

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА ВЫБОГСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Протокол педагогического совета № 1
от «31» августа 2023

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 174 от «31» августа 2023
И.о. директора ДДЮТ _____ С.В. Бурлак

**Дополнительная общеразвивающая программа
«ФОРМУЛА ТАНЦА. ШАГ К УСПЕХУ»**

Срок освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 7-18 лет

Разработчики:
Мурашев Никита Андреевич,
педагог дополнительного образования,
Карташева Анастасия Игоревна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность

Программа «Формула танца. Шаг к успеху» студии бального танца «Формула танца» (в дальнейшем - программа) относится к *художественной направленности*.

Основным назначением программы является овладение танцевальным мастерством, удовлетворение индивидуальной потребности учащихся в художественно-эстетическом, нравственном и интеллектуальном развитии, предусмотрена активная учебно-исполнительская деятельность учащегося в массовых мероприятиях, наряду с учебно-воспитательной работой. Программа предназначена для реализации в учреждении дополнительного образования.

Данная программа способствует формированию эстетических взглядов, нравственных установок и потребности общения с духовными ценностями, произведениями искусства, воспитанию участника творческого коллектива, основывается на принципе вариативности для различных возрастных категорий детей, обеспечивает развитие творческих способностей подрастающего поколения, формирует устойчивый интерес к творческой деятельности; реализуется с учетом основных принципов техники бального танца, запросов и потребностей детей и родителей (законных представителей); допускает внесение изменений, осуществляет дифференцированный подход в работе с детьми различной подготовленности и одаренности; направлена на творческое развитие личности ребенка и создание необходимых условий для развития всех занимающихся детей; предусматривает создание позитивного микроклимата, формирование сотворческих отношений внутри танцевального коллектива, развивает отношения дружбы, сотрудничества и открытого общения между детьми и педагогом.

Адресат программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Формула танца. Шаг к успеху» рассчитана на учащихся 7-18 лет.

Программа предназначена для индивидуальной тренировки танцевальных пар с целью дальнейшего их участия в конкурсах балльных танцев различного уровня (городской, региональный, всероссийский,), предусматривающих подготовку индивидуальных танцевальных композиций, состоящих из 8-10 танцев европейской и латиноамериканской программы. Обучение по программе предусматривает необходимые требования к учащимся: обязательное участие в конкурсах, устойчивые (закрепленные) навыки базовых умений в области бального танца, а также общее соматическое здоровье обучающихся, подтвержденное медицинской справкой.

Актуальность программы

Актуальность программы безусловна, поскольку танец и музыкально – ритмическую деятельность сегодня необходимо рассматривать не просто как метод музыкального и танцевального воспитания, а как вид творческой деятельности в широком понимании, как часть общечеловеческой культуры, педагогический метод нравственно коммуникативного воспитания. Данная программа позволяет создавать индивидуальные танцевальные вариации для участия в конкурсной (соревновательной) деятельности каждой пары, учитывая индивидуальные особенности и потребности учащихся, а также раскрывая их внутренний потенциал и демонстрируя лучшие качества и особенности техники

исполнения. Методология программы «Формула танца. Шаг к успеху» базируется на здоровьесберегающей технологии, используемой в танцевальном тренинге, воспитывающим у учащихся культуру движения, понимание красоты и эстетики. Публичные выступления формируют психологическую стойкость, а социально - значимая деятельность помогает формировать активную гражданскую позицию и ответственность за личные результаты, удовлетворяя интересы и запрос обучающихся и родителей.

Отличительные особенности программы

Выбранные формы, методы и средства образовательной деятельности, предполагаемые в программе, выстраивают систему процесса обучения, развития, воспитания и их обеспечения. Занятия по индивидуальному курсу развивают у учащихся повышенную концентрацию внимания, музыкальность, чувство ритма и пространства, развивают уверенность в себе и повышают самооценку. Регулярно посещая занятия, изучая на занятиях основные принципы тренировки тела, каждый учащийся в паре становится более дисциплинированным, учится работать на высокие результаты. В программе особое внимание уделено эффективности учебного процесса и освоению новых танцевальных фигур, изучению индивидуальных конкурсных композиций. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные фигуры бального танца классификационной программы, что способствует развитию танцевальных умений учащихся.

Новизна программы

Индивидуальная программа позволяет учащимся глубже вникнуть в технику исполнения бального танца, выучить своеобразную танцевальную композицию каждого танца европейской и латиноамериканской программ, проявить себя на конкурсах и других массовых мероприятиях, что очень значимо для каждого обучающегося в паре. Знания, умения и навыки, полученные по данной программе, помогут учащимся определиться в выборе дальнейшего образования.

В программе особое внимание уделено эффективности учебного процесса и разработке индивидуальных вариаций для разных пар бального танца. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные фигуры бального танца, а также индивидуальную работу над танцевальными композициями, что способствует формированию танцевальных умений учащихся в паре. Теоретические сведения по музыкально-ритмической характеристике каждого танца существенно дополнены и даются в индивидуальном порядке для каждой пары непосредственно в процессе практических занятий, специальных тренингов и в ходе работы над танцевальными вариациями.

Уровень освоения программы: общекультурный. Реализация данной программы направлена на формирование и развитие индивидуальных творческих способностей учащихся, танцующих в паре, формирование их общей культуры; удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, а также на укрепление здоровья и организацию свободного времени обучающихся. Результативность освоения программы прогнозируется через: презентацию результатов на уровне города; участие танцевальных бальных пар в городских, региональных и всероссийских мероприятиях; наличие призеров и победителей в городских конкурсных мероприятиях; наличие выпускников, продолживших обучение по профилю.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 1 год, что составляет 34 учебных часа в год на одну танцевальную пару (количество часов на одного обучающегося в паре составляет 17 часов в год).

Цель и задачи программы

Цель - раскрытие и реализация личностного потенциала и творческой индивидуальности личности каждого учащегося в танцевальной паре через подготовку индивидуальной программы бального танца для дальнейшего участия в мероприятиях/соревнованиях танцевального спорта.

Задачи

Обучающие:

- обучение продвинутым, базовым фигурам и движениям в соответствии с индивидуальной программой;
- обучение технике, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах в соответствии с индивидуальной программой;
- знакомство с основами создания индивидуальных танцевальных композиций;
- формирование навыков разбора и корректировки исполнения бальных танцев в паре;
- формирование умения ощущать в паре разные параметры движений;
- формирование навыков взаимодействия в паре при исполнении бального танца.

Развивающие:

- развитие аналитического мышления при разборе танцевальных фигур;
- развитие физических качеств, укрепление здоровья и гармоничное развитие форм и функций организма учащихся, танцующих в паре в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев;
- формирование правильной осанки и танцевального стиля выполнения фигур парного танца в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев;
- развитие ритмической координации при исполнении бального танца в паре в соответствии с индивидуальной программой.

Воспитательные:

- привитие интереса и потребности к регулярным индивидуальным занятиям спортивными бальными танцами;
- воспитание дисциплинированности на индивидуальных занятиях спортивными бальными танцами;
- воспитание аккуратности и старательности при исполнении танцевальных композиций в паре или соло;
- воспитание настойчивости в достижении поставленной цели на конкурсных мероприятиях;
- воспитание выдержки, самообладания при общении с партнером;
- воспитание доброжелательных отношений в паре.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

- проявление интереса и потребности к регулярным индивидуальным занятиям спортивными бальными танцами;
- выработка дисциплинированности на индивидуальных занятиях спортивными бальными танцами;
- проявление аккуратности и старательности при исполнении танцевальных композиций в паре или соло;
- проявление настойчивости в достижении поставленной цели на конкурсных мероприятиях;
- выработка выдержки, самообладания при общении с партнером;
- доброжелательные отношения в паре.

Метапредметные результаты:

- проявление аналитического мышления при разборе танцевальных фигур;
- развитые физические качества, укрепление здоровья и гармоничное развитие форм и функций организма учащихся, танцующих в паре в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев;
- сформированная правильная осанка и танцевальный стиль выполнения фигур парного танца в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев;
- развитая ритмическая координация при исполнении бального танца в паре в соответствии с индивидуальной программой.

Предметные результаты:

- освоение продвинутых, базовых фигур и движений в соответствии с индивидуальной программой;
- овладение техникой, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах в соответствии с индивидуальной программой;
- ознакомление с основами создания индивидуальных танцевальных композиций;
- сформированность навыков разбора и корректировки исполнения бальных танцев в паре;
- сформированность умения ощущать в паре разные параметры движений;
- сформированность навыков взаимодействия в паре при исполнении бального танца.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации программы

Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации-русском.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации программы

Образовательный модуль выстроен в соответствие с положениями о проведении соревнований и конкурсов по спортивным бальным танцам различных уровней (городской, региональный, всероссийский) с учетом возрастных, классовых категорий и системы оценивания. При индивидуализации обучения учитываются индивидуальные особенности и возможности солистов и учащихся, танцующих в паре. Обучение по программе ориентировано на демонстрацию опыта не только в рамках соревновательной деятельности, но и воспитательной программы ДДЮТ.

Особенности организации образовательного процесса

Специфика программы выражается в индивидуальной работе с парой, комплексности подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующем принципе: развитие более эффективных путей совершенствования техники танца, физических качеств, специальных двигательных умений, психических функций, необходимых для успешной деятельности в бальных танцах посредством индивидуальных занятий.

Все разделы подразумевают музыкально-ритмические задания по слушанию и анализу танцевальной музыки в процессе танцевальных учебных заданий, музыкальную раскладку движения. Задания способствуют развитию музыкальности, формированию музыкального восприятия, дают представление о выразительных средствах музыки, развивают чувство ритма, умение ориентироваться в различных музыкальных образцах, определять ее характер, метроритм, строение и умение согласовывать музыку с движением.

Обязательным условием обучения является овладение в системе принципами и особенностями исполнения бального танца, такие как навыки правильной постановки корпуса для каждого танца программы, позиции в паре, технические элементы танца, характерные особенности определенного танца, а также умение работать на сцене, ориентироваться в пространстве и т.д.

Условия набора в коллектив

На обучение по программе принимаются обучающиеся от 7 до 18 лет, занимающиеся по общеразвивающим программам: «Формула танца. Основы бального танца», «Формула танца. Pro», а также все желающие, при наличии базовых знаний в данной области деятельности, по входной диагностике (тестирование и просмотр), не имеющие медицинских противопоказаний.

Условия формирования групп

Образовательный процесс построен на индивидуальном обучении солистов и пар бального танца, поэтому нет формирования групп и занятия проводятся отдельно с каждой парой в соответствии с индивидуальным расписанием.

Количество обучающихся в группе

Списочный состав формируется с учетом отбора солистов и танцевальных пар в соответствии с санитарными нормами и особенностями реализации индивидуальной программы. Количество детей, участвующих в занятии, от 1 до 2 человек.

Формы организации занятий

Программой предусмотрены аудиторные индивидуальные занятия с солистами и парами.

Формы проведения занятий:

- репетиция;
- мастер-класс;
- занятие-интенсив;
- занятие-тренинг;
- контрольное занятие.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

В рамках программы предусмотрена *индивидуальная форма организации деятельности* по работе с солистами и танцевальными парами при подготовке к конкурсным мероприятиям различных уровней (городской, региональный, всероссийский) и воспитательным мероприятиям в ДДЮТ.

Материально-техническое оснащение программы

Технические средства обучения: для занятий необходимы следующие условия: проветриваемое помещение с зеркалами, музыкальное сопровождение (музыкальное оборудование- bluetooth-колонка/магнитофон/акустическая система, флэш-накопитель).

Занятия должны проводиться в просторном помещении, соответствующем требованиям техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и регулярно проветриваться. Установленный режим соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПин.

Требования, предъявляемые к учащемуся: регулярное посещение занятий, соответствие формы одежды, обуви и прически.

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования по направлению деятельности – бальный танец.

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Педагогические приемы

- наглядности;
- доступности;
- постепенности в развитии;
- строгой последовательности в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичности и регулярности занятий;
- целенаправленности учебного и воспитательного процесса;
- сознательности и активности.

Методы и приемы:

- рассказ, беседа. Учащиеся активно участвуют в разговоре, задают вопросы;
- тренинги коммуникативных навыков. На использовании тренировочных ситуаций построено большинство упражнений, используемых в программе;
- тесты;
- обсуждение в группе заданий, результатов.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Список литературы для педагогов:

- 1.Бекина С.И. и др. Музыка и движение- М., 2010.
- 2.Боттомер У. Учимся танцевать.– М. :ЭКСМО-пресс, 2012.
- 3.Г.Говард Техника Европейского бального танца-М. :Артис, 2014.
- 4.Динниц Е.В. Джазовые танцы ООО – М. :Издательство АСТ, 2004.
- 5.Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. - Ростов -на- Д. : Феникс, 2004.
- 6.Лерд У. Техника Латиноамериканского бального танца. - М.:Артис,2003.
- 7.Подласый И.П. Педагогика: в 2 кн., Владос, 2018.
- 8.Реан А.А. и др. Психология и педагогика.– СПб. :Питер, 2004.
- 9.Ермаков Д.А. В вихре вальса- М. –издательство АСТ 2012.
- 10.Рубенштейн Н.А.Психология танцевального спорта или что нужно знать чтобы стать первым.- М. 2000.

Список литературы для учащихся

- 1.Браиловская Л. В. Самоучитель по танцам: вальс, танго, самба, джайв. - Ростов -на- Д. : Феникс, 2014.
- 2.Ермаков Д.А. Танцы на балах и выпускных вечерах. – М. :Издательство АСТ, 2004.
- 3.Ермаков Д.А. От фокстрота до квикстепа – М. :Издательство АСТ, 2004.
- 4.Ермаков Д.А. В вихре вальса. – М. - Издательство АСТ, 2012.
- 5.Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым.
- М.,2000.

Список литературы для детей и родителей.

1. Богаткова Л. Н. "Хоровод друзей" – М.: Детская литература, – 1957 г. – 685 с.
2. Печанов Ю.А., Берзина Л.А. «Позвоночник гибок - тело молодо» Советский спорт. 1991.
3. Стриганов В.М. и Уральская В.И. «Современный бальный танец». Москва, Просвещение. 1978 г.

Список интернет источников, сайтов:

1. <https://rdsu.info/docs/pravila-sorevnovanij.html>
2. Положение Союза танцевального спорта России о танцах и допустимых фигурах в стандарте и латине, 2012г.
3. Положение Союза танцевального спорта России о танцах и допустимых фигурах в стандарте и латине ПРИЛОЖЕНИЕ №2, 2012г.
4. <http://www.rdsu.ru> – информация о событиях в танцевальном мире России;
5. <http://www.wdsf.ru> – информация о событиях в танцевальном мире различных стран мира.
6. Бальный танец в становлении личности: история и современность [Электронный ресурс]. – Режим доступа. - (http://knowledge.allbest.ru/culture/2c0a65625a2ad78a4d53a88521216d37_1.html)

7. 2. Все для хореографов и танцоров [Электронный ресурс]. – Режим доступа. <http://www.horeograf.com/>
8. 3. Федерация Танцевального Спорта России [Электронный ресурс]. – Режим доступа. <http://www.ftsr.ru/data.php>
9. 4. Философия и этика балльных танцев. [Электронный ресурс]. – Режим доступа. [-http://dnevniky.ykt.ru/maverick/437747](http://dnevniky.ykt.ru/maverick/437747)

Оценочные материалы

В соответствии с требованиями программы проводятся входная, текущая и промежуточная диагностики.

Отслеживание результативности образовательной деятельности по программе.

Виды контроля	Формы проведения	Сроки
<i>Входная диагностика</i>	Наблюдение	Сентябрь
<i>Текущий контроль</i>	Наблюдение, анализ, контроль за исполнением	В течение года
<i>Промежуточный контроль</i>	Наблюдение, анализ, контроль за исполнением	Декабрь. Май.
<i>Итоговый контроль</i>	Тестирование, анализ техники исполнения	Май.

Система контроля результативности обучения

Диагностика результатов обучения по общеразвивающей программе проводится 2 раза в год (в конце каждого учебного полугодия). Она проводится по 15 показателям (по 5 в каждой области):

O1, O2, O3, O4, O5, O6 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области обучения.

P1, P2, P3, P4– показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области развития

B1, B2, B3, B4, B5, B6 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению (2-высокий уровень, 1-средний уровень, 0 – низкий, незначительный уровень).

Показатель	2 – высокий уровень	1 – средний уровень	0 – низкий уровень
O1 Обучение продвинутым, базовым фигурам и движениям в соответствии с	Знает основную часть базовых фигур и движений, свободно владеет индивидуальной программой.	Иногда допускает ошибки в знании базовых фигур и движений, достаточно владеет	Постоянно допускает ошибки в знании базовых фигур и движений, не владеет

индивидуальной программой		индивидуальной программой.	индивидуальной программой.
О2 Обучение технике, построенной на освоении и понимании основных принципов танцевальных передвижений в разных танцах в соответствии с индивидуальной программой	Грамотно знает технику, понимает принципы танцевальных передвижений в разных танцах.	Допускает небольшие технические ошибки, понимает принципы танцевальных передвижений.	Исполняет движения и различные перестроения с большим количеством ошибок.
О3 Знакомство с основами создания индивидуальных танцевальных композиций	Знает основные принципы создания композиций.	Допускает незначительные ошибки в построении индивидуальной танцевальной композиции.	Допускает грубые ошибки в построении индивидуальной композиции.
О4 Формирование навыков разбора и корректировки исполнения бальных танцев в паре	Сформированы навыки разбора и корректировки исполнения бальных танцев в паре	Формируются навыки разбора и корректировки исполнения бальных танцев в паре	Не сформированы навыки разбора и корректировки исполнения бальных танцев в паре
О5 Формирование умения ощущать в паре разные параметры движений	Умеет ощущать в паре разные параметры движений	Периодически ощущает в паре разные параметры движений	Не ощущает в паре разные параметры движений
О6 Формирование навыков взаимодействия в паре при исполнении бального танца	Умеет применить навыки взаимодействия в паре при исполнении бального танца	Периодически применяет навыки взаимодействия в паре при исполнении бального танца	Не применяет навыки взаимодействия в паре при исполнении бального танца
Р1 Развитие аналитического мышления при	Яркое проявление аналитического мышления при	Формируется проявление аналитического мышления при	Не сформировано проявление аналитического мышления при

разборе танцевальных фигур	разборе танцевальных фигур	разборе танцевальных фигур	разборе танцевальных фигур
Р2 Развитие физических качеств, укрепление здоровья и гармоничное развитие форм и функций организма учащихся, танцующих в паре в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев	Развитые физические качества, здоровье	Стабильные физические качества, здоровье	Нестабильные физические качества, здоровье
Р3 Формирование правильной осанки и танцевального стиля выполнения фигур парного танца в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев	Сформированная правильная осанка и танцевальный стиль выполнения фигур парного танца в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев	Правильная осанка и танцевальный стиль выполнения фигур парного танца в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев	Правильная осанка и танцевальный стиль выполнения фигур парного танца в соответствии с индивидуальной программой бальных танцев не сформирован
Р4 Развитие ритмической координации при исполнении бального танца в паре в соответствии с индивидуальной программой	Развитая ритмическая координация при исполнении бального танца в паре в соответствии с индивидуальной программой	Удовлетворительная ритмическая координация при исполнении бального танца в паре в соответствии с индивидуальной программой	Ритмическая координация при исполнении бального танца в паре в соответствии с индивидуальной программой отсутствует
В1 Привитие интереса и потребности к регулярным индивидуальным занятиям	Активное проявление интереса и потребности к регулярным индивидуальным занятиям	Периодическое проявление интереса и потребности к регулярным индивидуальным занятиям	Проявление интереса и потребности к регулярным индивидуальным занятиям спортивными бальными

спортивными бальными танцами	спортивными бальными танцами	спортивными бальными танцами	танцами отсутствует
В2 Воспитание дисциплинированности на индивидуальных занятиях спортивными бальными танцами	Выработана дисциплинированность на индивидуальных занятиях спортивными бальными танцами	Дисциплинированность на индивидуальных занятиях спортивными бальными танцами не регулярна	Отсутствие дисциплины
В3 Воспитание аккуратности и старательности при исполнении танцевальных композиций в паре или соло	Систематическое проявление аккуратности и старательности при исполнении танцевальных композиций в паре или соло	Периодическое проявление аккуратности и старательности при исполнении танцевальных композиций в паре или соло	Проявление аккуратности и старательности при исполнении танцевальных композиций в паре или соло отсутствует
В4 Воспитание настойчивости в достижении поставленной цели на конкурсных мероприятиях	Активное проявление настойчивости в достижении поставленной цели на конкурсных мероприятиях	Стабильное проявление настойчивости в достижении поставленной цели на конкурсных мероприятиях	Редкое проявление настойчивости в достижении поставленной цели на конкурсных мероприятиях
В5 Воспитание выдержки, самообладания при общении с партнером	Выработка выдержки, самообладания при общении с партнером	Учащийся сдержан, не всегда способен проявить самообладание в общении с партнером	Несдержанность, потеря самообладания при общении с партнером
В6 Воспитание доброжелательных отношений в паре	Доброжелательные отношения в паре регулярны	Отношения в паре сдержанные	Отсутствие доброжелательных отношений