



### Информационная карта образовательной программы

1.	<b>Образовательная организация</b>	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Городской дворец детского творчества им. А. Алиша» г. Казань
2.	<b>Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа-студия спортивного бального танца «Идель»»
3.	<b>Направленность программы</b>	Художественно-эстетическая
4.	<b>Сведения о разработчиках</b>	Миннеханова Рамиля Ревгатовна, Тибаева Рушания Изайловна педагоги дополнительного образования
5.	<b>Сведения о программе</b>	<b>Срок реализации:</b> 7 лет. <b>Возраст обучающихся:</b> от 6 до 18 лет. <b>Тип и вид программы:</b> Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа. <b>Цель программы:</b> Создать наработку двигательных навыков, развитие физической и функциональной подготовленности, аккумуляции всех знаний, навыков и умений, полученных ребенком в раннем дошкольном возрасте. <b>Модуль:</b> стартовый
6.	<b>Формы и методы образовательной деятельности</b>	Групповые, индивидуальные
7.	<b>Формы мониторинга результативности</b>	Отчетные мероприятия
8.	<b>Результативность реализации программы</b>	Начальная – 1 год Промежуточная – 2 год Итоговая – 3 год
9.	<b>Дата утверждения и последней корректировки программы</b>	26.09.2018 г.

## **Содержание**

- 1. Пояснительная записка**
- 2. Цели и задачи программы**
- 3. Содержание программы**
- 4. Методическое обеспечение**

## 1. Пояснительная записка

Дополнительное образование детей - целенаправленный процесс воспитания, развития личности и обучения посредством реализации дополнительных образовательных программ, оказание дополнительных образовательных услуг и информационно-образовательной деятельности за пределами основных образовательных программ в интересах человека и его самореализации в раннем возрасте.

Современная система дополнительного образования детей предоставляет возможность миллионам обучающихся заниматься художественным и техническим творчеством, спортом и искусством в соответствии со своими желаниями и потенциальными возможностями.

Дополнительное образование дает реальную возможность выбора своего индивидуального пути. Получение ребенком такой возможности означает его включение в занятия по интересам, создание условий для достижений, успехов в соответствии с собственными способностями. Дополнительное образование детей в дошкольном возрасте увеличивает пространство, в котором они могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои индивидуальные качества, демонстрировать те способности, которые зачастую в этом возрасте остаются невостребованными в детских дошкольных учреждениях. В дополнительном образовании ребенок в дошкольном возрасте может не бояться неудач.

Другая важная особенность дополнительного образования детей его воспитательная доминанта, поскольку именно в сфере свободного выбора видов деятельности можно рассчитывать на «незаметное», а значит и более эффективное воспитание. В процессе совместной творческой деятельности взрослого и ребенка происходит развитие нравственных качеств личности. Поэтому так важно, обращаясь к конкретным образовательным задачам, развивая определенные навыки, помнить о приоритетности воспитания. Умение ненавязчиво помогать ребенку в реализации его потенциальных возможностей и потребностей в этом возрасте, эмоционально и психологически поддерживать его и определяет во многом успешность развития дополнительного образования детей в целом.

При организации дополнительного образования детей следует опираться на следующие приоритетные принципы:

- Свободный выбор ребенком видов и сфер деятельности;
- Ориентация на личностные интересы, потребности, способности ребенка;
- Возможность свободного самоопределения и самореализации ребенка;
- Единство обучения, воспитания, развития; б. Практико-деятельная основа образовательного процесса.

Ритмика и бальный танец на раннем этапе развития ребенка является действенным средством музыкально-пластического, художественно-эстетического, нравственно-эстетического воспитания и физического развития детей.

Основные направления авторской программы.

Эта учебная программа (для детей 4-5 лет) является приложением к образовательной программе по спортивным танцам (для обучающихся 6 лет и старше) и рассчитана на 2 года на начальном этапе для спортивно-оздоровительных групп. Она служит фундаментом для эффективного построения многолетней подготовки спортивным танцам.

В данной программе представлена авторская концепция в части набора развивающих танцев, музыкально-подвижных игр и составления танцевальных фигур для этого возраста. Таким образом, данная программа является достаточно гибкой и применима для детей с раннего (4 лет) нулевого цикла обучения с учетом возрастных особенностей.

Цель программы.

Наработку двигательных навыков, развитие физической и функциональной подготовленности, аккумуляции всех знаний, навыков и умений, полученных ребенком в раннем дошкольном возрасте.

- Раскрытие и формирование индивидуальных возможностей и творческих способностей детей на ранней стадии развития ребенка.

Задачи программы.

## 1. Образовательные:

-Овладение детьми основ хореографического мастерства (основные понятия, шаги, названия фигур).

-Осознанное восприятие танцевального материала, совершенствование танцевальной техники от простого к сложному.

-Овладение эмоционально ярким художественным исполнением(работа над основами актерского мастерства).

-Организация постановочной и концертной деятельности в соответствии с возрастом.

- Развивающие:

-Развитие фантазии и образной памяти. -Развитие мотивации на творческую деятельность.

- Воспитательные:

-Создание дружественной среды вокруг самоопределяющейся личности (окружение заботой и любовью каждого ребенка).

-Создание условий для общения.

-Формирование чувства этики, вежливости и такта.

Принципы построения системы воспитания: дифференциация, системность, а также новизна программы в ее укомплектованности и вариантности, что позволяет создать условия для воспитания и обучения в единой системе.

На протяжении всего периода обучения на данном этапе в процессе репетиционно - постановочной работы нарабатывается техника танца, разучиваются новые танцевальные движения различной сложности, максимально раскрывается творческий потенциал детей конкретно для данного возраста детей.

Ожидаемый результат.

Ожидаемый результат определяется в зависимости от индивидуальной способности детей в раннем дошкольном возрасте:

- Развитие творческого мышления, памяти, воображения, умение выражать эмоции;
  - Приобретение и развитие коммуникативных способностей - активности, сообразительности, умение импровизировать и двигаться под музыку;
  - Овладение основными танцевальными движениями для данного возраста;
4. Приобретение и закрепление теоретических знаний и практических умений и навыков для дальнейшего их применения и совершенствования.

## 2. Используемые методы, формы обучения и педагогические технологии

При организации образовательно-воспитательного процесса программа предусматривает различные методы:

- теоретические (рассказ, беседа, объяснение); -игровые (создание ситуаций успеха для каждого ребенка); -визуальные (показ, видео, фотоиллюстрации);
- практические (упражнения, тренаж, основы танцевальных движений); - сценические (выступления на праздниках).

Воспитание творческой личности проводится с использованием активных инновационных форм обучения:

- уроки-сказки, путешествия «Волшебная страна вальса», «Мир латинских танцев»; -уроки-конкурсы (открытые занятия, показательные выступления)
- уроки творчества (работа детей над образом в танце, взаимодействие в паре); - уроки - «работа над ошибками»;

Для работы мы используем следующие педагогические технологии:

- развивающего обучения,
- индивидуализация обучения,
- игровая технология,
- культурно-воспитательная.

## 3. Методические аспекты освоения программы. 3.1. Общие теоретические понятия.

В течение всего курса учащиеся знакомятся со следующими понятиями

- позиция ног;
- позиция рук;

- позиции в паре;
- позиции европейских танцев;
- позиции латиноамериканских танцев;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов.

### 3.2. Общеразвивающие упражнения для детей 4-5 лет.

Движения на развитие координации, элементы ассиметричной гимнастики, движения по линии танца:

- на носках/каблуках;
- перекаты стопы;
- высоко поднимая колени;
- выпады;
- ход лицом/спиной;
- бег с подскоками;
- галоп;
- перестроениями (хоровод, шахматы, змейка, круг).

Ставится задача через образное восприятие обогатить набор движений, развить координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале и выполнять различные команды тренера-преподавателя.

### 3.3. Разминка.

Проводится на каждом занятии в виде «статического танца» под современную популярную музыку, что создает благоприятный фон и повышает интерес к занятиям. Задача разминки - развитие координации, памяти и внимания. Последовательная разработка всех основных групп суставов и мышц. Общая продолжительность разминки - 10-15 минут. Нагрузка регулируется от степени подготовленности детей, их индивидуальных качеств и возраста.

### 3.4. Изучаемые танцы.



Танцы развивают чувство ритма, координацию движений и умение двигаться под музыку. Улучшается память, внимание и внутренняя организация в раннем дошкольном возрасте. Изучаются основные движения и вариации следующих танцев: «Стирка», «Утятка», «Вальс Дружбы», «Вару-Вару», «Разноцветная игра», «Рилио» «Полька», «Веселая прогулка», «Диско». Включаются также основы европейских и латиноамериканских танцев: «Фигурный вальс», «Медленный вальс», «Ча-ча-ча», «Джайв».

Основными в освоении программы Ритмики и Бальных танцев являются принципы:

- от простого к сложному,
- от медленного к быстрому,
- посмотри и повтори,
- вместе с партнером,
- осмысли и выполни.

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения. Освоение элементов происходит постепенно, поэтому можно идти по пути параллельного освоения фигур, т.е. не ждать, пока будет освоена полностью одна фигура, а работать сразу над несколькими элементами одинаковой сложности. В результате такой работы у детей расширяется двигательный кругозор, и освоение танца, в целом, происходит быстрее. Освоение быстрых танцев сложных по координации происходит постепенно путем протанцовывания в медленном темпе или в полтемпа под ту же музыку. Перемена темпа развивает чувство ритма.

Дети быстрее осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию свойственна дошкольному возрасту.

Не менее сложной является задача научить двигаться в паре. Здесь необходимо подвести учащихся к изменению мира ощущения из «я» в «мы», т.к. только ощущая себя «вместе», можно справиться с техническими рекомендациями по исполнению парной фигуры.

В танцах со сложной координацией, особенно в латиноамериканской программе, необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении:

- куда наступаем,
- как ставим ногу,
- что делает колено,
- как работают бедро,
- что делает корпус,
- движение руками,
- куда направлен взгляд.

Параллельное изучение сразу двух-трех танцев разнообразит занятие, переключит внимание и повысит интерес у ребят.

Дети младшего возраста мыслят образами и поэтому не могут понять логики и конкретности законов движения. Поэтому необходимо сформировать привычки и навыки на эмоциональном уровне, играя, с ними в те или иные образы.

Успешное выполнение всех рекомендаций должно на занятии сочетаться с атмосферой радости, интереса и веселья, что побуждает детей к творчеству. В целях создания положительной мотивации и результативности, используются игровые моменты, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

#### 4. Примерная программа по годам обучения

- год обучения.

4 часа в неделю, 184 часа в год.

Задачами на данном этапе начальной подготовки (спортивно-оздоровительном) являются:

- укрепление здоровья
- улучшение физического развития
- выявление задатков и способностей детей
- привитие стойкого интереса к занятиям танцами
- овладение начальными основами техники бальных танцев.

В программу 1-го года обучения на начальном этапе подготовки входят:

ИГРОРИТМИКА (специальные упражнения для согласования движений с музыкой). Хлопки в такт с музыкой, акцентированная ходьба с одновременным махом и согнутыми руками, движения руками в различном темпе, различение динамики звука («тихо-громко»), выполнение заданий под музыку, ходьба на каждый счет и через счет и др. сочетания ритмического рисунка, хлопки и удары ногой на сильную долю такта.

## ИГРОГИМНАСТИКА

- 2.1. Строевые упражнения
- 2.2. Общеразвивающие упражнения
- 2.3. Упражнения на укрепление осанки
- 2.4. Дыхательные упражнения

## ИГРОТАНЦЫ

- 3.1. Хореографические упражнения (поклон для мальчиков, реверанс для девочек, танцевальные позиции рук и ног, полуприсяды и подъемы на носках с движением рук)
- 3.2. Танцевальные шаги (шаг с подскоком, шаг галопа в сторону и вперед, шаг «Польки» и шаг с притопом)
- 3.3. Ритмические танцы («Стирка», «Утята», «Вару-Вару», «Рилио», «Полька», «Диско»)
4. ИГРОПЛАСТИКА (специальные упражнения для развития силы и гибкости)
5. МУЗЫКАЛЬНО-ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ («Найди свое место», «Птица без гнезда», «Карлики и великаны»), а так же творческие музыкальные импровизации)
6. ОСНОВЫ СПОРТИВНЫХ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ

- 6.1. Медленный вальс: закрытые перемены и правый натуральный поворот
- 6.2. Ча-ча-ча: основное движение

2 год обучения.

4 часа в неделю, 184 часа в год. **Задачами этого этапа являются:**

- продолжить изучение танцев Медленный вальс и Ча-ча-ча,
- обучение новым танцам - Квикстеп и Джайв,
- отработать технику движений разученных танцев,
- обучать музыкальности и ритмичности,
- прививать умение ориентироваться на танцевальной площадке,

- отрабатывать ведение в парном танцевании.

В программу 2-го года обучения на начальном этапе подготовки входят:  
ИГРОРИТМИКА (специальные упражнения для согласования движений с музыкой).

Хлопки в такт с музыкой, акцентированная ходьба с одновременным махом и согнутыми руками, движения руками в различном темпе, различение динамики звука («тихо-громко»), выполнение заданий под музыку, ходьба на каждый счет и через счет и др. сочетания ритмического рисунка, хлопки и удары ногой на сильную долю такта, ^выполнение ходьбы, бега, движений туловищем в различном темпе.

### И ГРО ГИМНАСТИКА

- 2.1. Строевые упражнения (упражнения с заданием по звуковому сигналу, упражнения на внимание)
- 2.2. Общеразвивающие упражнения (прыжки на одной и двух ногах, с ноги на ногу, ходьба на носках и с высоким подниманием бедра и др.)
- 2.3. Упражнения на укрепление осанки (упражнения у хореографического станка)
- 2.4. Дыхательные упражнения (расслабление рук, шеи, туловища, посегментное расслабление на различное количество счетов)

### ИГРОТАНЦЫ

- 3.1. Хореографические упражнения (поклон для мальчиков, реверанс для девочек, танцевальные позиции рук и ног, полуприсяды и подъемы на носках с движением рук, соединение изученных упражнений в законченную композицию)
- 3.2. Танцевальные шаги (шаг с подскоком, шаг галопа в сторону и вперед, шаг «Польки» и шаг с притопом, русский попеременный шаг, основные движения русского танца)
- 3.3. Ритмические танцы («Стирка», «Утята», «Вару-Вару», «Рилио», «Полька», «Разноцветная игра», «Рилио»)
4. ИГРОПЛАСТИКА (специальные упражнения для развития силы и гибкости)
5. МУЗЫКАЛЬНО-ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ («Найди свое место», «Птица без гнезда», «Карлики и великаны», а так же творческие музыкальные импровизации)

## 6. ОСНОВЫ СПОРТИВНЫХ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ

- 6.1. Медленный вальс: закрытые перемены и правый натуральный поворот
- 6.2. Ча-ча-ча: основное движение
- 6.3. Джайв: Основной ход, раскрытие, закрытие
- 6.4. Квикстеп: четвертные повороты