

Государственное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №464
Пушкинского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА

На Педагогическом совете
ГБОУ школы №464 Пушкинского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 31 августа 2022 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 30-А от 31 августа 2022
и.о. директора ГБОУ школы №464
Пушкинского района Санкт-Петербурга
/С/ А.С. Теплякова



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ПАРНЫЙ ТАНЕЦ»

Срок освоения: 2 года
Возраст учащихся: 15-17 лет

Разработчики программы:

Кальсин Вячеслав Семенович,
педагог дополнительного образования

Русина Екатерина Юрьевна,
методист ОДОД

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы - художественная. Учащиеся большую часть времени проводят в активном движении, которое основывается на образном восприятии музыки.

Адресат программы

Девочки и мальчики 15-17 лет, учащихся школы, входящих в основную и подготовительную группу для занятий физической культурой, имеющих первичную мотивацию к занятиям. Уровень начальной подготовки и базовых знаний у детей может быть любым.

Актуальность

Малоподвижный образ жизни, который характерен для большинства учащихся, перегруженность детей в школе, внешкольные интересы, часто связанные с телевизором и компьютером, негативно сказываются на физическом, психическом и эмоциональном состоянии ребенка.

Данная программа направлена на вовлечение подростков в двигательную активность с целью укрепления здоровья ребенка, его физическому и умственному совершенствованию, понимания социально-культурных традиций в обществе, а значит, соответствует социальному заказу общества на всестороннее и гармоничное развитие его членов, а также отвечает потребностям современных детей и их родителей.

Отличительные особенности программы

- Доступность танцевально-ритмической системы, основанная на простых общеразвивающих упражнениях, овладеть которыми можно без специальной подготовки.
- Разносторонне воздействие на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека.
- Эмоциональность, которая достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образным выражением взаимоотношений, существующих в обществе между мужчиной и женщиной, что отвечает возрастным особенностям учащихся старшего школьного возраста.

В программе широко используется игровой метод обучения. Этот метод обучения, основанный на соответствии определенному двигательному образу, придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей обучающегося.

Объем и срок реализации программы.

Для реализации данной программы формируется группа(пы) из учащихся старшего школьного возраста.

Продолжительность программы - 2 года

Объем реализации программы

1 год - 144 часа

2 год – 216 часов

Уровень освоения программы - базовый

Цель программы

Целью данной программы является формирование у подростков посредством освоения новой ритмо-двигательной деятельности основ здорового образа жизни, понимания этики социальных взаимоотношений и развитие их эстетического восприятия и творческой самостоятельности.

Задачи программы

Воспитательные:

- формировать навыки здорового образа жизни, интерес к систематическим занятиям;
- воспитывать оптимизм, уверенность в себе, лидерские качества;
- формировать умение взаимодействовать с другими членами группы.

Развивающие:

- развивать умения самоутверждаться и саморазвиваться
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой;
- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность;
- развивать творческую активность и стремление к аутентичности.

Обучающие:

- формировать знания об особенностях ритмического движения, о двигательных возможностях человека и назначении отдельных упражнений;
- формировать музыкальные знания, связанные с двигательным выражением музыки;
- овладеть первичными навыками двигательной выразительности и пластичности;
- научить правилам безопасности при занятиях физическими упражнениями;
- научить основам различных танцевальных стилей, входящих в программу.

Планируемые результаты

Личностные результаты

Трудолюбие, основанное на физической активности, упорстве в достижении цели, оптимизм, управление своими эмоциями, уважение результатов своего и чужого труда. Стремление к самоутверждению через достижение целей и к саморазвитию.

Метапредметные результаты

Умение запоминать информацию и преобразовывать ее в действие (движение), понимание и умение совершать действие в строго определенный момент времени, умение работать с образами и воплощать их на практике, умение принимать решение и исполнять его действием, ситуативное мышление. Способность организовать коллективное сотрудничество и совместное творчество, по созданию и представлению продукта деятельности.

Умение организовать свои действия (движения) согласно поставленной задаче, умения контролировать свои действия во время исполнения, давать оценку своим действиям, анализировать свои действия и замечания к ним, проводить коррекцию.

Предметные результаты

1. Теоретическая подготовка ребенка:

- овладение базовыми знаниями по теории физического развития и двигательных возможностей человека;
- понимание ритмических основ музыки, пластики и знание особенностей изучаемых танцевальных направлений;
- владение специальной терминологией.

2. Практическая подготовка ребенка:

- повышение уровня общефизической подготовки;
- умение согласовывать свои действия с музыкой;
- умение исполнять основные фигуры изучаемых танцев;
- умение творчески модифицировать полученный материал.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: русский.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации: модульный принцип представления содержания ДОП и построения учебных планов. Данная программа может реализовываться в каникулярное время, а также с использованием электронного обучения и дистанционных технологий.

В случае дистанционного обучения предусмотрено проведение внеаудиторных занятий с использованием платформы «Zoom», «Яндекс. Телемост», или группы социальной сети «ВКонтакте». Занятия с использованием электронных образовательных форм: видеоуроки.

Условия набора и формирования групп: В группы принимаются все желающие независимо от уровня начальных знаний и физической подготовки. Группа может быть разновозрастной.

Количество детей в группе:

1 год – 15 человек

2 год – 12 человек

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия группы проходят два раза в неделю по 2 урока для 1 года обучения и три раза по 2 урока для 2 года обучения. Продолжительность урока – 45 минут.

Допускается дополнительный набор в группы 2 года обучения на основании просмотра и беседы с учащимся.

Формы проведения занятий: тренировка, соревнование, репетиция, мастер-класс, видеосъемка, индивидуальное занятие.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- *фронтальная* – объяснение показ всей группе, отработка материала;

- *групповая* - отработка материала в малых группах, в парах;

- *индивидуальная* – работа для коррекции пробелов, с солистами;

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

Материально-техническое оснащение: танцевальный зал с зеркалами; гимнастические коврики; музыкальный центр с пультом; компьютер с колонками; мультимедийный проектор; видеокамера; скакалки; стеллажи для хранения спортивного инвентаря; костюмы и реквизит для выступлений.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Педагог руководствуется утвержденным учебно-тематическим планом, но имеет возможность корректировки тематики занятий, что обеспечивает реализацию принципа вариативности образовательного процесса.

№ темы	Наименование темы	Теор. занятий	Практ. занятий	Итого часов	Формы контроля
1.	Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности, основы музыкальной грамоты	4	-	4	Беседа, опрос
2.	Шаговый характер танца	4	18	22	Наблюдение, повторение
3.	Ведение и следование в парном танце	6	20	26	Наблюдение, повторение
4.	Хастл	6	32	38	Показательные выступления, концерты
5.	Вальс	6	36	42	Наблюдение, повторение
6.	Креативный урок	2	8	10	Наблюдение, повторение
7.	Итоговое занятие		2	2	Открытое и итоговое занятие
Итого:		28	116	144	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Педагог руководствуется утвержденным учебно-тематическим планом, но имеет возможность корректировки тематики занятий, что обеспечивает реализацию принципа вариативности образовательного процесса.

№ темы	Наименование темы	Теор. занятий	Практ. занятий	Итого часов	Формы Контроля
1.	Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности, основы музыкальной грамоты	2	2	4	Беседа, опрос
2.	Ведение и следование в парном танце	4	26	30	Наблюдение, повторение
3.	Хастл	8	36	44	Наблюдение, повторение
4.	Вальс	14	62	76	Показательные выступления, концерты
5.	Фокстрот	8	30	38	Наблюдение, повторение
6.	Креативный урок	4	18	22	Наблюдение, повторение
7.	Итоговое занятие		2	2	Открытое итоговое занятие
Итого:		40	176	216	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи программы

Воспитательные:

- формировать навыки здорового образа жизни, интерес к систематическим занятиям физической культурой;
- воспитывать оптимизм, уверенность в себе, лидерские качества;
- формировать умение взаимодействовать с другими членами группы.

Развивающие:

- развивать умения самоутверждаться и саморазвиваться;
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой;
- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность;
- развивать творческую активность и стремление к аутентичности.

Обучающие:

- формировать знания об особенностях ритмического движения, о двигательных возможностях человека и о различных танцевальных направлениях;
- формировать музыкальные знания, связанные с двигательным выражением музыки;
- овладеть первичными навыками двигательной выразительности и пластичности;
- научить правилам безопасности при занятиях физическими упражнениями;

Планируемые результаты

Личностные результаты

Труdolюбие, основанное на физической активности, оптимизм, управление своими эмоциями, уважение результатов своего и чужого труда. Стремление к самоутверждению через достижение целей и к саморазвитию. Осознание ценности здорового образа жизни.

Метапредметные результаты

Умение запоминать информацию и преобразовывать ее в действие (движение), понимание и умение совершать действие в строго определенный момент времени. Умение работать в коллективе и создавать совместный продукт.

Умение организовать свои действия (движения) согласно поставленной задаче, умения контролировать свои действия во время исполнения, давать оценку своим действиям, анализировать свои действия и замечания к ним, проводить коррекцию.

Предметные результаты

3. Теоретическая подготовка ребенка:

- овладение базовыми знаниями по теории физического развития и двигательных возможностей человека;
- понимание ритмических основ музыки, пластики и знание особенностей изучаемых танцевальных направлений;
- владение специальной терминологией.

4. Практическая подготовка ребенка:

- повышение уровня общефизической подготовки;
- умение согласовывать свои действия с музыкой;
- умение исполнять основные фигуры изучаемых танцев;

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. «Вводное занятие».

Теория: Знакомство с техникой безопасности при выполнении физических упражнений, объяснение основ музыкальной грамоты. Объяснение основных музыкальных терминов: ритм, темп, характер

Инструктаж по технике безопасности: *Правила поведения при занятиях физкультурно-спортивных занятиях.*

Физические упражнения: *Что такое физические упражнения? Какие бывают?*

Для чего необходимы?

Практика: Показ и тренировка физических упражнений, знакомство с музыкальными произведениями

Тема 2. «Шаговый характер танца»

Теория: Отличия танцев телесного и шагового характера. Понятие динамического баланса. Замедленное и ускоренное исполнение шагов.

Практика: Тренировка специальных упражнений для понимания шагового ритма.

Тема 3. «Ведение и следование в парном танце».

Теория: Понимание роли партнера и партнерши в танце. Механизм принятия решений и их реализация в движение. Различные виды ведения.

Практика: Тренировка специальных упражнений для согласования совместного движения с музыкой.

Тема 4. «Хастл»

Теория: История и предпосылки возникновения танца. Особенности музыкальных композиций для данного танца. Основные принципы движения и парного согласования этого движения.

Практика: Тренировка основных движений в сольном и парном исполнении. Изучение базовых фигур.

Тема 5. «Вальс».

Теория: История и предпосылки возникновения танца. Виды вальсов. Особенности музыкальных композиций для данного танца. Основные принципы движения и парного согласования этого движения.

Практика: Тренировка основных движений в сольном и парном исполнении. Изучение базовых фигур.

Тема 6. «Креативный урок».

Теория: Принципы импровизации. Роль партнера в формировании танца

Практика: Произвольное построение танца из базовых фигур.

Тема 7. «Итоговое занятие».

Теория: Подведение итогов по программе.

Практика: Открытое занятие-выступление.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
1 года обучения на 144 часа

№п/ п	Тема, раздел	Кол-во часов		Дата проведения	
		теория	Практика	очно	дистанционно
1	Формирование группы Вводное занятие. Техника безопасности	1	1		
2	Понятие ритма и движения. Шаговый ритм	1	1		
3	Особенности танцевальной разминки	1	1		
4	Виды танцев телесной и шаговой конструкции	1	1		
5	Понятие о двигательном интеллекте	1	1		
6	История возникновения танца	1	1		
7	Особенности танцев телесной конструкции	1	1		
8	Особенности танцев шаговой конструкции	1	1		
9	Особенности взаимодействия в паре	1	1		
10	Ведение и следование в парном танце	1	1		
11	Ведение и следование в парном танце		2		
12	Происхождение танца Хастл, основное движение	1	1		
13	Практика основного движения. Фигура Смена мест		2		
14	Хастл. Основное движение. Фигура Плечо к плечу		2		
15	Ведение и следование танце Хастл. Отработка	1	1		
16	Ведение и следование в танце Хастл. Отработка		2		
17	Виды поворотов в танце.	1	1		
18	Поворот партнерши под рукой в танце хастл		2		
19	Фигура Смена мест с поворотом под рукой		2		
20	Смена мест с обратным поворотом под рукой		2		
21	Повторение изученных фигур		2		
22	Правила составления композиции фигур	1	1		
23	Практика изученных фигур		2		
24	Практика изученных фигур		2		
25	Практика изученных фигур		2		
26	Принципы парной импровизации	1	1		
27	Фигура смена рук за спиной		2		
28	Практика изученных фигур		2		
29	Практика изученных фигур		2		
30	Произвольное построение танца из базовых фигур.		2		
31	Обобщающий урок		2		
32	Инструктаж по технике безопасности. Повторение	1	1		
33	Шаговые основы в Европейских танцах	1	1		
34	Музыка и ритм в европейских танцев	1	1		
35	Вальс. История возникновения. Основной шаг	1	1		
36	Простейшие перемещения в Вальсе		2		
37	Виды вальсов. Венский и Медленный вальс	1	1		
38	Фигура Квадрат в танце Вальс		2		
39	Особенности взаимодействия в танце Вальс	1	1		
40	Практика фигуры Квадрат в паре		2		
41	Фигура Правый поворот		2		

42	Практика изученных фигур		2		
43	Практика изученных фигур		2		
44	Практика изученных фигур		2		
45	Фигура Левый поворот		2		
46	Фигура Левый и Правый поворот в паре		2		
47	Фигура Левый и Правый поворот в паре		2		
48	Соединение Правого и Левого поворота	1	1		
49	Фигуры Правая и Левая перемены		2		
50	Практика изученных фигур		2		
51	Практика изученных фигур		2		
52	Основные направления движения по залу	1	1		
53	Линия танца. Диагональные направления по залу	1	1		
54	Перемещения вдоль линии танца с использованием изученных фигур		2		
55	Перемещения вдоль линии танца с использованием изученных фигур		2		
56	Перемещения вдоль линии танца с использованием изученных фигур		2		
57	Перемещения вдоль линии танца с использованием изученных фигур		2		
58	Принципы парной импровизации в танце Вальс	1	1		
59	Практика импровизации в танце Вальс		2		
60	Последовательные танцы.	1	1		
61	Построение групповой композиции танца Вальс		2		
62	Построение групповой композиции танца Вальс		2		
63	Построение групповой композиции танца Вальс		2		
64	Начало и конец групповой композиции. Поклоны	1	1		
65	Практика групповой композиции танца Вальс		2		
66	Практика групповой композиции танца Вальс		2		
67	Практика групповой композиции танца Вальс		2		
68	Практика групповой композиции танца Вальс		2		
69	Повторение всех танцев		2		
70	Повторение всех танцев		2		
71	Повторение всех танцев		2		
72	Итоговое занятие	1	1		
	Всего часов		144		

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи программы

Воспитательные:

- продолжать формировать навыки здорового образа жизни, интерес к систематическим занятиям физической культурой;
- воспитывать оптимизм, уверенность в себе, лидерские качества;
- формировать умение взаимодействовать с другими членами группы;
- способствовать стремлению к лидерству, инициативе и трудолюбию.

Развивающие:

- развивать умения самоутверждаться и саморазвиваться
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой;
- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность;
- развивать творческую активность и стремление к аутентичности.

Обучающие:

- формировать знания об особенностях, новых изучаемых танцевальных направлений;
- углублять знания об особенностях ритмического движения и о двигательных возможностях;
- формировать музыкальные знания, связанные с двигательным выражением музыки;
- формировать более сложные навыки двигательной выразительности и пластичности;
- следовать правилам безопасности при занятиях физическими упражнениями;

Планируемые результаты

Личностные результаты

Трудолюбие, основанное на физической активности, упорстве в достижении цели, оптимизм, управление своими эмоциями, уважение результатов своего и чужого труда. Стремление к самоутверждению через достижение целей и к саморазвитию. Осознание ценности здорового образа жизни.

Метапредметные результаты

Умение запоминать информацию и преобразовывать ее в действие (движение), понимание и умение совершать действие в строго определенный момент времени, умение работать с образами и воплощать их на практике, умение принимать решение и исполнять его действием, ситуативное мышление.

Способность организовать коллективное сотрудничество и совместное творчество, по созданию и представлению продукта деятельности.

Умение организовать свои действия (движения) согласно поставленной задаче, умения контролировать свои действия во время исполнения, давать оценку своим действиям, анализировать свои действия и замечания к ним, проводить коррекцию.

Предметные результаты

1. Теоретическая подготовка ребенка:

- овладение базовыми знаниями по теории физического развития и двигательных возможностей человека;
- понимание ритмических основ музыки, пластики и знание особенностей изучаемых танцевальных направлений;
- владение специальной терминологией.

2. Практическая подготовка ребенка:

- повышение уровня общефизической подготовки;
- умение согласовывать свои действия с музыкой;
- умение исполнять основные фигуры изучаемых танцев;
- умение творчески модифицировать полученный материал.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. «Вводное занятие».

Теория: Повторение техники безопасности при выполнении физических упражнений, повторение основ музыкальной грамоты.

Инструктаж по технике безопасности: Что *такое травма?* *Виды травм.* *Почему они случаются?*

Практика: Показ и тренировка физических упражнений, знакомство с музыкальными произведениями

Тема 2. «Ведение и следование в парном танце».

Теория: Повторение информации о роли партнера и партнерши в танце. Вращательные движения партнерши. Пространственные решения партнера и обеспечение их реализации.

Практика: Тренировка специальных упражнений для согласования совместного движения.

Тема 3. «Хастл»

Теория: Продолжение изучения фигур в танце. Поддержки и линии.

Практика: Тренировка фигур танца в парном исполнении. Импровизация.

Тема 4. «Вальс».

Теория: Последовательные танцы и особенности их исполнения.

Практика: Тренировка фигур танца в парном исполнении. Отработка групповой композиции.

Тема 5. «Фокстрот».

Теория: История возникновения танца. Виды фокстротов. Особенности музыкальных композиций для данного танца. Основные принципы движения и парного согласования этого движения.

Практика: Тренировка основных движений в сольном и парном исполнении. Изучение базовых фигур

Тема 6. «Креативный урок».

Теория: Принципы импровизации.

Практика: Импровизация.

Тема 7. «Итоговое занятие».

Теория: Подведение итогов по программе.

Практика: Открытое занятие-выступление.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№п/ п	Тема, раздел	Кол-во часов		Дата проведения	
		теория	практика	очно	дистанционно
1	Формирование группы Вводное занятие. Техника безопасности	1	1		
2	Основные термины, используемые при изучении различных стилей движения под музыку.	1	1		
3	Назначение разминки. Суставно-связочный аппарат тела человека. Понятие осанки	1	1		
4	Простейшие ритмические движения.		2		
5	Диско. Особенности музыки и движения.	1	1		
6	Диско. Простейшие движения.	1	1		
7	Танцы телесной конструкции. Повторение Танца «Подарок»	1	1		
8	Ритмическое усложнение танца «Подарок»		2		
9	Техническое усложнение танца «Подарок»	1	1		
10	Основные направления в зале. Основные позиции рук и ног.	1	1		
11	Шаговые перемещения под музыку диско. Работа стопы	1	1		
12	Повторение танцев «Диско шаг» «Танцаэробика»				
13	Повторение танца «Модный рок» «Локомотив»		2		
14	Ритмическое усложнение танца «Модный рок»	1	1		
15	Особенности группового исполнения танцев	1	1		
16	Особенности парного исполнения Танец «Модный рок в паре»	1	1		
17	Танец «Модный рок в паре»		2		
18	Парное исполнение по кругу со сменой партнера		2		
19	Разнообразие диско движений, соединение движений из разных танцев		2		
20	Комбинирование диско движений в индивидуальный танец	1	1		
21	Самостоятельно составленное продолжение танца «Подарок»		2		
22	Самостоятельно составленное продолжение танца «Подарок»		2		
23	Понятие импровизации.	1	1		
24	Практика импровизации				
25	Обобщающий урок	1	1		
26	Танцы шаговой конструкции. Фокстрот. Музыка. Ритм	1	1		
27	Основной стиль движения танца Фокстрот.	1	1		
28	Фокстрот, четвертные повороты		2		

29	Парное исполнение фокстрота. Понятие о ведении и следовании.	1	1		
30	Практика движения в парах				
31	Четвертные повороты в паре	1	2		
32	Работа в парах в танце Фокстрот		2		
33	Повторение танцев «Подарок» и «Модный рок»		2		
34	Направления в зале. Движение по кругу в танце Фокстрот. Понятие Линии танца.	1	1		
35	Четвертные повороты по кругу		2		
36	Фигура рок-поворот танца фокстрот		2		
37	Соединение фигур в танце Фокстрот		2		
38	Практика танца фокстрот		2		
39	Практика танца фокстрот		2		
40	Практика танца фокстрот				
41	Различные темпы музыки в танце Фокстрот		2		
42	Практика танца фокстрот		2		
43	Практика танца фокстрот				
44	Обобщающий урок.	1	1		
45	Повторение основ Диско		2		
46	Повторение танца «Модный рок» «Подарок»		2		
47	Повторение «Диско шаг», «Модный рок»		2		
48	Понятие импровизации	1	1		
49	Дисотека. Как создать свой танец. Медленный и быстрый танец	1	1		
50	Повторение. Дисотека		2		
51	Обобщающий урок.				
52	Инструктаж по технике безопасности. Повторение Знакомство с танцем Хастл	1	1		
53	Ведение и следование в танце Хастл. Основное движение.	1	1		
54	Фигура «смена мест» в танце Хастл		2		
55	Фигура «прямой поворот под рукой» в танце Хастл		2		
56	Фигура «обратный поворот под рукой» в танце Хастл		2		
57	Правила комбинирования фигур	1	1		
58	Практика танца Хастл				
59	Фигура «смена рук за спиной» в танце Хастл		2		
60	Практика танца Хастл				
61	Повторение танца Фокстрот		2		
62	Повторение фигур танца Хастл		2		
63	Практика танца Хастл		2		
64	Практика танца Хастл		2		
65	Практика танца Хастл		2		
66	Функции партнера при импровизации фигур в танце Хастл	1	1		
67	Хастл как социальный и как	1	1		

	соревновательный танец				
68	Имитация соревнований по танцу Хастрл		2		
69	Обобщающий урок	1	1		
70	Вальс. Особенности ритма и движения.	1	1		
71	Повторение простой формы вальса «Вальс с хлопками»	1	2		
72	Усложнение танца «Вальс с хлопками»				
73	Парное исполнение танца «Вальс с хлопками»		2		
74	Танец «Вальс с хлопками по кругу»		2		
75	Вальс как танец шаговой конструкции. Основное движение.	1	1		
76	Медленный и Венский вальс. Сходство и различие	1	1		
77	Фигуры «правая и левая перемены» в Медленном вальсе	1	1		
78	Фигуры «правая и левая перемены» вальса	1	2		
79	Фигура «правый поворот» Медленного вальса				
80	Фигура «левый поворот» Медленного вальса	1	2		
81	Повторение танца «Модный рок», Хастрл		2		
82	Венский вальс. Фигуры «правая и левая перемены»				
83	Фигура «правый поворот» Венского вальса				
84	Принципы кругового исполнения танца Венский вальс.	1	1		
85	Практика фигур Венского вальса				
86	Вальс. Позиция в паре. Фигуры «правая и левая перемены» в парном исполнении	1	2		
87	Медленный вальс «правый и левый повороты» в паре	1	1		
88	Медленный вальс «правый и левый повороты» в паре		2		
89	Повторение танца Фокстрот		2		
90	Повторение танца Хастрл				
91	Практика танцев Хастрл и Фокстрот				
92	Нестандартные фигуры танца Вальс «смена мест»	1	2		
93	Фигуры «прямой и обратный повороты»				
94	Фигура «смена рук за спиной»				
95	Практика нестандартных фигур танца Вальс				
96	Повторение. «Правый и левый повороты» танца Медленный вальс				
97	Фигура «правый поворот» Венского вальса. Особенности парного исполнения		2		
98	Практика Венского вальса		2		
99	Перемещения по кругу в танце	1	1		

	Венский вальс.				
100	Практика Венского вальса		2		
101	Повторение танцев Фокстрот, Хастл				
102	Композиция из фигур танца Вальс	1	1		
103	Разучивание композиции фигур танца Вальс		2		
104	Разучивание композиции фигур танца Вальс		2		
105	Разучивание композиции фигур танца Вальс		2		
106	Разучивание композиции фигур танца Вальс		2		
107	Повторение всех танцев		2		
108	Итоговое занятие	1	1		
	Всего часов		216		

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методическое обеспечение.

Используемые технологии и формы занятия:

Здоровьесберегающая технология. Это технология, на работе которой построена сама программа. Музыкально-ритмические упражнения помимо, вполне определенного физического развития, выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную усталость и утомление, что даёт определённый терапевтический эффект.

Игровая технология. Данная технология в программе «Парный танец» является основополагающей в обучении, т.к. любое, особенно музыкально-танцевальное движение, если оно основано на образе – это активная творческая деятельность, направленная на выражение эмоционального содержания музыки.

Технология обучения в сотрудничестве. Это умение взаимодействовать и ориентироваться на партнера, группу, команду в групповых танцах и упражнениях. Это совместное творчество, по созданию и представлению продукта деятельности.

Технология личностно-ориентированного обучения. При использовании данной технологии выбор и использование в организации учебного процесса способов, приемов, темпов обучения, обусловлены индивидуальными особенностями учащихся.

Дидактический материал

- Аудиобиблиотека фонограмм по различным стилям и направлениям танцевальной музыки.
- Тестовые задания на определение уровня физической подготовленности занимающихся.
- Таблицы мониторинга.
- Подборка видеоматериалов, иллюстрирующие различные танцевальные стили.
- Видео-библиотека обучающих программ по фитнесу и танцам.
- Видеозаписи выступлений детей, ранее занимавшихся по данной программе.

Информационные источники

Список литературы для педагога

1. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г., Казакевич Н.В. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб: Детство-пресс, 2007.
2. Детский фитнес. Преподаватели Академии Фитнеса - Академия Фитнес, 2006
3. Буренина И.А., Методическое пособие «Танцевальная ритмика». Выпуск 1. Москва, 2005г.

4. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г., Казакевич Н.В. Ритмическая гимнастика: Методическое пособие. – СПб., 2001.
5. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: Детство-пресс, 2000.
6. Играем сначала. Гимнастика, ритмика, танец. Москва, 2007
7. Велитченко В.К., Физкультура без травм.– Москва: Просвещение, 1993 – (Библиотека учителя физической культуры)
8. Кряжева И.Л., Развитие эмоционального мира детей. Ярославль: Академия развития, 2006

Список литературы для детей

1. Веселые стихи: Сборник стихотворений. – СПб: Детская литература, 2001.
2. Драгунский В. По секрету всему свету. – СПб: Детская литература, 2001.

Интернет источники

1. <https://vk.com/impresariobooks>
2. <http://www.horeograf.com/knigi>
3. http://www.studmed.ru/burenina-ai-kommunikativnye-tancy-igry-dlya-detey_969bda36843.html
4. <http://www.ifrgufk.ru/files/images/85ae32299e056770e191271a9fff1995.pdf>
5. www.school-collection.edu.ru
6. <http://kindergenii.ru/HTMLs/schitalki.htm>
7. <https://vk.com/hiphoplib>

Контроль результативности обучения

Входной контроль. Проводится в начале учебного года, с целью выявления имеющихся знаний, умений и навыков, учащихся к началу обучения. На его основании составляется таблица *первичного мониторинга* по предметным результатам.

Текущий контроль. Осуществляется на протяжении всего периода обучения и включает в себя наблюдения педагога, беседы с учениками и их родителями.

Промежуточный контроль. Контроль в середине учебного года, когда проходят открытые занятия и различные предновогодние выступления. Его результаты заносятся в таблицу *промежуточного мониторинга* по предметным, метапредметным и личностным результатам.

Итоговый контроль. Проводится в конце учебного года по окончании программы. Его результаты, заносятся в таблицу *итогового мониторинга* по предметным, метапредметным и личностным результатам.

Форма таблицы указана в *Приложении 1*

Формы аттестации и контроля.

Способы и формы выявления результатов	Способы и формы фиксации результатов	Способы и формы предъявления результатов
Беседа, опрос, наблюдение, фестивали, конкурсы, соревнования, диагностика, самооценка учащихся, открытые и итоговые занятия, праздничные мероприятия, анализ результатов участия детей в мероприятиях, в социально-значимой деятельности	Грамоты, дипломы, тестирование, видеозапись / фото, отзывы (методиста, педагогов, родителей и детей), методические разработки, портфолио.	Конкурсы, фестивали, праздники, зачеты, открытые занятия, тесты, портфолио, видеозаписи

Параметры, по которым производится тестирование предметных результатов

- А – знание основных терминов, умение применять их на практике
- Б – физическое развитие
- В – ритмическое развитие
- Г – танцевально-двигательные умения и навыки
- Д – знание основ техники безопасности

Параметры, по которым производится тестирование личностных результатов:

- А – трудолюбие
- Б - уважительное отношение к другим
- В – познавательный интерес
- Г - осознание ценности здорового образа жизни
- Д – стремление к самореализации

Параметры, по которым производится тестирование метапредметных результатов:

- А – умение слушать и запоминать информацию
- Б – креативность
- В – способность к коллективному сотрудничеству
- Г – способность к самооценке и к самоконтролю
- Д - умение проводить коррекцию

Оценивание каждого параметра происходит по трехбальной шкале.

Сумма баллов	Оценка
5-7 баллов	Низкий уровень
8-12 баллов	Средний уровень
13-15 баллов	Высокий уровень

Критерий	Показатель - численное выражение какого либо критерия	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов	Методы диагностики
ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ				
А – знание основных терминов, умение применять их на практике	<i>Осмысленность и правильность использования специальной терминологии</i>	ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины	1	Собеседование, контрольное задание, опрос и др.
		сочетает специальную терминологию с бытовой	2	
		специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием	3	
Б – физическое развитие	<i>Уровень физического развития</i>	слабое физическое развитие, быстрая утомляемость, плохая координация	1	Наблюдение, контрольные нормативы
		нормальное физическое развитие для данного возраста	2	
		хорошее физическое развитие, хорошая координация	3	
В – ритмическое развитие	<i>Соответствие практических умений и навыков программным требованиям</i>	ритм не слышит или не понимает, что это	1	Наблюдение
		слышит и умеет выделить только сильные доли	2	
		хорошо слышит и умеет воспроизводить разнообразный ритм	3	
Г – танцевально-двигательные умения и навыки	<i>Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения</i>	овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков	1	Наблюдение, контрольные задания
		объем усвоенных умений и навыков составляет более ½	2	
		овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период	3	
Д – знание основ техники безопасности	<i>Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям</i>	овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой	1	Устный опрос
		объем усвоенных навыков составляет более ½	2	
		освоил практически весь объем навыков, предусмотренных программой за конкретный период	3	

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

А – умение слушать и запоминать информацию	<i>Адекватность восприятия информации, идущей от педагога</i>	испытывает серьезные затруднения в восприятии информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога	1	Наблюдение
		воспринимает основную информацию, идущую от педагога, но нуждается в контроле, не всегда внимателен	2	
		внимательно слушает педагога, полностью воспринимает его информацию	3	
Б – креативность	<i>Степень креативности</i>	ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	1	Наблюдение, контрольные задания
		выполняет в основном задания на основе образца	2	
		выполняет практические задания с элементами творчества – воплощение собственного замысла	3	
В – способность к коллективному сотрудничеству	<i>Умение воспринимать общие дела как свои собственные</i>	избегает участия в общих делах	1	Наблюдение
		участвует при побуждении извне	2	
		инициативен в общих делах	3	
Г – способность к самооценке и к самоконтролю	<i>Умение контролировать свои поступки. Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям</i>	постоянно действует под воздействием контроля извне, самооценка завышенная или заниженная	1	Наблюдение
		периодически контролирует себя сам, самооценка завышенная или заниженная.	2	
		постоянно контролирует себя сам самооценка адекватная	3	
Д - умение проводить коррекцию	<i>Умение анализировать свои действия</i>	не понимает, как исправлять неправильные действия, при указании на них педагогом	1	Наблюдение
		понимает, что и как надо исправить, после замечания педагога	2	
		может самостоятельно найти у себя и исправить ошибку	3	

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

А – трудолюбие	<i>Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени</i>	терпения хватает < чем на ½ занятия	1	Наблюдение
		терпения хватает > чем на ½ занятия	2	
		терпения хватает на все занятие	3	
Б - уважительное отношение к другим	<i>Способность активно побуждать себя к практическим действиям</i>	не обращает внимание на то, что говорят и как делают другие	1	Наблюдение
		обращает внимание, но не ценит слова и действия других	2	
		уважительно относится к мнению и действию других	3	
В – познавательный интерес	<i>Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы</i>	интерес к занятиям продиктован ребенку извне	1	наблюдение
		интерес периодически поддерживается самим ребенком	2	
		интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно	3	
Г - осознание ценности здорового образа жизни	<i>Степень понимания</i>	не осознает	1	Наблюдение, устный опрос
		осознает частично	2	
		осознает полностью	3	
Д –стремление к самореализации	<i>Степень настойчивости для достижения результата</i>	безразличен к своим результатам в освоении материала	1	Наблюдение
		периодически пытается добиться результата, но быстро остывает при неудаче	2	
		настойчив в получении результата	3	

Диагностика осуществляется в три этапа:

1. ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА осуществляется по предметным результатам

Цель — определение начального уровня подготовленности воспитанников.

2. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ ДИАГНОСТИКА (1 полугодие) осуществляется по предметным, метапредметным и личностным результатам

Цель — определить наличие и степень изменений уровня физических способностей и общих данных воспитанников.

3. ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА (2 полугодие) осуществляется по предметным, метапредметным и личностным результатам

Цель — определить наличие и степень изменений уровня физических способностей и общих данных воспитанников.

Таблица мониторинга результатов

Фамилия Имя	Предметные					Метапредметные					Личностные								
	А	Б	В	Г	Д	сумма	А	Б	В	Г	Д	сумма	А	Б	В	Г	Д	Сумма	

Предметные, метапредметные, личностные результаты

Количество учащихся	Оценка общая
	Низкий уровень
	Средний
	Высокий

УТВЕРЖДЕН
Приказом директора ГБОУ СОШ №464
Пушкинского района Санкт-Петербурга
от «__» _____ 20__ г. №_____
_____/ А.С. Теплякова

Календарный учебный график
реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Парный танец»
на _____ учебный год

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	10.09	31.05	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	01.09	31.05	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа