

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 394 «Парус»

ПРИНЯТА:
Педагогическим
Советом Учреждения
(протокол № 1 от 24.08.2022)

УТВЕРЖДЕНА:
приказом заведующего МАДОУ
«Детский сад № 394»
от 03.10.2022. № 174

**Дополнительная общеобразовательная программа
«В ритме танца»**

*Возраст обучающихся: 3-7 лет
Срок освоения программы: 64 часа*

*Разработчик программы:
инструктор по физической культуре
Промзелева Ксения Геннадьевна*

г.Нижний Новгород
2022 г.

Содержание:

1. Пояснительная записка.....	3 -
1.1.Направленность Программы	4
1.2.Актуальность Программы. Новизна и отличительные особенности Программы.....	4 – 6
1.3. Цель и задачи программы.....	6
1.4.Возраст детей, участвующих в реализации Программы.....	6 – 7
1.5.Сроки реализации Программы	7
1.6.Формы и режим занятий.....	7 – 8
1.7.Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.....	8
1.8.Формы подведения итогов реализации Программы.....	9
2. Учебно – тематический план Программы.....	10 – 14
3. Содержание Программы (учебно-тематического плана).....	15 – 19
4. Календарный учебный график.....	20
5. Методическое обеспечение Программы.....	21
5.1. Рекомендации по организации образовательного процесса при реализации Программы.....	21 – 22
5.2. Обеспечение Программы методическими видами продукции.....	22 – 23
6. Список использованной литературы.....	24

1. Пояснительная записка

Занятия бальными танцами на начальном этапе развития детей представляются действенным способом музыкально-пластического, художественно-эстетического, нравственно-эстетического воспитания и физического развития детей. Посредством включения в работу многих групп мышц тренируется центральная нервная система, увеличивается объем двигательной активности, который, в свою очередь, оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Регулярные занятия данным хореографическим направлением ведут к общему оздоровлению организма ребенка, так как движения в ритме и темпе, заданной музыкой, способствуют ритмичной работе всех внутренних органов и систем.

В основу программы заложены документы:

- ✓ Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.04.2021) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.06.2021)
- ✓ Декларация прав ребенка. Принята резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1959 года.
- ✓ Конвенция о правах ребенка. Принята и открыта для подписания ратификации и присоединения резолюцией Генеральной Ассамблеи ООН № 44/25 от 20 ноября 1989 года.
- ✓ "Семейный кодекс Российской Федерации" от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 04.02.2021, с изм. от 02.03.2021)
- ✓ Постановление Правительства Российской Федерации № 916 от 29 декабря 2001 г. «Общероссийская система мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи»
- ✓ Постановление Правительства РФ от от 15 апреля 2014 года N 302 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие физической культуры и спорта" (с изменениями на 14 апреля 2021 года)
- ✓ Постановление Правительства РФ от 15 апреля 2014 года N 302 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие физической культуры и спорта" (с изменениями на 14 апреля 2021 года)
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 N 16 (ред. от 24.03.2021) Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) (вместе с СП 3.1/2.4.3598-20. Санитарно-эпидемиологические правила...) (Зарегистрировано в Минюсте России 03.07.2020 N 58824)

- ✓ Приказ Минздрава РФ от 04.04.2003 N 139 "Об утверждении Инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений"
- ✓ Инструктивно-методическое письмо МоРФ от 14 марта 2000 г № 65/23-16. «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения».
- ✓ Приказ министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30 сентября 2020 года).

Программа построена с учетом возрастных особенностей детей и на основе индивидуального подхода к каждому ребенку.

1.1. Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа для детей дошкольного возраста «В ритме танца» (далее по тексту – Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

1.2. Актуальность Программы

В настоящее время к организации обучения и воспитания детей в ДОУ предъявляют все более высокие требования. Общество хочет видеть будущего школьника полноценным и всесторонне развитым. Поэтому необходимо с раннего возраста развивать ребенка многогранно.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребенка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность ребенка.

Ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть общества. Он воздействует на нравственный, духовный мир людей различного возраста. Танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Спортивные бальные танцы для дошкольников помогают развивать пластику, координацию движения и осанку. Ребенок 3-6 лет, занимающийся бальными танцами, развивает ножные мышцы и мышцы корпуса, пластику рук. Во время занятий работают все группы мышц, что способствует развитию координации, устойчивости, позволяет ребенку быть гибким, выносливым и ловким. При занятии бальными танцами, ребенок получает правильное физическое развитие, у него улучшается работа сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Танцующие дети обладают ритмичностью, пластичностью, имеют правильное дыхание. Занятия бальными танцами являются инструментом самовыражения, а так же способствуют собранности и воспитание ответственности у ребенка.

Занятия танцем выполняют и другие важные функции: они развивают наблюдательность детей, дисциплинируют, сплачивают их в дружный,

объединенный общими интересами коллектив, способствуют росту их общей культуры. В свою очередь рост культуры поведения начинает сказываться не только во время занятий, но и в быту, где приобретенные полезные навыки легко и естественно ими применяются. Дети начинают понимать и чувствовать эстетику поведения в быту, подтянутость и вежливость в отношениях с окружающими становятся нормой их поведения. Они заботливо следят за своей внешностью, за чистотой, аккуратностью и изяществом своего костюма и причёски.

Новизна и отличительные особенности Программы

В настоящее время не существует типовой программы обучения бальным танцам. Существуют правила исполнения программы на конкурсах, которые включают в себя перечень фигур, разрешенных для исполнения танцорами различных классов. Эти правила, учебники по европейским и латиноамериканским танцам ведущих мировых специалистов, а также личный опыт педагога являются базой для составления настоящей программы обучения бальным танцам.

Новизна данной образовательной программы заключается в распределении учебного материала в ходе занятий таким образом, чтобы на начальных этапах обучения сложный материал непосредственно бальных танцев был органично связан с более легким и интересным материалом музыкально-ритмических игр, тем самым облегчая его восприятие и повышая степень интереса обучающихся к занятиям бальными танцами. Изучение непосредственно бальных танцев происходит через игры и игровые упражнения. В основе занятий лежит игра, так как для детей дошкольного возраста игра – ведущая форма деятельности.

Главными элементами образовательного процесса являются музыкально-ритмические игры, простые танцевальные и ритмические упражнения. Ритмические и образные танцы являются «зачатками» танцевального образа, они погружают детей в мир изобразительно-выразительного, музыкально-ритмического и условно-пластического искусства, способствуют развитию координации движений, чувству ритма, музыкального слуха, воображения и навыков ориентации в пространстве.

Образовательный процесс бального танца включает в себя изучение основ бального танца: медленный вальс и фигурный вальс (европейская программа), самба и ча-ча-ча (латиноамериканская программа), а также совершенствование техники элементов; освоение фигур соответствующих программе; работа над концертными номерами; работа над исполнительским мастерством, выразительностью и стабильностью исполнения.

Программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Особенностью предлагаемой Программы является то, что она является комплексной – на занятиях помимо изучения танцев большое внимание уделяется общефизическому развитию детей. Данная программа сочетает тренировочные упражнения и изучение танцевального репертуара. Основной упор делается на

изучение спортивного бального танца, включающего в себя европейские и латиноамериканские танцы.

Программа предполагает непрерывность процесса обучения всем видам танца, начиная и постепенно усложняя лексику и технику движения.

Основу и новизну программы, кроме основных принципов обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности), составляет система принципов:

- а) положительной мотивации хореографической деятельности;
- б) толерантности;
- в) гендерности;
- г) наглядности;
- д) ситуационности.

1.3. Цель и задачи программы

Цель программы:

приобщить ребенка к спортивным бальным танцам, создать благоприятные условия для раскрытия творческих способностей формирующейся личности, его способности к самовыражению в танце, развития физических и эмоциональных данных ребёнка, воспитание гармоничной, социально активной личности.

Основные задачи программы

Обучающие:

- ✓ знакомство с историей спортивных бальных танцев;
- ✓ обучение технике исполнения спортивных бальных танцев.
- ✓ умение вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой.

Развивающие:

- ✓ развитие физических способностей – гибкости тела и пластики;
- ✓ развитие навыков координации движений, формирование музыкально-ритмической координации движений;
- ✓ развитие художественно-творческих способностей – артистизма, эмоциональности;
- ✓ -формирование правильной красивой осанки;
- ✓ -развитие памяти и внимания;
- ✓ - укрепление опорно-двигательного аппарата, укрепление здоровья.

Воспитательные:

- ✓ воспитание дисциплины, собранности, трудолюбия, чувства коллективизма;
- ✓ воспитание силы, выносливости, укрепление нервной системы;
- ✓ воспитание стремления к здоровому образу жизни.
- ✓ воспитание эстетического вкуса и исполнительской культуры;

1.4. Возраст детей, участвующих в реализации Программы

Данная программа предусматривает построение процесса обучения по спирали, с усовершенствованием на каждом этапе до качественно нового уровня знаний.

Один и тот же учебный материал для различного возраста обучаемых и на разных годах обучения может использоваться в различных пропорциях.

Программа реализуется в течение одного года (64 часа) для детей 3-4 лет; 4-5 лет; 5-6 лет; 6-7 лет

1.5. Сроки реализации Программы

Программа предназначена для обучения детей 3 – 7 лет и рассчитана на 1 учебный год (64 часа) для каждого возраста. Этот период можно определить как первый этап в освоении азов спортивных бальных танцев.

Долгосрочность освоения программы определяется:

- постепенным характером формирования физического аппарата ребенка для освоения и в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы;
- процессами психического развития ребенка;
- большим объемом материала;
- групповым характером освоения программы и предъявления образовательного результата.

1.6. Формы и режим занятий

Занятия проводятся: два раза в неделю, во второй половине дня. Форма проведения занятий – подгрупповые занятия.

Занятия проводятся в течении 8 месяцев (с октября по май), в соответствии с утвержденным расписанием занятий и в следующем режиме:

- ✓ 3-4 года - 2 раза в неделю по 15 минут;
- ✓ 4-5 лет - 2 раза в неделю по 20 минут;
- ✓ 5-6 лет - 2 раза в неделю по 25 минут;
- ✓ 6-7 лет- 2 раза в неделю по 30 минут.

Количество обучающихся в группах: до 10 - 15 человек.

Виды проведения занятий: танцевальные репетиции, беседа, праздник, отчетный концерт.

Основными принципами работы являются:

- Ориентация на потребность ребенка чувствовать и выражать свои эмоции через танец;
- Реализация потребности ребенка в движении;
- Создание и поддержание атмосферы творчества на занятиях.

Применяемые методы:

- словесный (беседа, диалог, рассказ);
- игровой;
- демонстрационный (метод показа картин и видео материала);
- метод творческого взаимодействия (импровизация);
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений (репетиции, тренировки);
- метод внутреннего слушания.

Занятия в группе «Спортивные бальные танцы» - это накопление базовых знаний и навыков. Занятия проводятся в виде игры, отработки фигур, движений, композиций, конкурса, соревнования, концерта, зачета.

1.7. Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Обучая дошкольников по данной программе, к концу года мы добиваемся следующих результатов:

Для детей 3-х – 4-х лет.

Дети знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмичные танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топать в такт музыки. Умеют в музыкально-подвижной игре чётко исполнять простейший ритмический рисунок. Имеют представление о значении танца в укреплении здоровья.

Для детей 4-х – 5-ти лет.

Дети знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Для детей 5-ти – 6-ти лет.

Дети владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмичные и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку.

Для детей 6-ти – 7-ми лет.

Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, народные, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения. Главный ожидаемый результат: овладение детьми навыками искусства танца, способности и желание продолжать занятия танцами после освоения программы.

1.8. Формы подведения итогов реализации Программы

Этапы диагностики развития танцевальных способностей детей:

1. *Вводной диагностики развития обучающихся* как таковой не осуществляется, так как набор детей свободный – любой желающий может вступить в группу. Главным критерием служит желание детей заниматься спортивными бальными танцами.

2. *Промежуточная диагностика* осуществляется в ходе открытых занятий в присутствии родителей и соревнований (конкурсов, выступлений). Она проводится ежегодно в конце первого полугодия, в декабре месяце – это позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень освоения Программы обучающимися, динамику физического, творческого и личностного развития, соответствие его прогнозируемому и на этой основе оценить успешность выбранных форм и методов обучения, а также при необходимости скорректировать их.

3. *Итоговая диагностика (отчетный концерт-экзамен)* проводится ежегодно в конце учебного года, в мае месяце) – это определение уровня освоения обучающимися Программы и отслеживание динамики индивидуального развития.

2. Учебно – тематический план Программы

Группа 3-4 года

№	Тема	Кол-во часов
1	Вводное занятие, техника безопасности	1
2	Теоретические занятия с просмотром видео	2
3	Медленный вальс:	17
	- закрытая перемена с правой ноги (по квадрату), закрытая перемена с левой ноги (по квадрату)	2
	- правый поворот	2
	- левый поворот	2
	- закрытая перемена с продвижением (вперёд, назад)	4
	Вариация	7
4	Ча-ча-ча:	17
	- основной шаг	3
	- тайм-степ	3
	- Нью-Йорк	3
	Вариация	8
5	Построение собственной позиции корпуса и постановка в пару	1
6	Музыкальность и чувство ритма	5
7	Постановка флешмоба(общего номера)	3
8	Упражнения на профилактику плоскостопия и сколиоза	6
9	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	6
10	Открытый урок (с родителями)	1
11	Отчетный концерт (май)	1
12	Тематические праздники	4
	ИТОГО ЧАСОВ:	64

Учебно-тематический план

Группа 4-5 лет

№	Тема	Кол-во часов
1	Вводное занятие, техника безопасности	1
2	Теоретические занятия с просмотром видео	2
	Медленный вальс:	11
	- закрытая перемена с правой ноги (по квадрату), закрытая перемена с левой ноги (по квадрату)	1
3	- правый поворот	1
	- левый поворот	1
	- закрытая перемена с продвижением (вперёд, назад)	3
	Вариация	5
	Ча-ча-ча:	11
	- основной шаг	2
4	- тайм-степ	2
	- Нью-Йорк	2
	Вариация	5
	Самба:	14
	- основной шаг	3
5	- виск	3
	- самба-ход на месте	3
	Вариация	5
6	Построение собственной позиции корпуса и постановка в пару	1
7	Музыкальность и чувство ритма	3
8	Постановка флешмоба(общего номера)	3
9	Упражнения на профилактику плоскостопия и сколиоза	6
10	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	6
11	Открытый урок (с родителями)	1
12	Отчетный концерт (май)	1

№	Тема	Кол-во часов
1 3	Тематические праздники	4
	ИТОГО ЧАСОВ:	64

Учебно-тематический план

Группа 5-блет

№	Тема	Кол-во часов
1	Вводное занятие, техника безопасности	1
2	Теоретические занятия с просмотром видео	1
3	Медленный вальс: - закрытая переменная с правой ноги (по квадрату) - закрытая переменная с левой ноги (по квадрату) - правый поворот - левый поворот - закрытая переменная с продвижением (вперёд, назад) Вариация	9 1 1 1 1 1 4
4	Ча-ча-ча: - основной шаг - тайм-степ - Нью-Йорк - три ча-ча шассе - рука к руке Вариация	11 1 1 1 2 1 5
5	Самба: - основной шаг - виск - самба-ход на месте - батафога -Вольта Вариация	11 1 1 1 1 1 6

№	Тема	Кол-во часов
6	Квикстеп:	10
	-типл шассе	1
	-локстеп	2
	- четвертной поворот	3
	Вариация	4
7	Построение собственной позиции корпуса и постановка в пару	1
8	Музыкальность и чувство ритма	3
9	Постановка флешмоба (общего номера)	1
10	Упражнения на профилактику плоскостопия и сколиоза	5
11	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	5
12	Открытый урок (с родителями)	1
13	Отчетный концерт (май)	1
14	Тематические праздники	4
	ИТОГО ЧАСОВ:	64

Учебно-тематический план

Группа 6-7 лет

№	Тема	Кол-во часов
1	Вводное занятие, техника безопасности	1
2	Теоретические занятия с просмотром видео	2
3	Медленный вальс:	10
	- закрытая перемена с правой ноги (по квадрату), закрытая перемена с левой ноги (по квадрату)	1
	- правый поворот	1
	- левый поворот	1
	- закрытая перемена с продвижением (вперёд, назад)	1
	- Виск	1
	Вариация	5
4	Ча-ча-ча:	11
	- основной шаг	1

№	Тема	Кол-во часов
	- тайм-степ	1
	- Нью-Йорк	1
	- три ча-ча шассе	2
	- рука к руке	1
	Вариация	5
5	Самба:	10
	- основной шаг	1
	- виск	1
	- самба-ход на месте	1
	- батафога	1
	-Вольта	1
	Вариация	5
6	Квикстеп:	10
	-типл шассе	1
	-локстеп	2
	- четвертной поворот	3
	Вариация	4
7	Построение собственной позиции корпуса и постановка в пару	1
8	Музыкальность и чувство ритма	2
9	Постановка флешмоба (общего номера)	1
10	Упражнения на профилактику плоскостопия и сколиоза	5
11	Упражнения на развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	5
12	Открытый урок (с родителями)	1
13	Отчетный концерт (май)	1
14	Тематические праздники	4
	ИТОГО ЧАСОВ:	64

3. Содержание Программы (учебно-тематического плана)

Группа 3-4 лет

Задачи:

- освоить правильную постановку корпуса согласно изучаемым танцам
- научить правильно слышать ритмический рисунок танца
- научить ориентироваться в зале и относительно друг друга
- освоить 3 танца

Тема	Задачи	Оборудование	Кол-во часов
<i>Вводное занятие</i>	Инструктаж по техники безопасности. Рассказ о происхождении спортивных бальных танцев.		15 мин
<i>Изучение программы бальных танцев</i>	<p><u>Изучение танца медленный Вальс</u></p> <p>Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка понятиям право, лево. Научить ребенка фигурам в танце Вальс и их правильному исполнению. Изучаемые фигуры: закрытая перемена с правой ноги, закрытая перемена с левой ноги, правый поворот, левый поворот. Научить детей комбинировать фигуры. Выработка правильной осанки. Научить ребенка правильно ориентироваться в пространстве зала и относительно друг друга.</p> <p><u>Изучение танца Ча-ча-ча.</u></p> <p>Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца и их правильному исполнению. Изучаемые фигуры: основной шаг, тайм-степ, Нью-Йорк. Научить детей комбинировать фигуры. Выработка правильной постановки корпуса согласно танцу. Научить ребенка правильно ориентироваться в пространстве зала и относительно друг друга.</p>		915 мин.
<i>Итоговое занятие.</i>	Подведение итогов учебного года. Отчетный концерт для родителей.		30 мин.

Содержание Программы (учебно-тематического плана)

Группа 4-5 лет

Задачи:

- освоить правильную постановку корпуса согласно изучаемым танцам
- научить правильно слышать ритмический рисунок танца
- научить работать с предметами (зонтиками) во время танца
- освоить 4 танца

Тема	Задачи	Оборудование	Кол-во часов
<i>Вводное занятие</i>	Инструктаж по техники безопасности. Исполнение ранее изученных танцев.		20 мин
<i>Изучение программы бальных танцев</i>	<p><u>Изучение танца медленный вальс.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: закрытая перемена с правой ноги, закрытая перемена с левой ноги, правый поворот, левый поворот. Выработка правильной осанки.</p> <p><u>Изучение танца Ча-ча-ча.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: основной шаг, тайм-степ, Нью-Йорк. Выработка правильной осанки.</p> <p><u>Изучение танца Самба.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: основной шаг, виск, самба-ход на месте. Выработка правильной осанки.</p>		1 220 мин.
<i>Итоговое занятие.</i>	Подведение итогов учебного года. Отчетный концерт для родителей.		40 мин.

Содержание Программы (учебно-тематического плана)

Группа 5-6 лет

Задачи:

- освоить правильную постановку корпуса согласно изучаемым танцам
- научить правильно слышать ритмический рисунок танца
- научить работать с предметами (лентами) во время танца
- освоить 4 танца

Тема	Задачи	Оборудование	Кол-во часов
<i>Вводное занятие</i>	Инструктаж по техники безопасности. Исполнение ранее изученных танцев.		25 мин
<i>Изучение программы балльных танцев</i>	<p><u>Изучение танца медленный вальс.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: закрытая перемена с правой ноги, закрытая перемена с левой ноги, правый поворот, левый поворот. Выработка правильной осанки.</p> <p><u>Изучение танца квикстеп.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: типл шассе, локстеп, четвертной поворот. Выработка правильной осанки</p> <p><u>Изучение танца Ча-ча-ча.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: основной шаг, тайм-степ, Нью-Йорк, три ча-ча шассе, рука к руке. Выработка правильной осанки.</p> <p><u>Изучение танца Самба.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: основной шаг, виск, самба-</p>		1 275 мин.

	ход на месте, батафога, вольта. Выработка правильной осанки.		
Общефизическая подготовка	Профилактика плоскостопия и сколиоза.		125
	Развитие разных групп мышц.		125
Итоговое занятие.	Подведение итогов учебного года. Отчетный концерт для родителей.		50 мин.

Содержание Программы (учебно-тематического плана)

Группа 6-7 лет

Задачи:

- освоить правильную постановку корпуса согласно изучаемым танцам
- научить правильно слышать ритмический рисунок танца
- научить перемещаться в зале и относительно друг друга по кругу, по линиям, в шахматном порядке
- освоить 4 танца

Тема	Задачи	Оборудование	Кол-во часов
Вводное занятие	Инструктаж по техники безопасности. Исполнение ранее изученных танцев.		30 мин
Изучение программы балльных танцев	<p><u>Изучение танца медленный вальс.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: закрытая переменна, правый поворот, левый поворот, Виск. Выработка правильной осанки.</p> <p><u>Изучение танца квикстеп.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: типл шассе, локстеп, четвертной поворот. Выработка правильной осанки</p> <p><u>Изучение танца Ча-ча-ча.</u> Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: основной шаг, тайм-степ,</p>		1 530 мин.

	<p>Нью-Йорк, три ча-ча шассе, рука к руке. Выработка правильной осанки.</p> <p><u>Изучение танца Самба.</u></p> <p>Развитие музыкального слуха, согласно ритмическому рисунку танца. Научить ребенка фигурам танца, их правильному исполнению и комбинированию. Изучаемые фигуры: основной шаг, виск, самба-ход на месте, батафога, Вольта. Выработка правильной осанки.</p>		
<i>Общезфизическая подготовка</i>	Профилактика плоскостопия и сколиоза.		150 мин.
	Развитие разных групп мышц.		150 мин.
<i>Итоговое занятие.</i>	Подведение итогов учебного года. Отчетный концерт для родителей.		60 мин.

4. Календарный учебный график

Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь					Февраль				Март				Апрель				Май															
1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4								
количество занятий в неделю				количество занятий в неделю				количество занятий в неделю				количество занятий в неделю					количество занятий в неделю				количество занятий в неделю				количество занятий в неделю				количество занятий в неделю				количество занятий в неделю											
												П р о м е ж у т о ч н а я а т т е с т а ц и я																																
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

5. Методическое обеспечение Программы

- семинары Нижегородской Федерации Танцевального Спорта;
- видеоматериалы с танцевальных конгрессов в г. Москве, г. Блэкпул (Англия);
- видеоматериалы Кубков Мира, Чемпионатов России и ПФО;
- Спортивные сборы в г Москва и Н. Новгород, с участием ведущих тренеров России и международных тренеров.

5.1. Рекомендации по организации образовательного процесса при реализации Программы

Данная программа в методическом плане позволяет решить задачи начального танцевального обучения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся. Танцевальный репертуар и физическая нагрузка в программе спланированы с учетом специфики возраста обучаемых, их интересов, уровня интеллектуального и физического развития, что позволяет последовательно реализовывать принцип постепенности обучения, движения от простого к сложному и еще к более сложному.

Обучение через танец, сопровождается изучением истории костюма, истории танца, ребята не только научаются самим танцам, но и постигают "связь времен", знакомятся с культурой балльных спортивных танцев.

Другой, не менее важной частью педагогического процесса, является личностное развитие воспитанников посредством ориентации детей на творчество, на привитие им навыков общения в коллективе. Решить эти трудные задачи помогает, прежде всего, собственный пример педагога. Тон голоса педагога, его внешний вид, выражение лица, а также и настроение, как педагога, так и группы в целом, подбор музыки,- все должно находиться в гармоничном соответствии поставленных задач и используемых средств обучения.

В процессе обучения ребята готовятся к конкурсным соревнованиям, воспитывают в себе силу воли, дисциплинированность, стремление быть лучшими. В процесс обучения включаются не только сами воспитанники, педагоги, но и их родители. Все педагоги понимают как важны поддержка и понимание, тех кто находится в непосредственной близости к ребенку: родных, друзей. Умение правильно наладить взаимоотношение с родителями, понять их, заразить общим делом и сплотить в единый творческий коллектив - является одним из главных методических приемов в коллективе.

Поэтому важным элементом методического обеспечения является психолого-педагогическое сопровождение программы. Оно заключается в беседах педагога с детьми на занятиях, консультациях родителей и детей по вопросам оптимального распределения нагрузки, особенности питания в день занятий, а также сборе информации об индивидуальных особенностях ребенка.

Основные методические приемы:

1. Последовательность решения задач в каждом упражнении

2. Неоднократное повторение упражнения при разучивании
3. Объяснение значения и названия каждого упражнения
4. Изображение движения на схеме
5. Постепенное сокращение объяснений при освоении техники упражнения
6. Требование синхронности и единой формы исполнения
7. Предупреждение и исправление ошибок по ходу выполнения упражнения
8. Собеседование, как средство проверки знаний
9. Показ преподавателем упражнения в законченной форме
10. Подготовительные упражнения при освоении сложных двигательных навыков
11. Применение контрольных упражнений, как средства проверки освоенной техники

Организация учебного процесса строится следующим образом:

1. Вводная часть занятия

- объявляется тема, цель и задачи занятия;
- подготовка мышц тела для дальнейшей нагрузки(разминка). По продолжительности занимает 10-20% от времени занятия и включает в себя комплекс общефизических и специальных упражнений направленных на подготовку разных групп мышц к основной части занятия

2. Основная часть занятия может включать в себя:

- объяснение нового материала;
- изучение танцевальных движений и вариаций;
- повторение пройденного материала;
- музыкально-ритмические игры.

(по усмотрению педагога можно строить комплексные занятия, объяснение нового материала и постановка танцевальных вариаций и т.д.)

3. Заключительная часть занятия:

- восстановление дыхания;
- подведение итогов занятия

5.2. Обеспечение Программы методическими видами продукции

Материально- технические средства обеспечения Программы.

Помещение для занятий должно отвечать санитарно- техническим требованиям, обеспечиваться теплом и электроснабжением в пределах общего режима здания, иметь ровный пол, хорошо проветриваться, отвечать акустическим требованиям для работ с радиоаппаратурой.

Технические средства обеспечения программы.

Для проведения занятий необходимы:

- проигрыватель компакт-дисков;
- компакт-диски с танцевальной музыкой;
- зеркала;

В целях визуального контроля обучающихся, периодического разбора их

технических ошибок, демонстрации лучших танцевальных пар, дополнительно в работе могут использоваться:

- видеокамера;
- DVD плеер;
- ноутбук;
- видеопроектор;
- учебно- методические материалы.

Музыкальное сопровождение

Важным компонентом урока является его музыкальное сопровождение. Как известно музыка является ритмической основой любого танца, но далеко не ритмом ограничивается её роль. Если бы это было так, то танцевали бы только под счёт и удары. Музыка создаёт эмоциональную основу, определяет характер танца, его развитие. Связь музыки и жеста, музыки и движения органична для природы человека. Восприятие музыки в танце активно, оно вызывает действие, действие танцевальное, т.е. обусловленное той или иной хореографической образной формой, организованное во времени и пространстве. В этой созидательной активности кроются особенности музыкально-пластического воспитания – одной из задач обучения бальной хореографии. Умению слушать и понимать образный язык музыки, разбираться в основных формах и выразительных средствах, легко и непринуждённо двигаться в ритме определённой музыки, получать удовольствие от её красоты – всему этому учит танец. Безусловно, качество музыкального произведения, характер исполнения имеют первостепенное значение. Поэтому так важен отбор музыкального сопровождения. Общая черта танцевальной музыки – определённая и повторность ритмов, внятная акцентировка сильных долей, отчётливость их выражения. Отступления от этого правила редки.

В написании танцевальной музыки, в том числе бальной, имеются богатые традиции. Многие народные и бальные танцы получили отражение в творчестве ведущих композиторов и даже композиторов классиков. Это придала танцевальной музыке художественную ценность. На протяжении веков танцевальные мелодии культивировались целым рядом поколений музыкантов. Так накопились определённые традиции в создании музыки для бальной хореографии. Музыкальный материал для каждого изучаемого танца должен быть в нескольких вариантах: для разучивания – замедленный темп, для исполнения – нормальный темп. Музыка для танцев должна быть ясной и выразительной.

Музыку нельзя рассматривать только как ритмическое сопровождение, облегчающее исполнение движений. Подбирать музыку следует так, чтобы содержание танцевальной постановки целиком соответствовало характеру музыки и давало бы возможность при разработке отдельных эпизодов увязывать действие и движения с музыкой.

Подбор музыки влияет на качество хореографической постановки, она может способствовать успеху или быть причиной неудачи.

Музыка с определенным темпом, метром и ритмическим рисунком выражает и подчеркивает характерные особенности движений, помогает их исполнению.

5.3. Список использованной литературы

1. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы – Ростов, 2004.
2. Лайерд У. «Техника исполнения латиноамериканских танцев».
3. ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ» УТВЕРЖДЕНЫ приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 февраля 2019 г. № 161, с изменениями, внесенными приказами Минспорта России от 08.10.2019 № 814, от 30.12.2019 № 1163, от 07.10.2020 № 751, от 19.05.2021 № 312
4. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым - М., 2000.
5. Ю. Пин "Техника освоения латиноамериканских танцев", Лондон- Санкт-Петербург, 2003год.
6. Ю. Пин. "Техника освоения европейских танцев", Лондон- Санкт-Петербург, 2003 год.