения (средняя школа)

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

1.3 Правила построения на занятии. Вводный инструктаж по технике безопасности.

1.4 Танцевальная разминка перед занятием.

Теория: Изучение методики исполнения движений разминки.

Ознакомление с программой.

Практика: Инструктаж по технике безопасности. Разучивание, повторение общей и танцевальной разминки.

Раздел 2.: Введение в образовательную программу.

2.1 Введение в образовательную программу.

Теория: Изучение характера музыки. Рассмотрение характера показательного номера.

Практика: Упражнения для развития слуха. «Прохлопывание» музыки, выделение музыкальной фразы на слух.

Раздел 3. Общая физическая подготовка. Основы европейской и латиноамериканской программы.

3.1 Общая физическая подготовка

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Общая физическая подготовка

3.2 Основы европейской программы

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Основы европейской программы для «Е» класса в танцах: медленный вальс, венский вальс, квикстеп.

3.3 Основы латиноамериканской программы

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Основы латиноамериканской программы для «Е» класса в танцах: самба, ча-ча-ча, джайв.

Раздел 4. Постановочная работа.

4.2 Постановка показательного номера.

Практика: Постановка показательного номера.

Раздел 5. Репетиционная работа.

5.2 Репетиция показательного номера.

Практика: Репетиция показательного номера.

Содержание программы продвинутого уровня обучения (старшая школа)

Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности.

1.1 Правила построения на занятии. Вводный инструктаж по технике безопасности.

1.2 Танцевальная разминка перед занятием.

Теория: Изучение методики исполнения движений разминки.

Ознакомление с программой.

Практика: Инструктаж по технике безопасности. Разучивание, повторение общей и танцевальной разминки.

Раздел 2.: Введение в образовательную программу.

2.1 Введение в образовательную программу.

Теория: Изучение характера музыки. Рассмотрение характера показательного номера.

Практика: Упражнения для развития слуха. «Прохлопывание» музыки, выделение музыкальной фразы на слух.

Раздел 3. Общая физическая подготовка. Основы европейской и латиноамериканской программы.

3.1 Общая физическая подготовка

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Общая физическая подготовка

3.2 Основы европейской программы

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Основы европейской программы в танцах: медленный вальс, венский вальс, танго, квикстеп.

3.3 Основы латиноамериканской программы

Теория: Изучение методики исполнения упражнений, фигур. Терминология фигур.

Практика: Основы латиноамериканской программы в танцах: самба, ча-ча-ча, румба, джайв.

Раздел 4. Постановочная работа.

4.1 Постановка показательного номера.

Практика: Постановка показательного номера.

Раздел 5. Репетиционная работа.

5.1 Репетиция показательного номера.

Практика: Репетиция показательного номера.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала	Дата окончания	Количество учебных	Количество учебных	Количество учебных	Режим занятий
--------------	-------------	----------------	--------------------	--------------------	--------------------	---------------

	занятий	занятий	недель	дней	часов	
1-й	1июня	До 31 августа	6	12	24	2 раза в неделю по 2 часа
2-й	1июня	До 31 августа	6	18	36	3 раза в неделю по 2 часа
3-й	1июня	До 31 августа	6	18	36	3 раза в неделю по 2 часа
4-й	1июня	До 31 августа	6	18	36	3 раза в неделю по 2 часа
6-й	1июня	До 31 августа	6	18	36	3 раза в неделю по 2 часа

Методическое обеспечение

По данной программе занимаются дети без специального отбора, поэтому необходимость коррекционной работы немаловажна для успешного дальнейшего изучения танца. Коррекционная направленность на начальном этапе позволит в дальнейшем двигаться ускоренными темпами, с этой целью в программе используются элементы ЛФК, пилатеса и партерной гимнастики.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
4. Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Используются виды деятельности:

- учебно-тренировочные занятия;
- методико-практические занятия;
- контрольные занятия;
- видеопросмотры записей своих выступлений и выступление мастеров с последующим обсуждением и анализом;
- открытые занятия;
- онлайн – уроки, онлайн – конференции;

Введение. Правила по ТБ.	+																			
Введение в образовательную программу.	+	+																		
Общая физическая подготовка.			+						+											
Основы европейской программы.				+				+												
Основы латиноамериканской программы.					+	+														
Постановочная работа.				+						+	+	+	+							
Репетиционная работа. Оработка номеров.															+	+	+	+	+	+

Календарно-тематический план 3-го года обучения

Содержание материала	Номер и Дата занятия																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
Введение. Правила по ТБ.	+																		
Введение в образовательную программу.	+	+																	
Общая физическая подготовка.			+						+										
Основы европейской программы.				+				+											
Основы латиноамериканской программы.					+	+													
Постановочная работа.				+						+	+	+	+						
Репетиционная работа. Оработка номеров.															+	+	+	+	+

Календарно-тематический план 4-го года обучения

Содержание материала	Номер и Дата занятия																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

2. Захаров Р. Искусство балетмейстера .- м.,1984
3. Кауль Н. Как научить танцевать .-Ростов 2004
4. Никитин В. Модерн- джаз танец М.,1998;
5. Плетнев Л . Павлова Т. Линия танца . Книга 1 и 2 –М., 1995
6. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания. М.: Академия, 2004.
7. Смиит Люси . Танцы . Начальный курс . –М.,2001
8. Физиология и гигиена младшего школьника: пособие для учителя. -М.: Владос, 2002.
9. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. : Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений, изд. центр «Академия», 2000..
10. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. М., 1986.
11. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М., 1996.
12. Давыдов В.В. Теория развивающего обучения. М., 1996.
13. Копорова Е.В. Методические пособия по ритмике. Л., 1968г.
14. Никитин Б. Развивающие игры. - М., 1985.
15. Ткаченко Т. Народный танец. – М.: Искусство, 1967.