|  |  |
| --- | --- |
| «Согласовано»  «Принято»  на заседании педагогического совета  Протокол № 2 от «11» октября 2018г. | «Утверждаю»  Заведующий  МБДОУ «Золотой ключик» с.Покровское  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.Ю. Холодова  Приказ № 50 от 22.10.2018г |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

***«Хореография»***

**на 2018-2019 учебный год**

с.Покровское

2018г

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная рабочая программа составлена на основании:

* федерального государственного образовательного стандартаДО;
* программы внеурочной деятельности А.Е.Гуревича, Д.А.Исаева, Л.С.Понтак.
* программы внеурочной деятельности «Ритмика и бальные танцы» под редакцией Е.И.Мошковой.

**Актуальность настоящей программы** состоит в том,чтобальный 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. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены. Плавные, ритмические и энергичные движения под мелодичную, красивую и зажигательную музыку доставляют эстетическое наслаждение детям, которые в силу своих возрастных наклонностей особенно стремятся к движениям, к ритмике.   
Занятия бальными танцами положительно сказываются на физическом развитии детей: соразмерно развивается фигура. Устраняется ряд физических недостатков, вырабатывается правильная и красивая осанка, внешнему облику придается соразмерность и элегантность. Большое внимание, уделяемое на занятиях осанке, общей собранности, точности и четкости движений, заставляет детей следить за правильной постановкой корпуса и головы, прямо и подтянуто держаться. Заметно улучшается координация движений.   
Приобретая опыт пластической интерпретации музыки на танцевальных занятиях, ребенок овладевает двигательными навыками и умениями, приобретает опыт творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения, развивает внимание, волю, память, подвижность мыслительных процессов, творческое воображение, способность к импровизации в движении под музыку.

**Цели** :содействие всестороннему развитию личности ребёнка средствами танца, формирование у учащихся средней школы основ здорового образа жизни, развитие творческой активности и самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

* **Задачи**:  
    
  1.Обучающие:  
  -знакомство с историей и особенностями бального танца;  
  -знакомство с понятиями и терминологией;  
  -овладение основными движениями и фигурами бального танца;  
  -обучение основам музыкальной грамотности;  
    
  2.Развивающие:  
    
  -развитие общей культуры личности путём приобщения ребёнка к хореографии бального танца;  
  -развитие двигательных, координационных и музыкальных данных детей;  
  -развитие воображения через умение сформировать танец на основе простейших танцевальных движений;  
    
  3.Воспитывающие:  
  -формирование коммуникативной культуры через знание и умение взаимодействовать с партнёрами на танцевальной площадке;  
  -формирование навыков творческой деятельности у учащихся, проявляющих увлечённость;  
    
  4.Специальные:  
    
  -оптимизация роста и развития опорно-двигательного аппарата ребёнка;  
  -совершенствование психомоторных способностей детей;  
  -развитие творческих и созидательных способностей детей;

**Общая характеристика**

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний. Предусмотрены теоретические и практические занятия, просмотр видеоматериалов с соревнований, семинаров ведущих спортсменов, самостоятельные занятия.

Способы проверки:

1)открытые занятия для родителей;

2)выступления на тематических праздниках;

3)организация и проведение конкурсов;

4)участие пар в конкурсных программах разного уровня;

5)отчетный концерт по итогам года.

По окончании обучения учащиеся должны также владеть следующими теоретическими понятиями и практическими навыками.

Общие теоретические понятия:

позиции ног в латиноамериканской и европейской программах;

положение рук;

позиции в паре в европейских танцах;

позиции в паре в латиноамериканских танцах;

линия танца;

направление движения;

углы поворотов.

Практические навыки:

правильная постановка корпуса;

правильный и полный перенос веса тела;

точная работа стопы;

позиция в паре.

(с указанием форм и методов организации учебной деятельности; форм итоговой аттестации по результатам освоения курса).

**Место программы в образовательном пространстве ДОУ.**

Направленность программы — социальная.

Сроки реализации программы – два учебных года.

Программа рассчитана на обучающихся 3-4 лет, 5-8 лет.

Режим занятий – два раза в неделю по 20 мин и 25 мин соответственно,.

Общее количество часов на реализацию программы – 72 часа в год.

Фактически (с учетом годового календарного графика на 2018-2019 учебный год и расписания занятий) данная рабочая программа рассчитана на 36 учебных недель в год.

**Планируемые результаты освоения курса «спортивные бальные танцы»**

Личностные результаты:

1. Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
2. Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
3. Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные результаты:

1. обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
2. анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
3. видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
4. управление эмоциями;
5. технически правильное выполнение двигательных действий.

**Содержание курса «спортивные бальные танцы»**

**Тема №1. Танцевальная грамотность. Инструктаж по технике безопасности в зале.(2ч)**

Инструктаж по ТБ. Вводный, ознакомительный. Усвоение правил поведения в зале. Основные понятия в танце.

**Тема №2.Основные элементы и подготовительные ритмичные упражнения. (2ч)**

Выполнение упражнений на координацию, выносливость, растяжку.Основные шаги под музыку, культура поведения в танце.

**Тема №3.Общеразвивающие упражнения. Основы экзерсиса. (2ч)**

Выполнение упражнений на различные группы мышц, на осанку, прыжки с разных позиций ног. Изучение классических позиций рук и ног, шагов, хлопков, прыжков в такт музыке, изучение поворотов на месте и в движении.

**Тема №4.Музыкальная грамотность.(2ч)**Упражнение на определение сильных, слабых долей такта, акцентирование. Счет и музыкальный ритм.

**Тема №5.Знакомство с танцем «Медленный Вальс».(2ч)**История и характер танца, счет и музыкальный ритм. Выполнение подготовительных упражнений. Изучение основных элементов и шагов. Прогрессивное движение.

**Тема №6.Знакомство с танцем «Ча-ча-ча». (2ч)**

История и характер танца, счет и музыкальный ритм. Выполнение подготовительных упражнений. Изучение основных элементов и шагов. Динамика танца.

**Тема №7.Медленный вальс. Разучивание подготовительных движений в паре. (2ч)**

Изучение парной установки корпуса в стандартной программе, особенности движения в паре, взаимодействие партнеров.

**Тема №8.Знакомство с танцем Быстрый фокстрот. (2ч)**История и характер танца. Выполнение музыкальных упражнений, разучивание основного шага и поворотов.

**Тема №9.Танцевальные движения. (2ч)**

Общеразвивающие упражнения, повторениеизученной программы ,закрепление полученных знаний.

**Тема №10.Знакомство с танцем «Самба». (2ч)**

Характер танца, счет и музыкальный ритм. История танца. Разучивание основных фигур танца латиноамериканской программы.

**Тема №11.Работа в паре.(2ч)**Взаимодействие в паре. Вежливое отношение к партнеру. Выполнение специальных упражнений на контакт в паре.

**Тема №12.Музыкальность исполнения танцев стандартной программы.(3ч)**Понятие музыкальной фразы в танцах «Медленный Вальс и Быстрый фокстрот». Применение и отработка полученных знаний на основных элементах танцев стандартной программы.

**Тема №13.Музыкальность исполнения танцев латиноамериканской программы.(2ч)**

Танец Самба и Ча-ча-ча. Музыкальность исполнения. Акцентирование в основных фигурах.Самостоятельный счет под музыку. Начало музыкальной фразы

**Тема №14.Роль партнера в паре в стандартной программе.(2ч)**

Изучение направления движения в танцах европейской программы.Согласованное движение в паре. Ведущая роль партнера.Ориентация в зале

**Тема №15.Показательный урок.(2ч)**Повторение изученной программы. Исполнение 4-х танцев из латиноамериканской и стандартной программ.

**Тема №16. Танец Самба. Различные ритмы исполнения и их комбинация.(2ч)**

Выполнение упражнений на развитие чувства темпа и ритма в музыке. Разбор элементов танца в различных ритмических вариантах.

**Тема №17.Танец Ча-ча-ча. Различные ритмы исполнения и их комбинация.(2ч)**

Выполнение музыкальных упражнений, изучение стилей и вариантов ритмического исполнения базовых фигур в танце ча-ча-ча. Упражнения на закрепление полученных знаний.

**Тема №18.Танцевальная позиция в стандартной программе.(4ч)**

Позиции рук в паре. Подготовительные упражнения, упражнения на силу мышц рук и спины. Пошаговое выставление линии обучающегося. Повторение изученного материала.

**Тема №19.Композиция танца «Самба».(2ч)**

Подготовительные упражнения на работу ног в танце самба. Изучение элементов танца и составление их в учебную композицию.

**Тема №20.Композиция танца «Ча-ча-ча».(3ч)**

Подготовительные упражнения. Изучение фигур танца ча-ча-ча и составление их в учебную композицию.

**Тема №21.Техника исполнения шагов.(2ч)**Упражнения на работу бедер, коленей и стоп в основных движениях танцев латиноамериканской программы.

**Тема №22.Композиция танца «Медленный Вальс».(3ч)** Маятниковое движение в танцах европейской программы. Составление композиции танца, отличия исполнения композиции сольно и в паре.

**Тема №23.Композиция танца «Быстрый фокстрот».(3ч)**

Понятие свингового движения в танце. Составление композиции танца, отличия исполнения композиции сольно и в паре.

**Тема №24.Презентация пары.(2)**

Выполнение упражнений на осанку. Освоение элементов выхода на сцену, заключительный поклон. Ориентация на паркете.

**Тема №25.Исполнение учебной композиции. (4ч)**Практические занятия на закрепление полученных знаний.Прогон композиций в музыку.

**Тема №26.Я готов(а) к выступлению? (2ч)**Психологическая подготовка к соревнованиям и выступлениям. Самостоятельное выполнение движений по линии танца в музыку, без остановок.

**Тема №27.Как я умею трудиться самостоятельно?(2ч)**

Самостоятельное выполнение движений по линии танца в музыку, сольно и в паре.

**Тема №28.Техника исполнения латиноамериканских танцев.(2ч)**

Выполнение упражнения на подвижность суставов, растяжка различных групп связок. Работа бедра, «восьмерка». Повтор изученных элементов.

**Тема №29.Правила поведения на конкурсе.(2ч)**Ролевая игра, репетиция конкурсного выступления, беседа.

**Тема №30.Подготовка к выступлению.(4ч)**

Разбор технических ошибок, исполнение конкурсной программы.

**Тема №31.Открытый урок.(2ч)**Показательное выступление, беседа.

Контрольные испытания: участие в городских и областных соревнованиях по спортивным бальным танцам, показательные выступления на мероприятиях ДОУ.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *№ занятия* | *Дата занятия* | | | *Тема занятия* | *Основное содержание* | | *Характеристика основных видов деятельности обучающегося (на уровне учебных действий)* | |
| *по плану* | *изменения* | |
| **Название темы (количество часов на изучение темы)** | | | | | | | | |
| 1  2 |  | |  | Танцевальная грамотность. Инструктаж по ТБ. | | Инструктаж по ТБ  Вводный, ознакомительный Усвоение правил поведения в зале. | | Понятие «линия танца», элементарные перестроения в колонну, линию, круг  Групповая игра |
| 3  4 |  | |  | Основные элементы и подготовительные ритмичные упражнения | | Изучение нового материала  изучение новых знаний и первичное их закрепление. Развитие координации. Выполнение упражнений | | Танцевальное приветствие – поклон. Движение по линии танца. Направления в зале  Правильный перенос веса с одной ноги на другую.  Ориентация в пространстве. Различные направления движения. |
| 5  6 |  | |  | Общеразвивающие упражнения. Основы экзерсиса | | Развитие различных групп мышц.  Изучение нового материала  изучение новых знаний и первичное их закрепление Развитие выносливости и силовых характеристик | | Упражнения на осанку, прыжки с разных позиций ног,  Классические позиции рук и ног,  Изучение шагов, хлопков, прыжков в такт музыке, изучение поворотов на месте и в движении |
| 7  8 |  | |  | Музыкальная грамотность | | Изучение нового материала: счет и музыкальный ритм. | | Упражнение на определение сильных, слабых долей такта, акцентирование.  Выполнение упражнений в музыкальном размере 2/4, ¾, 4/4. |
| 9  10 |  | |  | Знакомство с танцем «Медленный  Вальс» | | Характер танца, счет и музыкальный ритм. История танца | | Подготовительные упражнение,  Слушание музыки, счет  Изучение элементов: перемена ног, квадрат  Движение по линии танца |
| 11  12 |  | |  | Знакомство с танцем «Ча-ча-ча» | | Повторение изученного материала. Характер танца, счет и музыкальный ритм. История танца | | Подготовительные упражнение,  Слушание музыки, счет  Изучение элементов: основной шаг, тайм степ, Нью-Йорк, раскрытие  Повторение элементов танца «Медленный Вальс» |
| 13  14 |  | |  | Медленный вальс. Разучивание подготовительных движений в паре. | | Изучение нового материала  и первичное их закрепление в паре | | Повторение элементов танца «Медленный Вальс»  Изучение парной установки корпуса в стандартной программе  Квадрат с правой и левой ноги по одному и в паре.  Повторение элементов танца «Ча-ча-ча» соло и в паре. |
| 15  16 |  | |  | Знакомство с танцем Быстрый фокстрот. | | Характер танца, счет и музыкальный ритм. История танца. Смешанный урок | | Повторение элементов танца «Ча-ча-ча» и «Медленный Вальс».  Подготовительные музыкальные упражнения к танцу «Быстрый фокстрот».  Разучивание основных элементов: шаги по линии танца, четвертной поворот, натуральный поворот ,спин поворот, шассе, лок-степ. |
| 17  18 |  | |  | Танцевальные движения. | | Урок закрепления знаний и формирование умений и навыков | | Выполнение упражнений и элементов танцев «Ча-ча-ча», «Медленный Вальс» и «Быстрый фокстрот». |
| 19  20 |  | |  | Знакомство с танцем «Самба». | | Характер танца, счет и музыкальный ритм. История танца. Разучивание основных движений | | Подготовительные музыкальные упражнения к танцу «Самба».  Разучивание основных элементов: самба-ход, вольта, основное движение, виск в медленном темпе по одному. |
| 21  22 |  | |  | Работа в паре | | Урок закрепления знаний и формирование умений и навыков  Взаимодействие в паре. Вежливое отношение к партнеру. | | Специальные упражнения на взаимодействие рук в паре  Повторение танцевальных элементов танцев: «Ча-ча-ча», «Самба», «Медленный Вальс» и «Быстрый фокстрот». |
| 23  24  25 |  | |  | Музыкальность исполнения танцев стандартной программы | | Понятие музыкальной фразы в танцах «Медленный Вальс и Быстрый фокстрот» | | Медленный Вальс – квадрат с правой ноги по одному и в паре.  Перемены в паре по прямой.  Быстрый фокстрот –лок– степ вперед и назад.  Самостоятельный счет под музыку. Начало музыкальной фразы  Слушание музыки, исполнение танца |
| 26  27 |  | |  | Музыкальность исполнения танцев латиноамериканской программы | | Танец Самба и Ча-ча-ча. Музыкальность исполнения. Акцентирование | | Основные шаги танца самба и ча-ча-ча в медленном темпе по одному и в паре, полном темпе, выставление акцентов.  Урок закрепления знаний и формирование умений и навыков  Самостоятельный счет под музыку. Начало музыкальной фразы  Слушание музыки, исполнение танца |
| 28  29 |  | |  | Роль партнера в паре в стандартной программе | | Согласованное движение в паре. Ведущая роль партнера в паре.  Ориентация в зале | | Исполнение танцев стандартной программы: Перемены в паре по прямой,  Лок-степ в паре по прямой,  Четвертной поворот по линии танца  Упражнения на изучение направления движения |
| 30  31 |  | |  | Показательный урок | | Закрепление изученного материала | | Исполнение в музыку танцев:  Ча-ча-ча,  Самба,  Медленный Вальс,  Быстрый фокстрот. |
| 32  33 |  | |  | Танец Самба. Различные ритмы исполнения и их комбинация | | Развитие чувства темпа и ритма в музыке  Урок закрепления знаний и формирование умений и навыков | | Музыкальные упражнения, разбор элементов танца Самба в медленном темпе, под музыку, с задержкой ритма  Исполнение изученных элементов танцев латиноамериканской программы |
| 34  35 |  | |  | Танец Ча-ча-ча.  Различные ритмы исполнения и их комбинация | | Развитие чувства темпа и ритма в музыке  Урок закрепления знаний и формирование умений и навыков | | Музыкальные упражнения, разбор элементов танца Ча-ча-чажжжэээЭ в медленном темпе, под музыку, ритм «Гуапача»,  Исполнение изученных элементов танцев латиноамериканской программы |
| 36  37  38  39 |  | |  | Танцевальная позиция в стандартной программе | | Постановка в танцевальную позицию | | Фазы постановки в танцевальную позицию  Линии в паре, беседа  Исполнение изученных элементов танцев стандартной программы |
| 40  41 |  | |  | Композиция танца «Самба» | | Разучивание учебной композиции | | Самба- ход, вольта, виск в паре по прямой, бота фога, поворот на 3х шагах.  Повтор изученных элементов. |
| 42  43  44 |  | |  | Композиция танца «Ча-ча-ча» | | Разучивание учебной композиции | | Основное движение,тайм степ на месте, раскрытие, рука в руке, продолженный Нью-Йорк, крисс-кросс.  Повтор изученных элементов. |
| 45  46 |  | |  | Техника исполнения шагов | | Работа стопы и колен при исполнении фигур.  Повторение изученного. | | Работа стоп и коленей. Исполнение шагов с каблука и на носок.  Исполнение учебных композиций танцев латиноамериканской программы. |
| 47  48  49 |  | |  | Композиция танца «Медленный Вальс» | | Разучивание учебной композиции | | Половина натурального поворота, спин поворот, шоссе, натуральный поворот, смена ног с правой и левой ноги.  Повтор изученных элементов. |
| 50  51  52 |  | |  | Композиция танца «Быстрый фокстрот» | | Разучивание учебной композиции | | Половина натурального поворота, спин поворот, четвертной поворот, лок-степ вперед и назад,типпль-шассе.  Повтор изученных элементов. |
| 53  54 |  | |  | Презентация пары | | Что такое презентация пары? Как стать красивым?  Урок закрепления знаний и формирование умений и навыков  Развитие морально-волевых качеств. | | Упражнение на осанку.  Освоение элементов выхода на сцену, заключительный поклон. Определение выигрышного положения на паркете среди участников соревнований. |
| 55  56  57  58 |  | |  | Исполнение учебной композиции | | Урок обобщения и систематизации знаний.  Проверка и оценка знаний учащихся | | Важные моменты перехода от одной фигуры к другой.  Упражнения на законченность исполнения. |
| 59  60 |  | |  | Я готов к выступлению? | | Урок контроля и коррекции знаний и умений обучающихся | | Самостоятельное исполнение по кругу танцев латиноамериканской и стандартной программы |
| 61  62 |  | |  | Как я умею трудиться самостоятельно? | | Урок контроля и коррекции знаний и умений обучающихся | | Совместная работа в паре.  Беседа, исполнение композиций |
| 63  64 |  | |  | Техника исполнения латиноамериканских танцев | | Работа бедра, коленей и стоп. Выворотность ног при исполнении | | Общеразвивающие упражнения.  Упражнения на подвижность суставов, растяжка различных групп связок.  Работа бедра, «восьмерка».  Повтор изученных элементов. |
| 65  66 |  | |  | Правила поведения на конкурсе | | Игровая форма урока.  Урок-конкурс  Проверка и оценка знаний учащихся. Развитие морально-волевых качеств. | | Конкурсное исполнение танцевальной программы.  Ролевая игра – чемпионат «Лицея». |
| 67  68  69  70 |  | |  | Подготовка к выступлению | | Урок контроля и коррекции знаний и умений обучающихся | | Исполнение конкурсной программы  Разбор ошибок |
| 71  72 |  | |  | Открытый урок | | Психологический настрой.  Закрепление танцевальных навыков, повышение самооценки. | | Исполнение конкурсной программы  Беседа |

**Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса**

1. С.В. Филатов «От образного слова – к выразительному движению», М., 1993.
2. Ю. Слонимский «В честь танца», М., 1988.
3. Н. Рубштейн «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым», М., 2000.
4. Гай Ховард "Техника исполнения европейских танцев", М., 2010.
5. УолтерЛейрд "Техника латинских танцев" (самба, ча-ча, румба, джайв, пасодобль, М., 2007.

**Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

1. Специальная музыка;
2. Усилитель звука.