

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Высокогорский детский сад «Бэлэкэч» комбинированного вида»
Высокогорского муниципального района Республики Татарстан»

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 3
От «29» 09 2023 г.



Рабочая программа
дополнительных платных образовательных услуг
танцевального кружка «Хрустальный башмачок»
на 2023-2024 учебный год

Составили: педагог Абдуллазянова Л.А.

Высокая Гора, 2023

Пояснительная записка

Направленность рабочей программы дополнительных платных общеобразовательных услуг по спортивным бальным танцам – физкультурно-спортивная.

Бальный танец в настоящее время – это один из наиболее массовых и быстро развивающихся видов спорта и хореографического искусства. На протяжении последнего десятилетия интерес к спортивному бальному танцу неуклонно возрастал, делая данный вид танца привлекательным и интересным как для взрослых, так и для детей.

Кружок по спортивным бальным танцам является общедоступной и массовой формой занятий, приобщая, таким образом, обучающихся к искусству танца, эстетике движения под музыку и этике отношений с противоположным полом.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Танцевальное воспитание детей предполагает не только приобретение ими навыков и знаний в области современной хореографии, умение красиво и свободно двигаться, танцевать, но и формирование их художественного вкуса, эстетическое и физическое развитие. Занятия бальными танцами развивают фантазию и образную память детей, обогащая их представление об искусстве.

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.

Новизна и отличительные особенности программы

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 диско-танцев, тем самым облегчая его восприятие и повышая степень интереса обучающихся к занятиям бальными танцами.

Особенностью предлагаемой программы является то, что она является комплексной – на занятиях помимо хореографии большое внимание уделяется общефизическому развитию детей. Данная программа сочетает тренировочные упражнения и изучение танцевального репертуара. Данная программа сочетается с занятиями сценического искусства, музыки, помогает понять художественные связи всех жанров искусства.

Цель и задачи программы

Цель программы: развитие художественно-творческих способностей обучающихся посредством обучения спортивным бальным танцам, воспитание гармоничной, социально активной личности.

Основные задачи программы

Обучающие:

- знакомство с историей спортивных бальных танцев;
- обучение технике исполнения спортивных бальных танцев.

Развивающие:

- развитие хореографических способностей – гибкости тела, шага, легкости прыжка и др.;
- развитие навыков координации движений, формирование музыкально-ритмической координации движений;
- развитие художественно-творческих способностей – артистизма, эмоциональности.

Воспитательные:

- воспитание дисциплины, трудолюбия, чувства коллективизма;
- воспитание силы, выносливости, укрепление нервной системы;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни.

Срок реализации, возраст обучающихся

Программа рассчитана на 1 год. Общая продолжительность реализации дополнительной общеразвивающей программы составляет часов (70 часов в год).

В кружок принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Возраст обучающихся: от 4 до 7 лет.

Форма и режим занятий

Форма проведения занятий – групповые занятия.

Занятия проводятся в следующем режиме: 2 раза в неделю:

средняя группа по 20 минут, старшая группа по 25 минут, (с октября по июнь включительно).

Во время занятий предусмотрено время для организационной работы, беседы с детьми и родителями, а также перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Количество обучающихся в группах: до 10 - 15 человек.

Прогнозируемый результат и методы его определения

По окончании курса обучения по рабочей программе по спортивно-бальным танцам обучающийся должен:

- выполнять все виды изученных движений в 1-й год обучения;

- запоминать и исполнять танцевальные комбинации самостоятельно и в группе

- укрепить здоровье, иметь физическую подготовку и начальное умение выполнения специальных упражнений

- владеть специальной двигательной подготовкой, умением ощущать разные параметры движений

Формы подведения итогов реализации программы:

- открытые занятия для родителей и педагогов (проводится один раз в год на открытом занятии);

– участие в концертах, конкурсах, фестивалях.

Учебно-тематический план

1 год обучения

Название темы	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
Вводное занятие	1	1	-
Коллективно порядковые и ритмические упражнения	25	10	17
Тренировочные упражнения	20	8	12
Изучение танцевальных элементов и соединений фигур	18	2	12
Подготовка концертных выступлений на основе разучиваемых танцев	2	-	4
Итоговые занятия	2	-	2
Всего:	68	21	47

Содержание программы

1 год обучения

1. Вводное занятие

Теория. Знакомство с обучающимися, постановка цели и задач на год, правила техники безопасности, правила поведения в зале, на сцене во время выступлений.

Беседа о спортивном бальном танце.

Практика. Разучивание упражнений для разминки; адаптационные игры.

2. Коллективно порядковые и ритмические упражнения

Теория. Знакомство с правилами ориентации в зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене и к центру, против линии танца.

Передвижение по залу в различных направлениях.

Воспитанники во время обучения получают представление о том, как танцевальные движения выражают внутренний мир человека; что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, лёгкость, сила, грация.

Практика. Выполнение коллективно порядковых и ритмических упражнений.

3. Тренировочные упражнения

Теория. Правила выполнения тренировочных упражнений.

Практика. Выполнение тренировочных упражнений.

Постановка корпуса, рук, ног, головы.

Позиции ног (1-6).

Позиции рук (подготовительная, 1-я, 2-я, 3-я).

Прыжки (по 1-й, 2-й, 3-й, 6-й позициям вперёд, в сторону, назад):

- соте (прыжок без перемены позиции);
- эшапиэ (прыжок из позиции в позицию);
- шанжман де пье (прыжок с переменной ног в воздухе).

Элементы танцев в современных ритмах (в порядке изучения программы и по усмотрению педагога).

Координационные упражнения для рук, шеи, головы, плеч и корпуса в различных направлениях.

Упражнения для рук:

- отведение рук рывком вверх, вниз, в сторону;
- вращение кистей, предплечий, всей руки в разных плоскостях.

Упражнения для шеи:

- наклоны головы вперёд, назад, в сторону;
- повороты головы в сторону;
- вращательные движения головы.

Упражнения для плеч:

- поднимание и опускание плеч;
- выдвигание плеч вперёд и назад;
- вращательные движения плечами.

Упражнения для корпуса;

- повороты корпуса в стороны;
- наклоны корпуса вперёд, назад, в стороны;
- смещение верхней части корпуса вперёд, назад, в стороны;
- вращательные движения корпуса.

Упражнения для бёдер:

- смещение бёдер вперёд, назад, в стороны при неподвижной верхней части корпуса;
- вращательные движения бёдер.

4. Изучение танцевальных элементов и соединений фигур

Теория. Правила выполнения танцевальных элементов и соединений фигур.

Практика. Отработка навыков выполнения танцевальных элементов и соединений фигур.

Утята. Муз. размер 4/4.

Открытое положение. Основные движения:

- основной ход вперёд и назад;
- левый поворот, правый поворот.

Соединение фигур.

Полька. Муз. размер 4/4.

Закрытое положение. Открытое положение. Основные движения:

- галоп;
- хлопушки;
- каблучные.

Соединение фигур.

Вару-вару. Муз. размер 2/4.

Открытое положение. Закрытое движение. Основные движения:

- шаг – приставка;
- прыжки;
- хлопушки;
- шаг – поворот.

Соединение фигур.

Стирка. Муз. размер 2/4.

Открытое положение. Основные движения:

- стираем;
- полощем;
- выжимаем;
- встряхиваем;
- развешиваем;
- устали.

Медленный вальс. Муз. размер 3/4.

Закрытое положение. Основные движения:

- маленький квадратик
- большой квадратик
- перемена правая, левая;

Соединение фигур.

Ча – ча - ча. Муз. размер 4/4.

Закрытое положение. Основные движения:

- основное движение вперед и назад;
- ”чек”;
- ”шоссе”.

Соединение фигур. Несложные композиции.

Соединение фигур.

5. Подготовка концертных выступлений на основе разучиваемых танцев

Теория. Образ в танцевальной композиции.

Практика. При постановке номеров используются только те движения и танцевальные элементы, которые уже были изучены и отработаны детьми.

6. Итоговые занятия

Практика. Подведение итогов обучения за год. Контрольные занятия, открытые занятия для родителей и педагогов.

1. Подготовка концертных выступлений на основе разучиваемых танцев

Теория. Образ в танцевальной композиции.

Практика. При постановке номеров используются только те движения и танцевальные элементы, которые уже были изучены и отработаны детьми.

2. Итоговые занятия

Практика. Подведение итогов обучения - открытые занятия для родителей и педагогов.

Условия реализации программы

Для организации учебно-воспитательного процесса необходимы следующие условия:

– *кадровые:* требуется педагог дополнительного образования, хореограф-постановщик, отвечающие всем требованиям квалификационной характеристик для соответствующих должностей педагогических работников;

– *материально-технические условия:* спортивный или музыкальный зал соответствующий санитарно-гигиеническим нормам.

Оборудование:

– наличие музыкальной установки с различными носителями (компакт-диски, USB - носители, провод AUX);

Организационно-дидактические:

– варьирование программы в зависимости от способностей и уровня развития воспитанников.

Список литературы

1. Т. Барышникова «Азбука хореографии».- Москва.- 2001г.
2. Ж.Е. Фирлева, Е.Г. Сайкина «Танцевально-игровая гимнастика для детей».- Санкт – Петербург.- 2003г.
3. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду».- Москва.- 2003г.



Протипировано, проиндексировано и закреплено печатью
4 (методический кабинет)
Заведующий МБДОУ «Высокотехнологический детский сад
«Балаково» И.Ф. Хайрутдинова листок