

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 69 с углубленным изучением отдельных предметов»

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 9 от 27.08.2021

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора МБОУ СОШ № 69  
№ 206-А от 30.08.2021 г.  
Директор МБОУ СОШ № 69  
А.А.Лаварентьева



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«Детский бальный танец»**

возраст детей 7 - 10 лет

срок реализации программы 3 года

Составитель:

ФИО: Сутягина Марина Александровна,  
педагог дополнительного образования

## **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по «Детский бальный танец» относится к художественной направленности.

**Актуальностью** программы «Детский бальный танец» является то, что занятия бальными танцами положительно сказываются на физическом и духовном развитии ребенка, укрепляют его здоровье, улучшают координацию движений, развивают творческие способности, позволяют детям быть открытыми и доброжелательными по отношению к своим сверстникам.

**Отличительной особенностью** программы "Детский бальный танец" является то, что в ней объединяются различные элементы классического, историко-бытового, народного и современного бального танца.

**Адресат программы** «Детский бальный танец» - обучающиеся 7-10 лет. Особенностью программы является то, что ребенок может войти в коллектив на любом этапе и в любом возрасте с разным уровнем хореографической подготовки.

**Объем программы** «Детский бальный танец» - 216 часов.

**Формы организации образовательного процесса.** Занятия по программе «Детский бальный танец» строятся с учетом возрастных особенностей детей, их возможностей и интересов и включают в себя 3 основные части: подготовительную, основную и заключительную. В зависимости от цели и задач, поставленных в начале каждого занятия, используются такие формы организации образовательного процесса, как:

- фронтальная,
- групповая,
- парная,
- индивидуальная,
- игровая.

Так же используются основные **принципы**:

- наглядности,
- систематичности,
- доступности,
- индивидуального подхода.

Так же используются основные **виды занятий**:

- лекция,
- беседа,
- зачет,
- наблюдение,
- мастер-класс,
- конкурсы,
- концерты.

**Срок освоения программы** «Детский бальный танец» **3 года**. Обучение делится на три уровня, в каждом из которых полученные ранее знания, умения и навыки совершенствуются и развиваются.

**Начальный уровень.** (1 год обучения) - На первом этапе обучения, когда складываются межличностные отношения в коллективе, главные идеи и основы эффективности танцевальной

деятельности воспитанников достигаются через игровые технологии. Игры долгие годы остаются главным и любимым занятием всех детей. Правильно используя игры, можно многого добиться в воспитании детей. Ребенок моделирует в игре свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации - в одних он лидирует, в других подчиняется, в следующих осуществляет совместную деятельность с другими детьми и взрослыми. Знакомство с музыкой, основами актерского мастерства происходит в процессе занятия так же в игровой форме. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, что составляет 72 часа в год.

**Базовый уровень.** (2 год обучения) - совершенствование полученных знаний и навыков, дальнейшее изучение и освоение элементов русского танца в детских балетных танцах, знакомство с культурой родного края и современными танцами. Продолжается начатая на первом этапе работа по развитию актерского мастерства и воспитанию способности к танцевально - музыкальной грамоте. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, что составляет 72 часов в год.

**Повышенный уровень.** (3 год обучения) - предполагает специализированные занятия для обучающихся, проявивших определенные способности к танцу. Совершенствуя умения и навыки, обучающиеся активно осваивают репертуар, соответствующий их исполнительским возможностям и возрастным особенностям. На этом этапе продолжается изучение детского балетного танца, более углубленное изучение танцевального репертуара танца, современных танцевальных направлений. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, что составляет 72 часов в год.

Программа «Детский балетный танец» реализуется в течение всего календарного года. В летний период дети посещают лагерь с дневным пребыванием, участвуют в различных конкурсах, фестивалях, концертах и благотворительных акциях, а так же семейных поездках.

**Цель программы:** приобщить детей к эстетическим ценностям, создать условия для духовного и физического развития детей, их творческих индивидуальностей и профессиональной ориентации.

**Задачи:**

1. Создание условий для развития личности ребёнка, приобщая его к общечеловеческим ценностям.
2. Формирование музыкально-ритмических навыков, овладение и совершенствование основ хореографического мастерства.
3. Воспитание трудолюбия, коммуникабельности.
4. Развитие у детей творческих способностей, интеллекта, обогащение духовного мира.

**Учебно-тематический план.  
1 год обучения.**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	Контроль		
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Вводное занятие.</b>						
1.1.	Вводный инструктаж.	1	1		Опрос.	Рассказ, показ, игра.	Тестирование.
1.2.	Знакомство с педагогом.						
1.3.	Знакомство с планом работы на год.						
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Общеразвивающие упражнения.</b>						
2.1.	Движения на середине зала.	8	1	7	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Практический показ.
2.2.	Движения в линиях.	8	1	7	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Практический показ.
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Диско-танцы.</b>						
3.1	Разучивание диско-танцев.	7	1	6	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Практический показ.
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Парные танцы.</b>						
4.1.	Разучивание парных танцев.	34	6	28	Самоконтроль.	Показ, объяснение, исполнение.	Конкурс
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. Групповые композиции.</b>						
5.1.	Постановка и разучивание танцевальных композиций.	13	3	10	Наблюдение, самоконтроль.	Объяснение, показ.	Концертные выступления.
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. Заключительное занятие.</b>						
6.1.	Заключительное занятие.	1		1	Самоконтроль, наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Открытое занятие для родителей.
	<b>Итого часов:</b>	72	13	59			

## Содержание программы:

### **1 Раздел. Вводное занятие.**

**Тема 1.1.** Изучение правил техники безопасности, правил поведения в зале, пожарной безопасности, действий в случае ЧС и ЧП, правил дорожного движения.

**Тема 1.2.** Знакомство с педагогом.

**Тема 1.3.** Знакомство с планом работы на год, с целями и задачами на год.

### **2. Раздел. Общеразвивающие упражнения.**

**Тема 2.1.** Движения на середине зала.

- Изучение отдельных движений для разминки, их названий и правил исполнения, с последующим объединением изученного в комплекс. Данный комплекс укрепляет осанку, позволяет привести мышцы обучающихся в тонус и подготовить их к основной части занятия.
- разновидности ходьбы;
- бега;
- галопа;
- простых прыжков, подскоков;

**Тема 2.2** Движения в линиях.

Изучение отдельных движений, их названий и правил исполнения.

- повороты, наклоны, вращения головы;
- движения на развитие подвижности шейного отдела;
- плечевого пояса;
- рук;
- верхней части корпуса;
- талии;
- тазобедренного сустава;
- коленного сустава;
- стоп.

Данный раздел позволяет обучающимся координировать свое тело.

### **3. Раздел. Диско-танцы.**

Теория: правила исполнения движений танцев.

Практика:

- Стирка
- Мимоза
- Слононок
- Автостоп

### **4. Раздел. Парные танцы.**

Теория: знакомство с правилами исполнения движений и построения фигур.

Практика:

- Полька
- Чебурашка
- Вару-вару
- Буратино

- Невская прогулка
- Падеграс
- Детский вальс

**5. Раздел. Групповые композиции.**

- Освоение композиционного пространства, приобретение навыков группового исполнения,
- Обогащение исполнительской выразительности.
- Постановка и разучивание танцевальных композиций: «Большая стирка», «Карапузы», «Полька».

**6. Раздел. Заключительное занятие.**

Проведение заключительного занятия, на котором отслеживаются результаты данного года обучения. Оно проводится в форме открытого занятия для родителей. Обсуждаются дальнейшие перспективы и планы на следующий учебный год.

**Планируемые результаты 1 года обучения:**

**Метапредметные:**

*Регулятивные:*

- умение чувствовать и контролировать свое тело при выполнении тех или иных упражнений и комплексов;
- умение адекватно воспринимать оценку педагога;
- умение субъективно оценивать себя и сверстников;

*Познавательные:*

- умение выразить свое мнение;
- умение анализировать проделанную работу;
- расширение кругозора;

*Коммуникативные:*

- умение выстраивать диалоги в коллективе;
- умение слушать и слышать собеседников;

**Личностные:**

- выработка интереса к занятиям;
- соответствие нормам и правилам поведения в коллективе;
- умение выстраивать продуктивные межличностные отношения в коллективе.

**Предметные:**

- знание названий и терминологии изученного материала;
- знание последовательности исполнения движений;
- знание основных правил по технике безопасности;
- грамотное, последовательное исполнение изученных движений и элементов;
- ритмичное и музыкальное исполнение изученных движений и элементов;
- ориентировка в пространстве хореографического зала;
- исполнение движений с передачей характера и манеры.

**Формы контроля:** игра, беседа, опрос, самоконтроль, выступления, открытое занятие, заключительное занятие.

**Учебно-тематический план.  
2 год обучения.**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	Контроль		
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Вводное занятие.</b>						
1.1.	Вводный инструктаж.	1	1		Опрос.	Рассказ, показ, игра.	Тестирование.
1.2.	Знакомство с планом работы на год.						
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Общеразвивающие упражнения.</b>						
2.1.	Движения на середине зала.	8	2	6	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Практический показ.
2.2.	Движения в линиях.	8	2	6	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Практический показ.
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Диско-танцы.</b>						
3.1	Разучивание диско-танцев.	6	1	5	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Практический показ.
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Парные танцы.</b>						
4.1.	Разучивание парных танцев.	36	6	30	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение.	Конкурс бального танца.
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. Групповые композиции.</b>						
5.1.	Постановка и разучивание танцевальных композиций.	12	3	9	Наблюдение, самоконтроль.	Объяснение, показ, исполнение, повторение, закрепление.	Концертное выступление.
<b>6.</b>	<b>Раздел 6. Заключительное занятие.</b>						
6.1.	Заключительное занятие.	1	-	1	Самоконтроль, наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Открытое занятие для родителей.
	<b>Итого часов:</b>	72	15	57			

## Содержание программы:

### **1 Раздел. Вводное занятие.**

**Тема 1.1.** Повторение правил техники безопасности, правил поведения в зале, пожарной безопасности, действий в случае ЧС и ЧП, правил дорожного движения.

**Тема 1.2.** Знакомство с планом работы на год.

### **2. Раздел. Общеразвивающие упражнения.**

**Тема 2.1.** Движения на середине зала.

Повторение, закрепление и отработка изученных движений разминки и всего комплекса.

**Тема 2.2.** Движения в линиях.

Дальнейшее изучение движений, их названий и объединение их в танцевальные комбинации.

### **3. Раздел. Диско-танцы.**

Теория: правила исполнения движений в танцев.

Практика:

- *Слоненок*
- *Локомотив*
- *Чарли*

### **4. Раздел. Парные танцы.**

**Теория:** правила исполнения и характерные особенности движений, отношения в паре, правила перестроения из одной фигуры в другую.

**Практика:**

- Детский вальс
- Парижское танго
- Кремена
- Вару-вару
- Югдон
- Полонез
- Сударушка
- Рилио

### **5. Раздел. Групповые композиции.**

- Продолжение работы над усовершенствованием исполнительского мастерства в композициях первого года обучения – «Полька», «Карапузы».
- Постановка и разучивание танцевальных композиций «Рилио», «Югдон» (бальный танец на основе движений удмуртского танца) и др. по выбору педагога.
- Участие в концертных программах и школьных мероприятиях.

### **6. Раздел. Заключительное занятие.**

На заключительном занятии отслеживаются результаты данного года обучения, которое проводится в форме открытого занятия для родителей, администрации и педагогов с последующим обсуждением.

## Планируемые результаты 2 года обучения:

### **Метапредметные:**

#### **Регулятивные:**

- умение чувствовать и контролировать свое тело при исполнении тех или иных упражнений и комплексов;



- умение адекватно воспринимать оценку педагога;
- умение субъективно оценивать себя и сверстников;

*Познавательные:*

- умение выражать свое мнение;
- умение анализировать проделанную работу;
- расширение кругозора;

*Коммуникативные:*

- умение выстраивать диалоги в коллективе;
- умение слушать и слышать собеседников;
- умение интегрироваться в коллективе сверстников;

*Личностные:*

- выработка интереса к занятиям хореографией;
- соответствие нормам и правилам поведения в коллективе;
- умение выстраивать продуктивные межличностные отношения в коллективе.

*Предметные:*

- знание названий и терминологии изученного материала;
- знание последовательности исполнения движений танца;
- знание основных правил по технике безопасности;
- грамотное, последовательное исполнение изученных движений и элементов;
- ритмичное и музыкальное исполнение изученных движений и элементов;
- ориентировка в пространстве хореографического зала;
- исполнение движений с передачей характера и манеры.

**Формы контроля:** игра, беседа, опрос, самоконтроль, выступления, открытое занятие, заключительное занятие.

**Учебно-тематический план.  
3 год обучения.**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	Контроль		
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Вводное занятие.</b>						
1.1.	Вводный инструктаж.	1	1		Опрос.	Рассказ, показ.	Тестирование.
1.2.	Знакомство с планом работы на год.						
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Общеразвивающие упражнения.</b>						
2.1.	Упражнения на середине зала.	8	2	6	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Практический показ.
2.2.	Упражнения в линиях.	8	2	6	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение, закрепление.	Практический показ.
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Парные танцы.</b>						
3.	Изучение парных танцев.	38	6	32	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение, повторение.	Конкурс бального танца.
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Групповые композиции.</b>						
4.1.	Постановка и разучивание танцевальных композиций.	16	3	13	Наблюдение, корректировка.	Показ, объяснение, исполнение.	Концертные выступления.
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. Заключительное занятие.</b>						
5.1.	Заключительное занятие.	1	-	1	Самоконтроль, наблюдение, корректировка.	Повторение, исполнение.	Открытое занятие для родителей.
	<b>Итого часов:</b>	72	14	58			

**Содержание программы:**

**1 Раздел. Вводное занятие.**

**Тема 1.1.** Повторение правил техники безопасности, правил поведения в зале, пожарной безопасности, действий в случае ЧС и ЧП, правил дорожного движения.

**Тема 1.2.** Знакомство с планом работы на год.

**2. Раздел. Общеобразовательные упражнения.**

**Тема 2.1.** Движения на середине зала.

Повторение, закрепление и отработка изученных движений разминки и всего комплекса.

**Тема 2.2.** Движения в линиях.

Дальнейшее изучение движений, их названий и объединение их в танцевальные комбинации.

**3. Раздел. Парные танцы.**

Теория: правила исполнения движений разучиваемых танцев, повторение правил исполнения в паре.

Практика:

- Фигурный вальс
- Рилио
- Бит-топ-слоп
- Сударушка
- Добрый вечер
- Русский лирический
- Разрешите пригласить
- Медленный вальс

**4. Раздел. Групповые композиции.**

Правила исполнения движений, правила поведения на сцене.

Танцевальные композиции на основе проработанных парных композиций: «Вальс», «На балу», «Рилио».

**5. Раздел. Заключительное занятие.**

Проведение заключительного занятия, на котором подводятся итоги года, обсуждаются дальнейшие перспективы и планы на следующий учебный год.

**Планируемые результаты 3 года обучения:**

**Метапредметные:**

*Регулятивные:*

- умение чувствовать и контролировать свое тело при исполнении тех или иных упражнений и комплексов;
- умение адекватно воспринимать оценку педагога;
- умение субъективно оценивать себя и сверстников;
- умение корректировать свою деятельность в зависимости от ситуации.

*Познавательные:*

- умение выражать свое мнение;
- умение анализировать проделанную работу;
- расширение кругозора;
- самостоятельный поиск интересующей информации.

*Коммуникативные:*

- умение выстраивать диалоги в коллективе;
- умение слушать и слышать собеседников;
- умение интегрироваться в коллективе сверстников;
- умение выстраивать продуктивные межличностные отношения в коллективе;
- умение управления поведением партнера;
- умение чувствовать соседа, работать в коллективе.

*Личностные:*

- закрепление устойчивого и постоянного интереса к занятиям хореографией;
- соответствие нормам и правилам поведения в коллективе;

*Предметные:*

- знание основных правил техники безопасности;
- знание правил поведения в хореографическом зале;
- знание терминологии изученного материала;
- ритмичное и музыкальное исполнение изученных движений;
- выразительное, эмоциональное исполнение изученных танцевальных композиций.

### Календарный учебный график

Продолжительность учебного года	01.09.2017 – 31.05.2018
Продолжительность учебного процесса	36 недель
Режим работы кружка	2раза в неделю по 2 часа
Праздничные (нерабочие) дни	Праздничные дни, установленные законодательством РФ
Каникулы	01.06.2018 – 31.08.2018

**Формы контроля:** игра, беседа, опрос, самоконтроль, выступления, открытое занятие, заключительное занятие, конкурсы, фестивали.

### Материально-техническое обеспечение программы:

- хореографический зал;
- станки;
- зеркала;
- музыкальный центр;
- USB, флеш-карта, CD;
- фото и видеоматериалы;
- наглядные пособия;
- костюмы для выступлений.

### Методическое обеспечение программы.

№	Раздел, тема	Методические виды продукции: разработки игр, конкурсов, бесед, экскурсий	Рекомендации по проведению практических работ, постановке номеров, подготовке к соревнованиям	Дидактический и лекционный материал, исследовательская работа
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	Беседа на тему: «Правила техники безопасности, правила поведения в зале». Лекция на тему: «Правила гигиены танцора». Опрос – «Что я буду делать при ЧП и в ЧС?» Игра на знание правил дорожного движения.	Рекомендации по закреплению знаний на практике.	Правила техники безопасности, правила поведения в зале, правила гигиены, правила при ЧС и ЧП, правила дорожного движения.
2.	Общеразвивающие упражнения.	Беседа на тему: «Движение, как одна из форм проявления эмоционального состояния человека». Игры на развитие коммуникативных качеств, внимания, мышления, воображения, внимательности.	Рекомендации по технике исполнения основных движений ритмики.	Лекционный материал о влиянии физических упражнений на укрепление здоровья.
3.	Диско-танцы.	Беседа на тему: «Разновидности танцевальных элементов, используемых в диско-танцах»; Игровой тренинг «Хорошего танцора видно по рукам».	Рекомендации по чёткому исполнению фигур.	Лекционный материал по диско-танцам.
4.	Парные танцы.	Конкурс бального танца. Беседа «Бальный танец, как одна из разновидностей хореографического искусства».	Рекомендации по отработке танца в паре и правила поведения на танцевальной площадке.	Таблицы результативности конкурса бального танца.
5.	Групповые композиции.	Беседы о понятии «Культура сцены», понятие об ансамбле. Просмотр видеоматериалов с	Рекомендации по передаче характера исполнения танца и выразительном их исполнении. Подбор	Лекционный материал по особенностям исполнения танцевального номера и передача характера

		выступлением детей и лучших танцевальных коллективов.	музыкального материала.	танца.
б.	Заключительное занятие.	Подведение итогов работы за год, достижения и планы на следующий учебный год.	Рекомендации по саморегуляции во время и перед выступлением. Рекомендации по усвоению изучаемого материала.	Видео, фотосъемка занятия. Архивизация материала.

### Список использованной литературы:

1. Воронина И. Историко-бытовой танец, М.1980г.
2. Мошкова Е.И. Ритмика и бальный танец для начальной и средней школы, М.1997г.
3. Ладыгин Л.А. Музыкальное оформление уроков танца, Ленинград, 1980г.
4. Роот З.Я. Танцы в начальной школе. Москва,2006г.
5. Полятков С.С. Основы современного танца. Ростов-на Дону, 2005г.
6. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Пермь, 2003г.
7. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. Москва, 2003г.
8. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов-на Дону, 2003г.
9. Боголюбская М.С., Бахто С.Е. Бальный танец, М.1997г.
10. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах, М.1982г.
11. Сабиров Э.Р., Сабирова С.В. Взаимодействие семьи и школы. Ижевск: КнигоГрад,2010.
12. Пасютинская В.М. Путешествие в мир танца. М.: ГИТИС, 2007.

### Детям:

1. Васильева Т.К. Секрет танца. Санкт-Петербург, 1997г.
2. Иванов В.Г. Русские танцовщики XX века. Пермь, 1994г.
3. Рогов Е.И. Психология общения, М. 2002г.
4. Нестерюк Т., Шкода А. Гимнастика для маленьких волшебников, 1993г.