

Управление по образованию и науке администрации г. Сочи
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Ступени» г. Сочи



Принято на заседании
педагогического совета
Протокол №2
от 29 октября 2021г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ЦДО
«Ступени» г. Сочи
Комарова О.Н.
29 октября 2021г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«СТУДИЯ ТАНЦА «РИТМ»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год: 72 ч.

Возрастная категория: от 18 и старше

Форма обучения: очная

Вид программы: авторская

Программа реализуется на внебюджетной основе

Автор-составитель:

Чуйкина Гульнара Дамировна,
педагог дополнительного образования,
Акопян Людмила Еринтьевна,
методист

Городской округ город-курорт Сочи,

2021

Оглавление:

| | |
|---|----|
| РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ | 3 |
| 1.1. Пояснительная записка | 3 |
| 1.2. Цель и задачи программы | 4 |
| 1.3. Учебный план..... | 7 |
| 1.4. Содержание программы | 8 |
| 1.5. Планируемые результаты | 9 |
| РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИХ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ | 11 |
| 2.1. Календарный учебный график | 11 |
| 2.2. Условия реализации программы: | 12 |
| 2.3. Формы аттестации | 12 |
| 2.4. Оценочные материалы | 13 |
| 2.5. Методические материалы: | 13 |
| 2.6. Список литературы..... | 14 |
| Приложения..... | 15 |

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «СТУДИЯ ТАНЦА «РИТМ» - *художественной направленности*. Она ориентирована на развитие художественных способностей, склонностей к танцу.

Новизна данной программы заключается в том, что она рассчитана на взрослых обучающихся, желающих приобрести танцевальные навыки в соответствии со своими желаниями, интересами и потенциальными возможностями. Программа реализуется на внебюджетной основе.

Актуальность программы связана с социальным заказом жителей района на получение дополнительного образования в области хореографического искусства. Ведь систематические занятия танцами способствуют избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру, вырабатывают правильную и красивую осанку. Очень важно также, что занятия танцами хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус обучающегося. В танце находит выражение жизнелюбие и активность, развивается творческая фантазия, творческие способности.

Танцевальное искусство, давая выход энергии обучающихся, наполняет их бодростью, удовлетворяет потребность человека в празднике, зрелище, игре. Бальный танец выступает также как средство массового общения людей, дает возможность содержательно провести время, подружиться.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия танцами повышают у обучающихся уверенность в себе, коммуникативную активность, доброжелательность, внимательность к другим. Расширение целенаправленных двигательных навыков обучающихся, формирование двигательных взаимоотношений между ними, использование подражательных реакций, соревнований между ними, коррекции движения через бальный танец не только повышает физическую активность, но и улучшает психическое самочувствие, позволяет обучающимся осознать свои потенциальные возможности, поверить в свои силы и способности. Бальный танец обладал и обладает огромным потенциалом для развития гармоничной личности. Начиная с XVII века и по сегодняшний день, бальная хореография придает уверенность в движениях, свободу и непринужденность в постановке фигуры, что положительным образом влияет на психический строй человека и повышает его самооценку.

Отличительные особенности данной программы состоят в том, что она реализуется в рамках работы инновационных площадок (тема МИП - «Создание инновационной модели среды непрерывного дополнительного образования, основанной на детско-взрослых образовательных и творческих практиках, включенных в систему общеразвивающих модульных программ», приказ управления по образованию и науке администрации г. Сочи №124 от 04.02.2019 года «Об организации деятельности муниципальных инновационных площадок в 2019 году», тема КИП - «Организация совместной деятельности детей и взрослых посредством творческих образовательных практик», приказ министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края №124 от 05.02.2021 года «О присвоении статуса краевых инновационных площадок»). Кроме того, в рамках реализации используется авторская методика педагога по обучению латино-американским и европейским танцам.

Данная программа дает возможность получить первоначальный объем умений и навыков для освоения техники исполнения не только латиноамериканских и европейских бальных танцев, но и элементов народного танца. Включение элементов движений русского народного танца является одним из важных условий формирования разносторонне развитой личности, способной к преобразованию, самопознанию, к творческой деятельности. В программе уделяется особое внимание взаимосвязи различных элементов русской народной культуры с танцем через теоретическое и практическое изучение основ и тенденций русского

народного танца. А модульная структура программы позволяет обучающемуся самостоятельно выбрать необходимый для изучения образовательный блок, исходя из своих интересов и потребностей.

Адресат программы: в реализации программы участвуют обучающиеся от 18 и старше. Наполняемость группы – 5–7 человек. Принимаются все желающие.

Уровень программы, объем и сроки: ознакомительный, программа рассчитана на 1 год на 72 часа.

Форма обучения: очная

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу. Общее количество часов – 72.

Особенности организации образовательного процесса

Занятия – групповые с индивидуальным подходом. Используется традиционная форма организации обучения: занятия - тренировки и коллективные формы обучения.

Организация и сам процесс осуществления учебно- познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысление, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами работы являются:

- **Метод словесной передачи и слухового восприятия информации** (иллюстрация, демонстрация, показ и др.): наглядный показ материала педагогом, либо учащимся под руководством педагога, а также демонстрация видеоматериалов;

- **Методы передачи учебной информации посредством практических действий.** Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения, опыта, учебно-исполнительной операции должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов;

- **Репродуктивные методы (обучение по образцу).** Репродуктивные упражнения особенно эффективно содействуют отработке практических умений и навыков, так как превращение умения в навыки требует неоднократных действий по образцу;

- **Проблемно- поисковые методы обучения.** Педагог создаёт проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к её решению. Обучающиеся, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

- **Методы эмоционального восприятия.** Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося;

- **Методы контроля обучения** – контрольное занятие.

Занятия проводятся по определенной структуре:

Вводная часть: подготовка к основной части, разминка.

Основная часть: изучение технических элементов, совершенствование изученных схем.

Заключительная часть: выполнение технических элементов под музыку.

Основное внимание на занятиях уделяется постановке корпуса, выработке координации тела, овладению основами техники исполнения бального и народного танцев, развитию интереса к миру танцевального искусства.

Программа сформирована на основе модульного принципа и состоит из трех модулей, в соответствии с учебным планом.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для раскрытия творческих способностей обучающихся и овладение ими первоначальными знаниями, умениями и навыками в области бального и народного танцев.

Задачи:

Предметные:

- познакомить с историей бальных танцев;
- познакомить с элементами русского народного танца;
- формировать музыкально-ритмические навыки;
- научить связкам и блокам с использованием основных движений в танцевальном стиле;
- научить технике основных базовых танцевальных шагов.
- научить основным элементам русского народного танца.

Метапредметные:

- развивать координацию движений рук и ног;
- развивать художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности;
- способствовать достижению положительных результатов при применении телекоммуникационных технологий в общении.

Личностные:

- способствовать созданию доверительной атмосферы на занятиях;
- способствовать получению опыта самопознания и творческого самовыражения;
- способствовать приобретению опыта новых способов совместного времяпрепровождения.

Модуль 1. ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИЕ ТАНЦЫ.

Цель: содействовать овладению знаниями, практическими умениями и навыками латиноамериканских танцев.

Задачи:

- познакомить с основами классического танца;
- познакомить с историей происхождения латиноамериканских танцев “Самба”, “Сальса”, “Румба”, “Ча-ча-ча”;
- познакомить с музыкальным ритмом и характеристикой латиноамериканских танцев;
- обучить основным движениям латиноамериканских танцев: стойке в паре, работе стопы, бедер, ведения в паре, манере исполнения.
- обучить основам построения рисунка танца;

Модуль 2. ЕВРОПЕЙСКИЕ ТАНЦЫ.

Цель: содействовать овладению знаниями, практическими умениями и навыками европейских танцев.

Задачи:

- познакомить с историей происхождения европейских танцев: “Медленный вальс”, “Быстрый фокстрот”.
- познакомить с музыкальным ритмом и характеристикой европейских танцев;
- обучить основным движениям европейских танцев: спускам и подъемам на полупальцах; стойке в паре, работе стопы, бедер, ведения в паре, манере исполнения.
- обучить основам построения рисунка танца;

Модуль 3. ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА.

Цель: содействовать овладению знаниями, практическими умениями и навыками элементов русского народного танца.

Задачи:

- познакомить с историей происхождения русского народного танца;
- познакомить с музыкальным ритмом и характеристикой русских народных танцев;
- обучить основным элементам русского народного танца: притопы, ковырялочка, молоточки; одинарная дробь; лошадка с ударом каблука и др.

1.3. Учебный план:

Таблица 1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программа «СТУДИЯ ТАНЦА «РИТМ»

| № п/п | Наименование разделов, тем | Всего | Теория | Практика | Формы аттестации/ контроля | Источник финансирования при реализации ДООП/ части ДООП |
|--|--|-----------|----------|-----------|---|---|
| МОДУЛЬ 1 «Латино-американские танцы» | | | | | | |
| 1. | Раздел 1. Вводное занятие. Цель и задачи обучения. Инструктаж по технике безопасности. История происхождения латиноамериканских танцев. | 1 | 1 | - | Беседа | Внебюджетная основа |
| 2. | Раздел 2. Основы классического экзерсиса. | 6 | - | 6 | Контрольный просмотр, практические занятия, упражнения, | |
| 3. | Раздел 3. Латиноамериканские танцы | 16 | 2 | 14 | Контрольный просмотр, практические занятия | |
| 4. | Раздел 4. Итоговое занятие | 1 | - | 1 | Итоговый контрольный просмотр | |
| ИТОГО ПО МОДУЛЮ 1: | | 24 | 3 | 21 | - | |
| МОДУЛЬ 2. «Европейские танцы» | | | | | | |
| 1. | Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. История происхождения европейских бальных танцев. | 1 | 1 | - | Беседа | Внебюджетная основа |
| 2. | Раздел 2. Европейские танцы | 16 | 2 | 14 | Контрольный просмотр, практические занятия | |
| 3. | Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа | 6 | - | 6 | Постановка номеров, репетиции, | |
| 4. | Раздел 4. Итоговое занятие | 1 | - | 1 | Концертное выступление | |
| ИТОГО ПО МОДУЛЮ 2: | | 24 | 3 | 21 | - | |
| МОДУЛЬ 3. «Элементы русского народного танца» | | | | | | |
| | Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Русские народные танцы. | 1 | 1 | - | Беседа | Внебюджетная основа |
| | Раздел 2. Элементы русского народного танца | 14 | 2 | 12 | Контрольный просмотр, практические занятия | |
| | Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа | 8 | - | 8 | Постановка номеров, репетиции, | |
| | Раздел 5. Итоговое занятие | 1 | - | 1 | Концертное выступление | |
| ИТОГО ПО МОДУЛЮ 3: | | 24 | 3 | 21 | - | |
| ВСЕГО ПО ДООП: | | 72 | 9 | 63 | - | |

1.4. Содержание программы

МОДУЛЬ 1 «ЛАТИНО-АМЕРИКАНСКИЕ ТАНЦЫ»

Раздел 1. Вводное занятие.

Теория. Цель и задачи обучения. Инструктаж по технике безопасности. Программа и режим занятий, знакомство с партнером. История происхождения бальных танцев. Основные понятия. Названия танцев, основные танцевальные термины, позиции в паре.

Раздел 2. Основы классического экзерсиса.

Теория. Терминология классического танца, основные понятие и принципы исполнения основных движений. Постановка корпуса, ног (позиции 5), рук (позиции 1,2,3).

Практика. Повторение в медленном темпе упражнений. Прыжки. Наклоны корпуса на середине. Упражнение у станка (в выворотной позиции лицом к станку):

- ✓ demi plie по I-II-III позициям;
- ✓ battement tendu в сторону из I позиции;
- ✓ battement jete в сторону из I позиции;
- ✓ releve на полупальцы по I-II позиции;
- ✓ grand battment jete в сторону из I позиции.

Раздел 3. Латинамериканские танцы.

Теория. История происхождения латинамериканских танцев. Названия танцев, основные танцевальные термины: темп, такт, музыкальный размер, ритм; позиции в паре.

Практика.

Теория. История происхождения изучаемых танцев: “Самба”, “Сальса”, “Румба”, “Чачача». Определение музыкального ритма и характера танцев.

Практика. Стойка в паре, работа стопы, бедер, основные шаги танцев, ведение в паре, манера исполнения.

Раздел 4. Итоговое занятие. Итоговый контрольное занятие.

МОДУЛЬ 2 «ЕВРОПЕЙСКИЕ ТАНЦЫ»

Раздел 1. Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности. История происхождения европейских бальных танцев.

Раздел 2. Европейские танцы.

Теория. История происхождения танцев: “Медленный вальс”, “Быстрый фокстрот”. Спуски и подъемы на полупальцы. Стойка в паре. Работа стопы.

Практика. Определение музыкального размера танца, маленький квадрат вперед-назад по одному и в паре, четвертные повороты вправо и влево по одному и в паре, закрытая перемена, четвертные повороты по линии танца.

Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа.

Практика. Постановка номеров, репетиции.

Раздел 4. Итоговое занятие. Итоговый контрольное занятие.

МОДУЛЬ 3. «ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА»

Раздел 1. Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности. Русские народные танцы.

Раздел 2. Элементы русского народного танца.

Теория. Темпы: ярко-контрастный (народные плясовые мелодии, колыбельные марши); умеренный (умеренно быстрый, умеренно медленный). Разбор движений по долям.

Практика: прослушивание музыкальных фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши, кивками и др., притопы – удары все стопой в пол на сильную и слабую доли, двумя ногами печатка; ковырялочка; молоточки; одинарная дробь; лошадка с ударом каблука, боковые шаги; шаг с каблука и переступом, притопы; падебаск»; припадание» хлопушки; присядки.

Раздел 3. Репетиционно-постановочная работа.

Практика. Постановка номеров, репетиции.

Раздел 4. Итоговое занятие. Итоговое открытое занятие. Концертное выступление.

1.5. Планируемые результаты

Предметные результаты:

По окончании обучения обучающиеся

будут знать:

- историю бальных танцев;
- названия танцев, основные танцевальные термины, позиции в паре;
- баланс тела, позиции ног и рук, музыкальные размеры и темпы;
- технику основных базовых танцевальных шагов.
- правильное положение в паре, ведение в паре;
- элементы русского народного танца.

будут уметь:

- правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку;
- двигаться в соответствии с различным характером музыки;
- исполнять танцы, соблюдая ритм;
- координировать движение рук и ног
- ориентироваться на танцевальной площадке;
- выполнять элементы русского народного танца.

Личностные результаты:

- приобретение танцевальных навыков и позитивная самооценка своих творческих способностей;
- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческих танцевальных способностей;
- переживание чувства удовлетворения от процесса танца.

Метапредметные результаты:

- накопление представлений о ритме, синхронном движении;
- умение соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- умение задавать вопросы, работать в паре и коллективе.

МОДУЛЬ 1. ЛАТИНОАМЕРИКАНСКИЕ ТАНЦЫ.

Предметные результаты:

По окончании обучения обучающиеся

будут знать:

- историю происхождения латиноамериканских танцев “ Самба”, “ Сальса”, “Румба”, “Ча-ча-ча», «Джайв» и др.
- музыкальные ритмы и характеристику латиноамериканских танцев;

будут уметь:

- выполнять основные движения латиноамериканских танцев,
- исполнять латиноамериканские танцы.

Метапредметные результаты:

- умение соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.
- умение работать в паре и коллективе.

Личностные результаты:

- приобретение танцевальных навыков и позитивная самооценка своих творческих способностей;

Модуль 2. Европейские танцы.**Предметные результаты:**

По окончании обучения обучающиеся

будут знать:

- историю происхождения европейских танцев: “Медленный вальс”, “Быстрый фокстрот”;
- музыкальные ритмы и характеристику европейских танцев;

будут уметь:

- выполнять основные движения европейских танцев;
- исполнять европейские танцы.

Метапредметные результаты:

- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческих танцевальных способностей;
- переживание чувства удовлетворения от танцевального процесса.

Личностные результаты:

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- умение работать в паре и коллективе.

Модуль 3. Элементы русского народного танца.**Предметные результаты:**

По окончании обучения обучающиеся

будут знать:

- историю происхождения русского народного танца;
- музыкальные ритмы и характеристику русского народного танца.

будут уметь:

- выполнять основные элементы русского народного танца;
- исполнять русский народный танец.

Метапредметные результаты:

- развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческих танцевальных способностей;
- переживание чувства удовлетворения от танцевального процесса.

Личностные результаты:

- умение координировать свои усилия с усилиями других;

**РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ,
ВКЛЮЧАЮЩИХ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

2.1. Календарный учебный график

**Рисунок 1. Календарный учебный график краткосрочной дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы художественной направленности «СТУДИЯ ТАНЦА «РИТМ»**

| Занятия не предусмотрен ые расписанием | Каникулы ый период (К) | Промежуточная (П) Итоговая (И) аттестация | Базовый уровень программы | | Недели обучения | Год обучения |
|--|------------------------------|---|------------------------------|----------|--------------------------|-----------------|
| | | | группа 1 | группа 2 | | |
| | | | | | 30.08.21-05.09.21 | сентябрь |
| | | | | | 06.09.21-12.09.21 | |
| | | | 1 | 1 | 13.09.21-19.09.21 | |
| | | | 2 | 2 | 20.09.21-26.09.21 | |
| | | | 2 | 2 | 27.09.21-03.10.21 | октябрь |
| | | | 2 | 2 | 04.10.21-10.10.21 | |
| | | II | 2 | 2 | 11.10.21-17.10.21 | |
| | | | 2 | 2 | 18.10.21-24.10.21 | |
| | | | 2 | 2 | 25.10.21-31.10.21 | |
| | | | 2 | 2 | 01.11.21-07.11.21 | ноябрь |
| | | | 2 | 2 | 08.11.21-14.11.21 | |
| | | | 2 | 2 | 15.11.21-21.11.21 | |
| | | | 2 | 2 | 22.11.21-28.11.21 | |
| | | | 2 | 2 | 29.11.21-05.12.21 | декабрь |
| | | | 2 | 2 | 06.12.21-12.12.21 | |
| | | | 2 | 2 | 13.12.21-19.12.21 | |
| | | II | 2 | 2 | 20.12.21-26.12.21 | |
| | | | 1 | 1 | 27.12.21-02.01.22 | |
| | К | | | | 03.01.22-09.01.22 | январь |
| | | | 2 | 2 | 10.01.22-16.01.22 | |
| | | | 2 | 2 | 17.01.22-23.01.22 | |
| | | | 2 | 2 | 24.01.22-30.01.22 | |
| | | | 2 | 2 | 31.01.22-06.02.22 | февраль |
| | | | 2 | 2 | 07.02.22-13.02.22 | |
| | | | 2 | 2 | 14.02.22-20.02.22 | |
| | | | 2 | 2 | 21.02.22-27.02.22 | |
| | | | 2 | 2 | 28.02.22-06.03.22 | март |
| | | | 2 | 2 | 07.03.22-13.03.22 | |
| | | | 2 | 2 | 14.03.22-20.03.22 | |
| | | | 2 | 2 | 21.03.22-27.03.22 | |
| | | | 2 | 2 | 28.03.22-03.04.22 | апрель |
| | | | 2 | 2 | 04.04.22-10.04.22 | |
| | | | 2 | 2 | 11.04.22-17.04.22 | |
| | | | 2 | 2 | 18.04.22-24.04.22 | |
| | | | 2 | 2 | 25.04.22-01.05.22 | май |
| | | | 2 | 2 | 02.05.22-08.05.22 | |
| | | | 2 | 2 | 09.05.22-15.05.22 | |
| | | | 2 | 2 | 16.05.22-22.05.22 | |
| | | II | 2 | 2 | 23.05.22-30.05.22 | |
| | | | 2 | 2 | 31.05.22-06.06.22 | июнь |
| | | | | | 06.06.22-12.06.22 | |
| | | | | | 13.06.22-19.06.22 | |
| | | | | | 20.06.22-26.06.22 | |
| | | | 36 | 36 | Всего учебных недель | |
| | | | 72 | 72 | Всего часов по программе | |

2.2. Условия реализации программы:

Материальное обеспечение:

-танцевальный зал с паркетным покрытием размером не менее 10х15 м, раздевалка,

На занятиях по хореографии обучающийся должен надеть специальную форму (трико, купальник), Форма должна быть без жестких или мешающих элементов, не иметь широких карманов и выступающих накладных деталей, позволяющая свободно выполнять движения; внешний вид одежды должен быть чистым и опрятным. В хореографическом зале обучающийся должен заниматься в сменной обуви с мягкой плоской подошвой (балетки) на уроках классического танца и в жесткой специализированной обуви (сапоги, туфли танцевальные)

Обувь должна хорошо держаться на ноге и позволять выполнять различные танцевальные движения. Обучающийся должны приходить в танцевальный зал аккуратно причёсанными, с гладко убранными волосами.

Перечень оборудования, материалов, необходимых для реализации программы:

-магнитофон.

Информационное обеспечение:

- аудиозаписи для проведения занятий,

- фонотека.

Кадровые условия:

Педагог должен иметь высшее профессиональное образование или средне-специальное в области хореографического искусства, соответствующей профилю. Иметь специальные знания в области бального и народного танцев.

2.3. Формы аттестации

Для проверки знаний, умений и навыков проводятся: контрольные, итоговые, открытые занятия, концерт.

В процессе занятий используются следующие формы и виды контроля:

- *вводный*: (наблюдение) контролируются: умение определять и передавать в движении характер музыки, ее темп; умение определять размер музыкальных произведений; знания направления по линии танца, против танца;

- *промежуточный*: (концерт, открытое занятие) контролируются: свободное владение танцевальными движениями; чистота исполнения танцев; ритмичность и музыкальность; артистичность; умение передавать драматургию музыки и танца;

- *итоговый*: (отчетный концерт, итоговое занятие) контролируются: владение техникой танца, чувством и стилем; умение передавать характер танца; умение раскрыть содержание танца; умение ориентироваться на танцевальной площадке; соблюдение целостности композиции танца; артистичность; синхронность и точность исполнения линий и поз.

Основными показателями танцевальной культуры и эстетической воспитанности обучающихся можно считать: музыкальность и выразительность, правдивость и искренность в передаче танцевального образа, осмысленное отношение к танцу как к художественному произведению, понимание единства формы и содержания танца.

Формы подведения итогов реализации программы: контрольные и открытые занятия.

2.4. Оценочные материалы

Показатели уровня владения хореографическими навыками и проявления творческой активности обучающихся*

| № п/п | Критерии оценки/ Ф.И.О обучающегося | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|-------|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Владение техникой танца, чувством и стилем | | | | | | | | |
| 2 | Музыкальность, артистичность, синхронность и точность исполнения линий и поз | | | | | | | | |
| 3 | Умение раскрыть содержание танца; | | | | | | | | |
| 4 | Умение передавать характер танца | | | | | | | | |
| 5. | Умение ориентироваться на танцевальной площадке | | | | | | | | |
| 6. | Умение работать в коллективе, группе | | | | | | | | |

*Н - низкий уровень, С – средний уровень, В – высокий.

Низкий уровень - нет первоначальных умений и навыков в соответствии с программой

Средний уровень – работу выполняет с помощью педагога

Высокий уровень – работает самостоятельно, творчески

2.5. Методические материалы:

Программа включает в себя 3 модуля, которые реализуются за счет внебюджетных средств.

Наряду с традиционной методикой обучения танцу, которая имеет следующую последовательность: вводное слово педагога, слушание музыки и ее анализ, прохлопывание, протоптывание музыки, разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца; необходимо привлекать личностный опыт каждого воспитанника, соединяя новую информацию с запоминающимися образами и ассоциациями. Также можно применять и различные мимические, пантомимические этюды, игры с целью развития творческого воображения, артистичности, эмоциональности, выразительности и характера движений.

В процессе обучения танцу важно делать акцент на сочетание словесных (беседа, объяснение), наглядных (наблюдение, просмотр видеоматериалов, специальных журналов), практических (упражнение, тренировка, самостоятельная работа, выступление) методов.

Формами организации занятий являются: занятия-тренировки, индивидуальные и коллективные формы обучения, отчетное занятие.

Бальный танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры обучающихся. Занятия бальным танцем органически связаны с усвоением норм этики, немислимы без выработки высокой культуры общения между партнерами. В коллективе существуют специфические механизмы естественных взаимоотношений между партнерами, традиционные правила, которых должны придерживаться обучающиеся в хореографии:

1. На занятия необходимо приходить красиво и гладко причесанными и аккуратно одетыми.

2. Занятие начинается и заканчивается поклоном.

3. Взаимопомощь и терпение к недостаткам других.

4. Почтительное и уважительное отношение к педагогу и обучающимся.

Формы проведения занятий:

- учебные занятия;
- репетиция.

Методы и приёмы обучения:

- объяснение; диалог; - дискуссия;
- повторение
- метод совместного нахождения лучшего решения;
- творческие задания;
- создание ситуаций творческого поиска;
- стимулирование занимательным содержанием;
- создание ситуации успеха;
- использование средств искусства;
- поощрения и порицания;
- формирование личностной значимости учения;
- контрольное задание;
- тестирование.

Формы подведения итогов: открытое занятие, выступления на концертах.

Педагогу необходимо использовать теоретические материалы и видеоматериалы Российских и Международных конкурсов.

2.6. Список литературы

нормативно-правовые акты:

1. Концепция развития дополнительного образования обучающихся (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 года №1726-р) // Дополнительное образование: сборник нормативных документов. – М: издательство «Национальное образование», 2015. – 48 с.

2. Приказ Минтруда России от 05.05.2018 N 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования обучающихся и взрослых» (Электронный ресурс) /Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_305809/b8c0fc6affc0768557a07d839a889c1a7b80d14f/ (Дата обращения: 20.03.2021 г.).

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Электронный ресурс) /Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201811300034> (Дата обращения: 16.03.2021 г.).

4. Постановление Главного государственного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления обучающихся и молодежи» (Электронный ресурс) /Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/566085656> (Дата обращения: 16.03.2021 г.).

методические рекомендации:

1.. Рыбалева И.А. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ /Региональный модельный центр Краснодарского края, Краснодар – 2020 год. (Электронный ресурс). Режим доступа: <https://rmc23.ru/wp-content/uploads/2020/07/Краевые-методические-рекомендации-2020-Проектирование-дополнительных-общеобразовательных-программ-пароль.pdf>

иные источники:

основная литература:

1. Чуйкина Г. Д. Серебренников И.В. Методическое пособие для обучения балльным танцам. Выпуск 1. – Новочеркасск: Лик, 2020. – 24 с. ISBN 978-5-907391-19-2
2. Айсмонтас Б.Б. Педагогическая психология: схемы и тесты. –М.: Владос.- 2004.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Рольор. - 1999.
4. Басова Н.В. Педагогика и практическая психология. – Ростов-на Дону. - 2000.

5. Бойко Е.М., Садовникова Е.А. Психология и педагогика. – М. - 2005.
6. Буренина А.И. Ритмическая пластика. - СПб.: Детство пресс. - 1994.
7. Васильева Т.К. Секрет танца. - СПб.: Диамант. - 1997.
8. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца : танцевальные движения и комбинации на середине зала / Г.П. Гусев. - М.: ГИЦ «Владос», 2003.
9. Ласман Бальные танцы. Sarikojumi dejas / Ласман, Мильда. - М.: Latvias Valsts Izdevnieciba. - 2003. - 324 с.
10. Нина Рубштейн . "Что нужно знать, чтобы стать первым" "Танцор, Пара". -2015.- 195 с.
11. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. - М.: Просвещение. - 1985.
12. Поляков С.С. Основы современного танца, - Ростов-на-Дону. -2006 .
13. Смирнова С.А. Педагогика, педагогические теории, системы, технологии. - М.: Академия. - 2001.
14. дополнительная литература:
15. б) для обучающихся:
16. Бахрушин Ю.А. История русского балета. - М.: Просвещение. -1977.
17. Бром Л., Анисимова Т.А. Самоучитель восточных танцев. Танец живота. - М.: Феникс. - 2006.
18. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Ленинград: Искусство - 1980.
19. Володина О.В., Анисимова Т.Б. Самоучитель клубных танцев: Funk, Transe, House. - Ростов-на-Дону. -2005.
20. Голейзовский, К.Я. Образы русской народной хореографии [Текст] / К.Я. Голейзовский. - М.: Искусство, -1964.
21. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. – Ростов-на-Дону - Феникс»- 2004, 146с.
22. Кафедра хореографии ГИТИСА: Вчера. Сегодня. Завтра. - М.: ГИТИС. -1996.
23. Рассел, Джесси Бальные танцы / Джесси Рассел. - М.: VSD, 2012. - 930 с.
24. Стриганова В., Уральская В. Современный бальный танец – Л.: Искусство, 1982.-376с.
25. Худеков, С.Н. Всеобщая история танца / С.Н. Худеков. - М.: Эксмо. - 2009. - 626 с

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗМИНКИ

Упражнения для рук.

Поднимание и опускание рук вперёд, вверх, назад, в стороны; движение прямыми и согнутыми руками в различном темпе; круги руками в лицевой, боковой, горизонтальной плоскостях(одновременные, поочерёдные, последовательные); сгибание и выпрямление рук из различных положений, в разном темпе, с различными отягощениями, с преодолением сопротивления партнера, сгибание разгибание рук в различных упорах (в упоре на станке, на гимнастической скамейке, в упоре лёжа, но с отведением ноги(поочерёдно правой и левой) назад при сгибании разгибании рук, то же с опорой носками на гимнастическую скамейку или рейку на гимнастической стенке, и в висах(подтягивание в висе лёжа, в различных хватах, в висе). Упражнения с гантелями.

Упражнения для ног.

Сгибание и разгибание стоп и круговые движения стопой. Полуприсяды и присяды в быстром и медленном темпе; то же на одной ноге с одновременным подниманием другой ноги вперёд или в сторону) с опорой и без опоры. Выпады вперёд, назад, в сторону. Пружинистые полуприседания в выпадами сочетании с поворотом кругом. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с одной ноги на другую, прыжки из приседа, прыжки через гимнастическую скамейку(сериями, слитно, толчком обеими ногами или одной. Махи ногами с опорой руками о гимнастическую стенку и без опоры руками. Движения ногой в горизонтальной плоскости (из и.п. стойка на одной, другая вперёд-книзу) в сторону, назад, в сторону вперёд, (в различном темпе с увеличением амплитуды до 90 град. и более). Поднимание ног в различных положениях: стоя, сидя, лёжа, в висах, упорах. Удерживание ног в различных положениях(вперёд, в сторону, назад). Встряхивание расслабленными ногами. Различные сочетания движений ногами с движениями туловищем, руками(на месте и в движении).

Различные прыжки со скакалкой с постепенным увеличением продолжительности и скорости прыжков; прыжки со скакалкой с постепенным сокращением времени на заданное количество прыжков(20 прыжков за 8сек.). Различные эстафеты и игры с бегом и прыжками, использование скакалки и др. предметы. Пружинный шаг(10-15с.), пружинный бег(20-45с.) Приседания с отягощениями, с партнёром, поднимание на носки(в подходе не более 5 раз, 3-4 подхода, темп быстрый, отдых 1 мин.) Прыжки на месте и с продвижением на одной, двух ногах(высоту прыжка постепенно увеличивать). Прыжки в высоту с места толчком ногами с разбега с доставанием предмета. Прыжки с предметами в руках. Прыжки из глубокого приседа.

Упражнения для туловища, шеи, спины.

Наклоны головы вправо, влево, вперёд, назад; поворот головы вправо, влево, одновременно с поворотом наклон головы вверх и вниз. Наклоны туловища вперёд, назад, в сторону(вправо, влево) с максимальным напряжении(из различных положений – сидя, стоя, без опоры и с опоры), движения по кругу, скручивание вправо, влево, смещение туловища вправо, влево, прогиб вперёд, назад. Упражнения на пресс в различных положениях. Упражнение «кошка», «лодочка»: с начало подъём верхней части туловища, затем нижней части и одновременно.

Упражнения на развитие осанки.

Различные виды ходьбы (с носка, на носках, с поворотом кругом, острым перекатым, пружинным шагом) и бега в чередовании с остановками на носках; прыжки толчком двумя с поворотом на 180-360град.

Упр. «Черепашка»

Установка: Сидим на стуле, нас привязали к спинке стула.

И.П. сидя на коврик, ноги вытянуты вперёд, носки вытянуты, руки лежат на коврике по сторонам, спина прямая, плечи расправлены. На 4 счёта плечи собираются вперёд, голова опускается в низ, но спина не наклоняется (черепашка влезла в свой панцирь), на следующие 4 счёта возвращаемся в исходное положение; упражнение «коробочка». Упражнения «кошка», «лодочка», «мячик»: с начало подъём верхней части туловища, затем нижней части и одновременно.

Упражнения на развития гибкости.

Наклоны вперёд, назад, в сторону(вправо, влево) с максимальным напряжении(из различных положений – сидя, стоя, без опоры и с опоры). Наклоном назад мост на обеих ногах и на одной ноге. Шпагат, шпагат с различным наклонами вперёд, назад, в сторону с различными движениями руками. Движение ногами (махи) в различных направлениях и с максимальной амплитудой; медленными движения ногами с фиксацией конечного положения в течение нескольких секунд. Сед с глубоким наклоном, голова опущена (держать 20-40 с.), Упражнения на развитие подвижности стопы: И.П. сидя на полу, спина прямая, ноги вытянуты вперёд, 6 поз. На раз – вытянуть носки, пятки прижаты к полу, стремимся пальцами коснуться пола, на два носки на себя (поочередно, одновременно, по кругу).

Выполнение упражнений в парах: «лягушка», «бабочка», «складочка», упр. для растяжки мышц ног: И.П. дети в паре сидят друг напротив друга, ноги 1партнёра упираются в щиколотку второго, руки сцеплены. На раз – два первый медленно ложится назад, упираясь в ноги партнёра, на следующие 4 счёта фиксируют положение, на следующие 2 счёта возвращаются в исходное положение.

«НАРОДНЫЙ ЭКЗЕРСИС У СТАНКА В СЕРЕДИНЕ ЗАЛА»

Русский танец - это не что иное, как проявление чувств, в художественной форме передавая ощущения красоты жизни, отображая трудовые процессы, давая выход жизненной энергии. Русский танец, как вид русского традиционного искусства имеет свою многовековую историю. Ещё в дохристианский период, в V-VII вв, на характер танца налагали отпечаток языческие религиозные представления.

XVIII век – эпоха, связанная с именем Петра I – блестящего реформатора своего времени, с появлением нового государства – Российской Империи. Это и эпоха видоизменения русского народного танцевального искусства. Танец приобретает более светский характер. При дворе становятся популярными европейские танцы: французская кадрили, менуэт, полонез, лансье и др. И в народе танец не только сохраняется, но и приобретает новые формы. Так, в результате западных салонных танцев в русском быту появляются кадрили, полька, ланце и другие. Попадая в деревню, они коренным образом изменяются, приобретая типично русские местные черты, манеру и характер исполнения.

Выход русского народного танца на большую сцену происходит во втором десятилетии XX века. Это период начала мощного развития русского народного творчества всех его видов и жанров. Появляются учебные заведения по профессиональной подготовке преподавателей всех видов искусств, в том числе и хореографического искусства. Открываются учебные заведения непосредственно для профессиональной подготовки танцоров. По всей территории России начинают создаваться, как любительские, так и профессиональные танцевальные коллективы. Русский танец приобретает массовый характер в своей сценической форме.

Основы хореографического языка, лексики народного танца составляют традиционные элементы и движения, дошедшие до нас от предков и продолжающие жить до настоящего времени. Они состоят из различного вида шагов, ходов, ударов, дробей и выстукиваний, соскоков и подскоков, разнообразных наклонов, поворотов и вращений, а также положений головы, рук, корпуса, выражающих в синтезе гармонию образа, действия и чувства.

Вот, коротко раскрыв специфику движений русского танца, мы приступаем к изучению практического материала – традиционных народной хореографии.

Положение рук в русском танце

1-е положение

Обе руки, согнутые в локтях, лежат сбоку на талии, у девушек — кулачками, иногда ладонями; у юношей — чаще ладонями, иногда кулачками. Локти направлены в стороны. Это положение можно назвать «подбоченившись».

2-е положение

Руки скрещены на груди. У девушек руки или приближены к корпусу, или чуть отведены, правая рука находится под левой рукой, кисти зажаты в кулачок и спрятаны под локти противоположных рук. У юношей руки от корпуса отведены, локти направлены вперед, правая рука находится над левой рукой, кисти лежат ладонями на противоположных руках, выше локтя.

3-е положение (женское)

Обе руки подняты невысоко в стороны и находятся между исходной и 2-й позицией, локти свободны, кисти направлены ладонями вперед. Иногда девушка в правой руке держит платочек.

4-е положение (женское)

Правая рука, согнутая в локте, поднята от локтя вверх, локоть от корпуса отведен в сторону и направлен вниз, кисть, повернутая ладонью к зрителю, находится чуть выше правого плеча, пальцы согнуты и опущены к ладони. Левая рука свободно опущена вниз и от корпуса отведена.

Позиции ног

- свободная: пятки вместе, носки симметрично разведены в стороны на ширину плеч;
- вторая невыворотная: ноги расставлены в стороны на ширину стопы. Стопы расположены параллельно друг к другу;
- третья невыворотная: пятка одной ноги ставится к середине стопы другой. Носки направлены в стороны;
- четвертая невыворотная: ступня одной ноги параллельна и находится впереди другой на расстоянии стопы. Носки стоп направлены вперед;
- шестая невыворотная: стопы стоят рядом, пятки и носки сомкнуты.

АВТОРСКАЯ МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ДАТИНОАМЕРИКАНСКИМ ТАНЦАМ ЧУЙКИНОЙ Г.Д., СЕРЕБРЕННИКОВА И.В.

Рисунок танца представлен в виде схем основного шага графически распределенного по тактовой шкале абстрактной музыкальной композиции. С помощью авторской методики обучаемый может самостоятельно повторять движения вне балетного класса без балетмейстера, добиваясь усвоения образно-художественного содержания традиционного классического танца.

Наравне с другими видами прямого общения (дискурс, хоровое пение, изобразительное и театральное искусство, музыка, физическая культура и спорт, туризм и др.) искусство танца позволяет развивать в детях представление об элементах общечеловеческой культуры, развивать собственные координацию, пространственное мышление, укрепить физически танцующего.

Умение танцевать позволяют быстрее достичь социальной адаптации личности в согласии с духовными и нравственными представлениями народов не только разных стран, но и других континентов. Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 февраля 2019 г. № 161 в России утверждены Правила вида спорта «Танцевальный спорт». Европейская программа — Стандарт (Standard): медленный вальс, танго, венский вальс, фокстрот, квикстеп. Латиноамериканская программа — Латина (Latin): самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв.

Ритмика танца развивает такие качества танцора как музыкальность, артистизм, партнерство, техничность, чувство пространства и личности – целеустремленность, трудолюбие, самодисциплину, толерантность, умение чувствовать гармонию природы, видеть и понимать красоту вокруг себя.

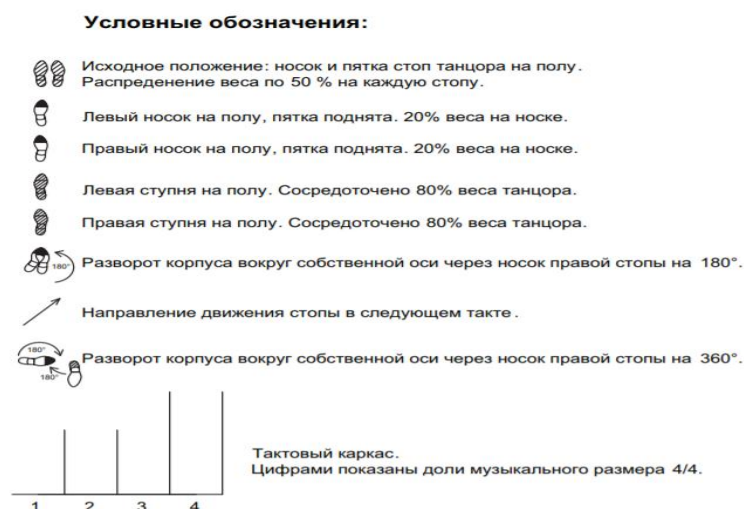
Пульсация – это равномерность, которая обеспечивает музыкальное движение. Доля – единица измерения пульсации.

Такт – отрезок музыкальной ткани, заключенный между двумя сильными долями. Музыкальный размер показывает, сколько и каких долей включает в себя один такт. Выглядит размер как математическая дробь, где числитель – количество долей в такте, а знаменатель – длительность доли.

Метр – очередность сильных и слабых долей.

Такт – отрезок музыки между двумя сильными долями.

Ритм – это последовательность звуков и пауз разной продолжительности. Так в одном такте могут сочетаться четверти, восьмые, шестнадцатые и другие длительности, образуя ритмический рисунок.



Рассмотрим пример в размере 4/4. Нижняя строка отображает шаги пульса – четвертные доли. На верхней строке изображены варианты ритмического рисунка: Музыкальные размеры бывают простыми, сложными и смешанными. Простыми называют двухдольные и трехдольные размеры. Сложные размеры образуются за счет сложения двух или более простых одинаковых размеров. Например, размер 4/4 это сумма простых размеров 2/4 + 2/4. Размер 6/8 является суммой размеров 3/8 + 3/8. Темп. Если необходимо указать точный темп (точное количество ударов метронома в минуту), то используют, к примеру, следующее обозначение: Четвертная = 140. Это означает, что нужно играть в темпе, при котором метроном выдаёт 140 ударов в минуту.

1. Основной шаг:
а. на месте,
б. проходящий.

2. Шаг с поворотом

3. КуКаРаЧа

4. Квадрат

4. Квадрат

4. Квадрат

РУМБА

1. вперед.
2а. вперед - разворот.
2б. назад - разворот.
3. в сторону.
4а. сальса касино.
4б. сальса касино с точкой.
5. вперед с точкой.
6. квадрат.
7. на месте - в сторону.
8. поворот в сторону.

САЛЬСА

Salsa basic rhythm

Список литературы:

1. Чуйкина Г. Д. Серебренников И.В. Методическое пособие для обучения бальным танцам. Выпуск 1. – Новочеркасск: Лик, 2020. – 24 с. ISBN 978-5-907391-19-2