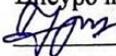


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1 С.МУГУР-АКСЫ**

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШУМО
Внеурочной деятельности
 Чыдым С.М./
Протокол № 1
от «28» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель ВР
 Лопсан Ш.В.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ СОШ №1
с. Мугур-Аксы
с. Мугур-Аксы
Домирова А.Б.
Приказ № 122
от «28» августа 2024 г.



**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Бальные танцы»**

**Направление: художественная деятельность
для учащихся 7-х классов
на 2024-2025 учебный год**

с.Мугур-Аксы – 2024г.

Пояснительная записка

Рабочая программа «Бальный танец» (далее – рабочая программа) является адаптированной, разработана на основе программы по хореографии для общеобразовательных школ «Бальный танец» для 7 класса, утвержденной Министерством образования 06.03.2001г. и отражает современные требования к обучению подготовки средней школы. Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живем, времена развития современной и массовой гиподинамии, когда ребенок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидения, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – все это приводит к недостатку двигательной активности ребенка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по-настоящему возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело» находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся. Определяющим фактором в системе сохранения и развития здоровья подрастающего поколения может стать валеологически обоснованный учебно-воспитательный процесс, в школе.

Необходимо создать условия для коррекции этих недостатков и обогащения запасов двигательных навыков детей, давая им специальные тренировочные упражнения. Предмет хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Данная рабочая программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта базового уровня и рассчитана на 34 учебных часа из расчета 1ч в неделю.

Форма организации образовательного процесса:

- групповые,
- подгрупповые,
- индивидуальные,
- репетиционные.

Преобладающими формами текущего контроля выступают зачетные занятия.

Для реализации рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий в себя:

- обучающие программы,
- дидактические и методические пособия
- упражнения в специальной литературе
- музыка на дисках, электронных носителях.

Средства обеспечения освоения программы: наличие видеотеки, телефильмы, фонотека.

Материально-техническое обеспечение программы:

зеркальный класс со станками.

музыкальный центр.

гимнастические коврики.

маты.

аудио, видео, теле аппаратура, компьютер.

Форма для занятий: у девочек гимнастический купальник, у мальчиков трико или шорты.

Цель программы обучения: Формирование творчески активной личности ребенка посредством приобщения к мировому и русскому хореографическому искусству.

Задачи:

Образовательные:

- Освоение танцевальных движений в стиле современной и бальной хореографии
- Накопление теоретических знаний и практических навыков по сочинению танца.
- Знакомство с профессиональными танцорами, разнообразием характеров, лексики, пластики и музыкально-ритмическим складом современной и бальной танцевальной музыки.

Развивающие :

- Развитие способностей воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное, творчески и самостоятельно действовать, приобщение к художественным ценностям.
- Развитие психических процессов: внимания, память, мышление, воображение, речь.
- Развитие ключевых компетентностей: умение думать, умение исследовать процессы движения каждой отдельной части тела и координировать движение всего тела, умение доводить дело до конца.

Воспитательные

- Формирование уважения к культуре и искусству разных народов мира,
- коммуникативные навыки, умения, способность работать в коллективе.

Календарно- тематическое планирование

| № п/ п | Тема занятия | Кол-во часов | 7 «а» | | 7 «в» | |
|--------------|--|-----------------|-------|------|-------|------|
| | | | план | факт | план | факт |
| 1 | Организационное занятие | 1 | | | | |
| 2 | Беседа о вальсе. История происхождения, музыкальный размер 3/4, направление движения, поклоны. | 1 | | | | |
| 3 | Основы бального танца. Основные танцевальные шаги. Постановка корпуса. Позиции ног, рук, головы. Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. | 1 | | | | |
| 4 | Практическая работа: освоение различных танцевальных позиций и упражнений для головы, туловища, рук и ног. | 1 | | | | |
| 5 | Понятие о координации движений, о позиции и положениях рук и ног. Бальный танец. | 1 | | | | |
| 6 | Позы бального танца. Основные шаги танца. Танцевальные элементы. Полуприседания и полное приседание. Подъем на полупальцы. Шаги по всем направлениям, в различных сочетаниях. | 2 | | | | |
| 7 | Основы бального танца. Ходы вальса: простой, основной. Элементы бального танца: укрепление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни. | 4 | | | | |
| 8 | Понятие об особенностях работы опорно-двигательного аппарата юного танцора. | 1 | | | | |
| 9 | Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета. | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|-------|--|--|--|--|
| 10 | Вальсовая дорожка вперед – назад. Разучивание | 2 | | | | |
| 11 | Балансе в сторону с поворотом - разучивание | 2 | | | | |
| 12 | Основы танца «Сударушка» | 8 | | | | |
| 13 | Танец «Падеграс» | 8 | | | | |
| 14 | Итоговое занятие. Повторение пройденного материала | 1 | | | | |
| | Всего: | 34 ч. | | | | |

Прогнозируемые результаты

К концу первого года обучения, обучающиеся должны **знать:**

- основы бального танца;
- свою танцевальную композицию;
- различать европейские и латиноамериканские танцы;
- как стоять в паре;
- как сделать поклон;
- как вести себя на занятии;
- как ориентироваться в пространстве танцевального зала.

уметь:

- сосредоточиться на необходимом объекте в любых условиях;
- одновременно выполнить несколько самостоятельных движений: головой, руками, ногами;
- держать правильную осанку;
- выполнить основные фигуры танцев;
- запомнить и повторить танцевальную композицию;
- определить на слух и правильно узнать сильную долю в

музыке;

- активно эмоционально реагировать на музыку;
- адаптироваться и общаться в коллективе;
- уважительно относиться друг к другу.

Условия реализации программы

Для эффективной деятельности по программе необходимы:

1. Помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям, обеспеченное тепло и электроснабжением в пределах общего режима здания, имеющее паркетный пол, зеркала, станок, хорошо проветриваемое, отвечающее акустическим требованиям для работы с музыкальной аппаратурой. Дополнительно для нормального функционирования коллектива необходимы помещения для раздевалок, а также комната отдыха педагогов с местом хранения аппаратуры, фонограмм, документации, других предметов и средств обучения, необходимых в работе.
2. Музыкальная аппаратура.
3. Таймер, секундомер.
4. Силуэты танцевальных пар, плакаты.
5. Одним из необходимых условий реализации программы является тесное взаимодействие с родителями воспитанников. Участие детей во всех концертах, соревнованиях происходит при помощи родителей. Пошив костюмов, проведение семейных мероприятий невозможно без участия родителей. Необходимы регулярные родительские собрания, постоянные беседы с родителями по разъяснению работы коллектива.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. А. А.Коваленко. Учебная программа по спортивным бальным танцам для культурно-досугового центра. Москва, 1995г.
2. Бальные танцы. Сб. Сост. А.Н.Беликова. Москва,1984г.
3. В.Н. Светинская, Л.А. Ладыгин. Современный бальный танец. Учебное пособие. Сост.А.Н. Беликова. Москва,1976г.
4. Дени Ги, Дассвиль Люк. Все танцы. Сокр. Пер. с фр. Г. Богдановой, Г. Ивченко. Киев, 1983г.
5. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. Имперское общество любителей танца. Лондон. Пер. Г. Елинек.
6. Пересмотренная техника стандартных танцев. Имперское общество любителей танца. Лондон. Пер. Г. Елинек.
7. С. Руднева, Э. Фиш. Музыкальное движение. Методическое пособие. Москва, 1972г.
8. Спортивно-танцевальная классификация фигур и вариаций по программам сложности. РГАФК, Москва, 1996г.
9. Ю. Е. Соколовский. Основы педагогики бальной хореографии. Учебное пособие. Москва, 1976г.
- 10.Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. [Текст]– Ростов н/Д: «Феникс», 2004.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Алекс Мур. Бальные танцы. Лондон. 9-е издание.
2. В. И. Уральская. Разрешите пригласить! Репертуарный сборник. Москва,1973г.
3. С. И. Гусев. Детские бытовые массовые танцы. Москва, 1985г.
4. Современный бальный танец. Под ред. В. М. Стриганова, В. И. Уральской. Москва, 1978г.
5. Т. Барышникова. Азбука хореографии. Айрис-пресс., 2001г.