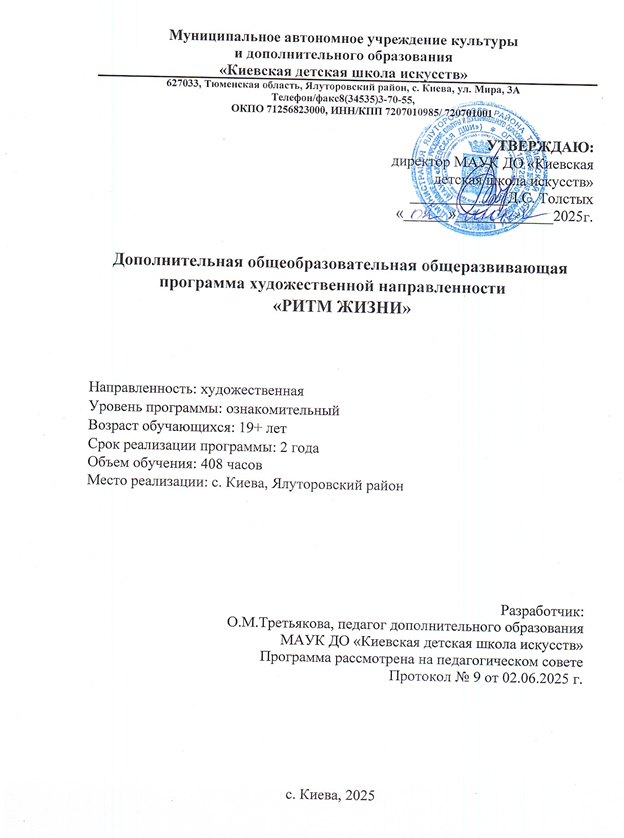
****

**Содержание**

1.Пояснительная записка

2.Учебный план

3.Содержание программы

4.Контрольно-оценочные средства

5.Условия реализации программы

6.Рабочая программа воспитания

7.Календарный план воспитательной работы

8.Календарный учебный график

9.Список литературы

10.Приложения

1. **Пояснительная записка**

Данная программа направлена на приобщение взрослых к миру танца. Бальный танец занимает особое место для полноценного эстетического совершенствования, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, учат понимать и создавать прекрасное, развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

**Нормативно-правовая основа программы**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Указ Президента России от 07 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

- Указ Президента РФ от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» // Статья VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Требования к организации образовательного процесса, таблица 6.6);

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Министерства просвещения России от 07.04.2021 № 06-433 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы));

- Распоряжение Правительства Тюменской области от 01.07.2022 №656-рп «О разработке и реализации региональной модели приема (зачисления) детей на обучение по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Устав муниципального автономного учреждения культуры и дополнительного образования «Киевская детская школа искусств»;

- Положение об единых требованиях к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам МАУК ДО «Киевская ДШИ» от 25.03.2016г.

**Актуальность**

Актуальность программыдиктуется потребностью времени – это здоровый образ жизни. Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма, возможность обрести подтянутое тело, не стареть и постоянно подзаряжаться неиссякаемой энергией.

Польза бальных танцев:

На занятиях прорабатываются практически все важные мышцы, оздоравливаются суставы. Особенно хорошо тренируется спина, вырабатывается привычка держаться ровно. Также у человека с годами создается красивая походка, он начинает двигаться ловко, легко и плавно. За счет общеукрепляющего эффекта, снижается предрасположенность к простудным заболеваниям.

Хорошую поддержку получает дыхательная система. Благодаря усиленному кровообращению, все органы получают больше кислорода. От занятий танцами улучшается координация, совершенствуется вестибулярный аппарат. Укрепляется сердечно-сосудистая система. Также замечено, что повышается выносливость и увеличивается трудоспособность. Если в танцах много сложно выполнимых элементов, то значительно развивается работа мозга, что приводит к снижению вероятности заболевания Альцгеймера. Танцы помогают отсрочить старение организма. Занятия благотворно влияют на психику. Активно вырабатываются гормоны счастья, поэтому поведение и настроение меняются в лучшую сторону.

Как правило, бальные танцы мало или средне подвижны, именно по этой причине при многих проблемах со здоровьем допускаются такие тренировки.

Программа занятий включает в себя знакомство с самыми популярными бальными танцами: русским лирическим, сударушкой, фигурным вальсом, блюзом, полькой, современные ритмы и многими др. Все перечисленные танцы можно полноценно исполнять не только в группе с партнером, но и сольно (линейно), что дает огромный творческий простор для желающих отрепетировать все движения вне стен кружка.

**Направленность программы -** художественная

**Категория обучающихся**

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 19+ лет. Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию.

**Срок реализации программы**

Программа рассчитана сроком на один год. Общая продолжительность образовательного процесса составляет 408 часов.

**Формы организации образовательной деятельности и режим занятий**

Форма проведения занятий – груповый занятия. Количество обучающихся в группах от 5 до 10 человек.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

Каждое занятие включает чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития обучающихся; получают информацию о бальных танцах, истории развития и традициях.

Как проходят занятия

- Разминка.

- Подготовительные упражнения изучаемого танца

- Повтор пройденных фигур, разбор одной-двух новых

- Исполнение учебной композиции танца

- Двукратное исполнение композиций уже выученных танцев.

* 1. Цель и задачи программы

**Цель:** формирование художественно-эстетической культуры обучающихся средствами бального танца

**Задачи:**

1. Обучающие:

- знакомство с историей и особенностями бального танца;

- знакомство с понятиями и терминологией;

- овладение основными движениями и фигурами бального танца;

- обучение основам музыкальной грамотности;

2. Развивающие:

- развитие общей культуры личности путём приобщения к хореографии бального танца;

- развитие двигательных, координационных и музыкальных данных;

- развитие воображения через умение сформировать танец на основе простейших танцевальных движений;

3. Воспитывающие:

-формирование коммуникативной культуры через знание и умение взаимодействовать с партнёрами на танцевальной площадке.

**Планируемые результаты освоения программы**

В завершении **первого года** обучения по программе будут знать

- владеть постановкой корпуса, в том числе во время исполнения танцевальных движений;

- уверенно знать позиции рук и ног в бальных танцах, а также положение рук, ног, корпуса в паре;

- уметь исполнять свои партии в изученных танцах;

- познакомятся с понятием о движении: по линии танца (против часовой стрелки), против линии танца (по часовой стрелке):

- научатся исполнять подготовительные и основные движения к танцам отечественной и европейской программ.

В завершении **второго года** обучения по программе будут знать

- уверенно чувствовать себя в паре, правильно держать руки, корпус в паре;

- научатся отличать танцы разных стилей;

- проучат основные исторические танцы, движения европейских и латиноамериканских танцев;

- иметь представление о развитии бальных танцев;

- смогут технически правильно исполнять танцевальные соединения.

- почувствуют музыкальный вкус и любовь к бальным танцам.

Что дают занятия:

- Понимание всех танцевальных движений

- Регулярная тренировка памяти

- Умение исполнять парные и сольные танцы разных стилей

- Хорошая физическая форма

- Занятия в кругу единомышленников.

**2. Учебный план**

**По дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**

**«Ритм жизни»**

**МАУК ДО «Киевская ДШИ»**

**Срок обучения -2 года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **N**  **п/п** | **Наименование предмета** | **Количество учебных часов** | | **Итоговая аттестация** |
| 1 год | 2 год |
| 1 | Основы движений бальных танцев | 6 часов | 6 часов | 2 год |
|  | **Всего** | 408 часов | |  |

1. **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1 год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Количество часов | | |
| теория | практика | всего |
| 1. | Вводное занятие. «Бальный танец» и мы. | 2 | - | 2 |
| 2. | Ритмика, элементы музыкальной грамоты. | - | 8 | 8 |
| 3. | Историко-бытовые и бальные танцы | - | 18 | 18 |
| 4. | Основы бального танца | - | 18 | 18 |
| 5. | Танцы европейской программы | - | 40 | 40 |
| 6. | Танцы латино-американской программы | - | 60 | 60 |
| 7. | Репетиционно-постановочная работа | - | 56 | 56 |
| 8. | Итоговое занятие | - | 2 | 2 |
| 9. | Итого | 2 | 202 | 204 |

**2 год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Количество часов | | |
| теория | практика | всего |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности | 2 | - | 2 |
| 2. | Ритмика, элементы музыкальной грамоты. | - | 6 | 6 |
| 3. | Историко-бытовые и бальные танцы | - | 30 | 30 |
| 4. | Танцы европейской программы | - | 44 | 44 |
| 5. | Танцы латино-американской программы | - | 60 | 60 |
| 6. | Репетиционно-постановочная работа | - | 60 | 60 |
| 7. | Итоговое занятие | - | 2 | 2 |
| 8. | Итого | 2 | 202 | 204 |

**3.1. Содержание программы 1 год обучения**

**Раздел 1. Вводное занятие.** «Бальный танец» и мы. Экскурсионное занятие. Коллективная форма работы. Сведения о технике безопасности. Понятие «Бальный танец». Освоение танцевального поклона (мальчики), реверанса (девочки). Культура поведения и общения в танцевальном зале, коллективе.

**Раздел 2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.**

2.1. Изучение основных позиций рук, ног. Практическое занятие. Коллективная форма работы. Основные позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3. Основные позиции ног в бальных танцах: 1, 2, 3, 6. Положения и движения рук, ног по позициям. Постановка корпуса. Направления на площадке. Основные ориентиры направления исполнителей лицом или спиной по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене и к центру, против линии танца.

2.2. Разучивание и отработка тренировочных упражнений. Что такое «азбука музыкального движения»? Практическое занятие. Коллективная форма работы. Правила выполнения тренировочных упражнений. Упражнения для рук (отведение рук вверх, вниз, в сторону, вращение кистей, предплечий, всей руки). Упражнения для мышц шеи (наклоны головы, повороты, вращательные движения головы). Упражнения для верхнего плечевого пояса (поднимание и опускание плеч, выдвижение вперед и назад, вращательные движения). Упражнения для корпуса

(повороты корпуса, наклоны, смещение верхней части корпуса вперед, назад, в сторону, вращательные движения). Упражнения для ног (шаги, приседание, подъемы на полупальцы, сгибание и отведение ноги, сгибание и выпрямление).

Элементы музыкальной грамоты: характер и темп музыки, музыкальный размер. Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Упражнения на развитие ритма (хлопки в различных ритмах, «проговаривание» ритма). Музыка и движение (подскоки, галоп, бег, шаги в различных ритмах и характерах (бодро, энергично, медленно)).

**Раздел 3. Историко-бытовые и бальные танцы:**

3.1. Знакомство с танцем «Полонез». Практическое занятие.

Коллективная форма работы. История возникновения танца «Полонез», стиль исполнения и этикет. Прослушивание и анализ танцевальной музыки. Характерные особенности музыки. Положение в паре и соединение рук. Разучивание шага полонеза (ритмичный и плавный шаг).

3.2. Изучение и отработка построений и перестроений в танце «Полонез». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Построение парами друг за другом (первая пара ведущая). Разучивание рисунка полонеза. Отработка построений и перестроений. Работа над четким исполнением шага и рисунком танца.

3.3. Знакомство с танцем «Па де грас». Практическое занятие. Коллективная форма работы. История происхождения танца «Па де грас». Стиль исполнения. Прослушивание и анализ танцевальной музыки. Положение в паре и соединение рук. Изучение и отработка основного шага в сторону и вперед.

3.4. Изучение и отработка основной композиции танца «Па де грас». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Разучивание основной композиции танца по одному и в парах. Отработка выученной композиции танца в парах.

3.5. Знакомство с танцем «Полька знакомств». Практическое занятие. Коллективная форма работы. Краткая характеристика танца «Полька знакомств», характерные черты исполнения танца. Прослушивание и анализ танцевальной музыки. Положение в паре, соединение рук. Подготовительные и основные движения (подскоки, галоп, хлопки).

3.6. Изучение и отработка танца «Полька знакомств». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Разучивание в парах композиции танца «Полька знакомств». Отработка выученной композиции в парах.

**Раздел 4. Основы бального танца.**

4.1. Знакомство с танцем «Ритмический фокстрот». Практическое занятие. Коллективная форма работы. Прослушивание и анализ музыки. Ритмические упражнения (хлопки на каждую четверть, на первую четверть, хлопки с паузой). Шаги и приставки под счет, музыку. Положение в паре, соединение рук.

4.2. Изучение композиции танца «Ритмический фокстрот». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Разучивание композиции танца по одному и в паре. Постановка корпуса, линии рук, ног в паре.

4.3. Отработка композиции танца в паре. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Отработка композиции танца в паре. Работа над техникой исполнения движений.

4.3. Знакомство с танцем «Сударушка». Практическое занятие. Коллективная форма работы. Характеристика танца (танец построен на народных движениях, бытующих на Урале). Авторская композиция, занимает 24 такта, композиция повторяется. Темп умеренный. Изучение и отработка подготовительных и основных движений: тройной ход, боковые шаги, шаг с ударом и шаг каблук.

4.5. Изучение композиции танца «Сударушка». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение движений основной (авторской) композиции танца по одному и в паре. Постановка корпуса, рук и ног в паре. Особенности исполнения танца.

4.6. Отработка композиции танца в паре. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Отработка движений рук, основной композиции танца по одному и в парах.

4.7. Изучение и отработка композиции танца «Модный рок» в парах. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Танец, основанный на новых музыкальных ритмах. Муз.размер 4/4, темп умеренный. Разучивание основной композиции танца «Модный рок» по одному и в парах.

**Раздел 5. Танцы европейской программы.**

5.1. Знакомство с танцем «Медленный вальс». Подготовительные движения к танцу «Медленный вальс». Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца.Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Ритмический рисунок танца. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Положение рук, ног, корпуса, головы в паре. Движения на развитие подъема и снижения. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Противодвижения корпуса. Степень поворота. Шаги (на месте, вперед и назад), перемена направлений шагов.

5.2. Изучение и отработка движений «малый квадрат», «большой квадрат». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение движений по одному и в паре. Работа стопы. Техника работы в паре.

5.3. Изучение и отработка движения «правый поворот». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение правого поворота по одному и в паре. Работа стопы. Понятие противодвижение корпуса. Совершенствование техники исполнения.

5.4. Положения в паре и соединение рук. Изучение танцевальной связки. Отработка танцевальной связки. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Постановка корпуса, рук, ног. Постановка положения в паре. Изучение танцевальной связки из выученных движений по одному и в паре. Отработка танцевальной связки по одному и в паре.

5.5. Знакомство с танцем «Танго». Основные и подготовительные движения. Техника исполнения шагов. Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца.Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Поворот головы. Отведение ноги вперед на каблук, назад на низкие полупальцы. Шаг-баланс вперед, назад. Шаги в сторону. Шаг по дуге. Левый квадрат (с поворотом головы), левый квадрат с поворотом.

5.6. Изучение и отработка движения левый поворот. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение движения по партиям (партнер, партнерша). Закрытый левый поворот, открытый левый поворот. Особенности работы корпуса.

5.7. Изучение и отработка движения поступательное звено, променад. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение движения по партиям (партнер, партнерша). Работа стопы, головы, корпуса.

5.8. Основные положения в паре и соединение рук. Изучение танцевальной связки. Отработка танцевальной связки. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Коллективная и групповая парная форма работы. Постановка корпуса, рук, ног. Постановка положения в паре (закрытое положение, замкнутая позиция рук; положение променада). Изучение танцевальной связки из выученных движений по одному и в паре. Отработка танцевальной связки по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

**Раздел 6. Танцы латиноамериканской программы.**

6.1. Знакомство с танцем «Ча-ча-ча». Основные и подготовительные движения к танцу. Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца.Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Ритмические упражнения. Особенности работы стопы.

Подготовительные движения – переходы на месте, вперед и назад, влево и вправо; шаги вперед и назад, сочетание шагов и переходов; открытое шассе; полуповороты. Движения рук.

6.2. Изучение основных движений танца «Ча-ча-ча». Положение в паре и соединение рук. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение основного хода по отдельности и в паре. Основные положения в паре (закрытое, полуоткрытое, открытое) и соединение рук.

Изучение и отработка движений Нью-Йорк, спот-поворот, рука к руке, соло-поворот Дамы. Изучение движений по одному и в паре. Работа рук, корпуса.

6.3. Изучение и отработка танцевальной связки. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Постановка корпуса, рук, ног. Постановка положения в паре. Изучение танцевальной связки из выученных движений по одному и в паре. Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие. Отработка танцевальной связки по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

6.4. Знакомство с танцем «Джайв». Основные и подготовительные движения к танцу. Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца.Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Ритмические упражнения. Подготовительные движения. Особенности работы стопы.

6.5. Изучение основных движений танца «Джайв». Практическое занятие. Коллективная форма работы. Изучение движений - основной ход, раскрытие, соло-поворот дамы по одному и в паре. Работа рук. Основные положения в паре и соединение

рук.

6.6. Разучивание и отработка комбинации из выученных движений. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы.

Разучивание и отработка комбинации из выученных движений по одному и в паре. Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие. Отработка танцевальной связки по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

Учебное занятие 6.7. Знакомство с танцем «Румба». Основные и подготовительные движения к танцу. Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца.Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Ритмические упражнения. Особенности работы стопы.

Подготовительные движения – переходы на месте, вперед и назад, влево и вправо; шаги вперед и назад, сочетание шагов и переходов; открытое шассе; полуповороты. Движения рук.

Учебное занятие 6.8. Изучение основных движений танца «Румба». Основные положения в паре и соединение рук. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение основного хода, раскрытие, соло-поворот. по отдельности и в паре. Основные положения в паре (закрытое, полуоткрытое, открытое) и соединение рук.

Учебное занятие 6.9. Разучивание и отработка комбинации из выученных движений. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение танцевальной связки из выученных движений по одному и в паре. Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие. Отработка танцевальной связки по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

Учебное занятие 6.10. Знакомство с танцем «Самба». Основные и подготовительные движения к танцу. Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Ритмические упражнения. Подготовительные движения (пружинящее движение по 6 позиции, пружинящее движение на шагах и приставках). Особенности работы стопы.

Учебное занятие 6.11*.* Изучение основных движений танца «Самба»: основной ход вперед, назад, поступательный ход, самба-ход на месте, вперед, боковой самба-ход, виск, соло-поворот Дам. Практическое занятие. Коллективная форма работы. Изучение движений по одному и в паре. Работа рук. Основные положения в паре и соединение рук.

Учебное занятие 6. 12. Разучивание и отработка комбинации из выученных движений. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение комбинации движений по одному и в паре.

Разучивание и отработка комбинации из выученных движений по одному и в паре. Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие. Отработка танцевальной связки по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

**Раздел 7. Репетиционно-постановочная работа.** Занятие-постановка. Коллективная и групповая парная форма работы. Подготовка концертного номера на основе одного из изученных танцев. Выбор музыкального сопровождения, движений. Разучивание и отработка композиции концертного номера. Работа над техникой исполнения, синхронностью.

**Раздел 8. Итоговое занятие.** Занятие-концерт. Исполняются танцы, изученные в данной программе.

**3.2. Содержание программы 2 год обучения**

**Раздел 1. Вводное занятие.** Инструктаж по технике безопасности

1.1. Инструктаж по ТБ. Экскурсионное занятие. Коллективная форма

работы. Обсуждение итогов прошлого учебного года. Ознакомление и расписанием занятий. Ответы на вопросы.

**Раздел 2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.**

2.1. Повторение основных позиций рук, ног. Направления на площадке, положения в паре. Практическое занятие. Коллективная форма работы. Основные позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3. Основные позиции ног в бальных танцах: 1, 2, 3, 6. Положения и движения рук, ног по позициям. Постановка корпуса. Повторение и закрепление понятий хореографии (линия, колонна, диагональ, круг, линия танца, 8 точек направлений, середина зала, партер, центр, интервал). Положения в паре – лицом друг к другу, спиной друг к другу рядом, лицом в противоположных направлениях, друг за другом.

2.2. Тренировочных упражнений. Что такое «азбука музыкального движения»? Практическое занятие. Коллективная форма работы. Правила выполнения тренировочных упражнений. Упражнения для рук (отведение рук вверх, вниз, в сторону, вращение кистей, предплечий, всей руки). Упражнения для мышц шеи (наклоны головы, повороты, вращательные движения головы). Упражнения для верхнего плечевого пояса (поднимание и опускание плеч, выдвижение вперед и назад, вращательные движения). Упражнения для корпуса (повороты корпуса, наклоны, смещение верхней части корпуса вперед, назад, в сторону, вращательные движения). Упражнения для ног (шаги, приседание, подъемы на полупальцы, сгибание и отведение ноги, сгибание и выпрямление). Элементы музыкальной грамоты: характер и темп музыки, музыкальный размер. Музыкальный звук, фраза, предложение и тема. Слабые и сильные доли, акценты, такт, ритм. Упражнения на развитие ритма (хлопки в различных ритмах, «проговаривание» ритма). Музыка и движение (подскоки, галоп, бег, шаги в различных ритмах и характерах (бодро, энергично, медленно)).

**Раздел 3. Историко-бытовые и бальные танцы:**

3.1. Знакомство с танцем «Вальс Гавот». Изучение и отработка движений первой части. Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца «Вальс-Гавот», стиль исполнения и этикет. Прослушивание и анализ танцевальной музыки. Характерные особенности музыки. Положение в паре и соединение рук. Подготовительные движения. Разучивание и отработка движений - шаг глиссад и шаг-купе, балансе-менуэт по одному и в паре.

3.2. Изучение и отработка движений второй части. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Разучивание и отработка движений – балансе, дорожка, связующее звено, вальсовый поворот по одному и в паре.

3.3. Изучение и отработка основной композиции танца «Вальс Гавот». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение и отработка композиции танца по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

3.4. Знакомство с танцем «Вальс-Миньон». Практическое занятие. Коллективная форма работы. История происхождения танца «Вальс-Миньон». Стиль исполнения. Прослушивание и анализ танцевальной музыки. Положение в паре и

соединение рук.

3.5. Изучение и отработка танца «Вальс-Миньон». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Разучивание основной композиции танца по одному. Положение в паре и соединение рук. Отработка выученной композиции танца в парах.

3.6. Знакомство с танцем «Русский лирический». Практическое занятие. Коллективная форма работы. Прослушивание и анализ музыки. Ритмические упражнения (хлопки на каждую четверть, на первую четверть, хлопки с паузой). Шаги и приставки под счет, музыку. Положение в паре, соединение рук.

3.7 Изучение и отработка композиции танца «Русский лирический». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Разучивание композиции танца по одному и в паре. Постановка корпуса, линии рук, ног в паре. Отработка композиции танца в паре. Работа над техникой исполнения движений.

3.8. Знакомство с танцем «Фигурный вальс». Изучение и отработка движений танца. Практическое занятие. Коллективная форма работы. Характеристика танца (основная композиция фигурного вальса в постановке С.Жукова. Состоит из 4-х фигур, занимает 32 такта. Темп умеренно быстрый). Изучение и отработка основных движений: балансе влево, вправо, балансе вперед, назад, смена мест партнеров. Изучение движений: соло поворот

девочек, дорожка по линии танца мальчиков. Повторение и отработка изученных движений по одному и в паре. Положение в паре и соединение и работа рук.

3.9. Вальсовая дорожка. Вальсовый поворот. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение и отработка движений: вальсовая дорожка, вальсовый поворот по одному и в паре.

3.10. Изучение и отработка композиции танца «Фигурный вальс». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Разучивание основной композиции танца Фигурный вальс по одному и в парах. Отработка движений рук, основной композиции танца в парах.

**Раздел 4. Танцы европейской программы.**

4.1. Знакомство с танцем «Венский вальс». Подготовительные движения к танцу «Венский вальс». Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца*.* Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Ритмический рисунок танца. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Движения на развитие подъема и снижения. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Степень поворота. Шаги (на месте, вперед и назад), перемена направлений шагов.Положение рук, ног, корпуса, головы в паре.

4.2. Изучение и отработка движения «правый поворот». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение движения по одному и в паре. Работа стопы. Техника работы в паре.

4.3. Положения в паре и соединение рук. Перемены открытая и закрытая. Левый поворот.Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Постановка корпуса, рук, ног. Постановка положения в паре. Изучение перемен (открытой, закрытой) по одному и в паре.

4.4. Изучение и отработка танцевальной связки. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение танцевальной связки по одному и в паре. Постановка корпуса и рук. Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие. Отработка танцевальной связки по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

4.5. Знакомство с танцем «Квикстеп». Основные и подготовительные движения Практическое занятие. Коллективная форма работы. История возникновения танца.Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы Отведение ноги вперед на каблук, назад на низкие полупальцы. Шаг-баланс вперед, назад. Левый квадрат, левый квадрат с поворотом. .

4.6. Изучение и отработка движений – четвертной поворот вправо, четвертной поворот влево. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение движения по партиям (партнер, партнерша). Особенности работы корпуса..

4.7. Изучение и отработка движений – поступательное шоссе, лок-степ. Положение в паре и соединение рук. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение движения по партиям (партнер, партнерша). Работа стопы, корпуса.

4.8. Изучение и отработка танцевальной связки. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Постановка корпуса, рук, ног. Постановка положения в паре. Изучение танцевальной связки из выученных движений по одному и в паре. Отработка танцевальной связки по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

**Раздел 5. Танцы латино-американской программы.**

5.1. Подготовительные движения к танцу «Румба». Продолжение изучения и отработка движений к танцу «Румба». Практическое занятие. Коллективная форма работы. Ритмические упражнения. Подготовительные движения – переходы на месте, вперед и назад, влево и вправо; шаги вперед и назад, сочетание шагов и переходов; открытое шассе; полуповороты. Движения рук. Изучение движений – кукарача, веер, клюшка, аида, плечом к плечу, правый полчок по отдельности и в паре. Положения в паре и соединение рук. Отработка движений по одному и в паре.

5.2. Изучение и отработка танцевальной связки. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Постановка корпуса, рук, ног. Постановка положения в паре. Изучение танцевальной связки из выученных движений по одному и в паре. Работа рук, корпуса. Отработка танцевальной связки по одному и в паре. Совершенствование техники исполнения.

5.3. Подготовительные движения к танцу «Самба». Продолжение изучения и отработка движений танца «Самба». Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Ритмические упражнения. Подготовительные движения (пружинящее движение по 6 позиции, пружинящее движение на шагах и приставках). Особенности работы стопы. Изучение движений – левый поворот, крисс-кросс, бото фога, вольта. Постановка корпуса, рук, ног.

5.4. Изучение и отработка комбинации из выученных движений. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение комбинации из выученных движений по одному и в паре. Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие. Отработка комбинации по одному и в паре. Работа рук, корпуса. Совершенствование техники исполнения.

5.5. Подготовительные движения к танцу «Ча-ча-ча». Продолжение изучения и отработка движений танца «Ча-ча-ча». Практическое занятие. Коллективная форма работы. Ритмические упражнения. Подготовительные движения – переходы на месте, вперед и назад, влево и вправо; шаги вперед и назад, сочетание шагов и переходов; открытое шассе; полуповороты. Движения рук. Изучение движений – веер, алемана, турецкое полотенце, хип-твисты по одному и в паре. Работа рук. Основные положения в паре и соединение рук. Отработка выученных движений по одному и в паре.

5.6. Изучение комбинации из выученных движений. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение комбинации движений по одному и в паре. Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие.

5.7. Отработка комбинации из выученных движений. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Отработка комбинации из выученных движений по одному и в паре. Работа рук, корпуса Совершенствование техники исполнения.

5.8. Подготовительные и основные движения к танцу «Джайв». Продолжение изучения и отработка движений танца «Джайв». Ритмические упражнения. Подготовительные движения – переходы на месте, вперед и назад, влево и вправо; шаги вперед и назад, сочетание шагов и переходов; открытое шассе; полуповороты. Движения рук. Изучение движений – перемена мест, стоп энд гоу, свивлы по одному и в паре. Работа рук. Основные положения в паре и соединение рук. Отработка выученных движений по одному и в паре.

5.9. Изучение комбинации из выученных движений. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Изучение комбинации движений по одному и в паре. Техника работы в паре. Взаимопонимание и взаимодействие.

5.10. Отработка комбинации из выученных движений. Практическое занятие. Коллективная и групповая парная форма работы. Отработка комбинации из

выученных движений по одному и в паре. Работа рук, корпуса Совершенствование техники исполнения.

**Раздел 6. Репетиционно-постановочная работа.** Занятие-постановка. Коллективная и групповая парная форма работы. Подготовка концертного номера на основе одного из изученных танцев. Выбор музыкального сопровождения, движений. Разучивание и отработка композиции концертного номера. Работа над техникой исполнения, синхронностью.

**Раздел 7. Итоговое занятие.** Занятие-концерт. Исполняются танцы, изученные в данной программе.

**4.Контрольно-оценочные средства**

При реализации программы проводится мониторинг качества воспитательной и образовательной работы. Для этого используются современные диагностики:

- наблюдение;

- беседа;

- сравнение и анализ выполняемых упражнений, танцев;

- итоговый анализ полученных умений и навыков за период обучения.

Проходят они в виде текущего или итогового контроля:

- концертные выступления.

Карта наблюдений развития по программе «Ритм жизни»

Ф.И.О. педагога \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, № группы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | ФИО обучающегося | Творческая деятельность | | | | Общее количество баллов |
| ритмичность | постанов-ка корпуса | эмоциональная выразительность | танце-вальная память |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Оценивается по 10-бальной системе:

минимальный уровень: 0-4 балла;

средний уровень: 5-8 баллов;

максимальный уровень: 9-10 баллов.

**5.Условия реализации программы**

Для организации учебно-воспитательного процесса необходимы следующие *условия:*

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

*материально-технические условия:*необходимо наличие специально оборудованного помещения – хореографического зала с деревянным полом, соответствующего санитарно-гигиеническим нормам. Класс должен быть оснащён зеркалами.

*Оборудование:*

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

- Записи фонограмм в режиме «+» и «-».

- Записи аудио, видео, формат CD, MP3.

Форма одежды воспитанников: тренировочные костюмы; специальная обувь - балетки или чешки.

***Организационно-дидактические:***

варьирование программы в зависимости от способностей и уровня развития воспитанников.

***Информационное обеспечение программы***

- учебно-методические пособия;

- инструкции по технике безопасности;

- видео, фотоматериалы, записи выступлений, концертов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название раздела (или образовательного модуля),** **темы учебного занятия** | **Обеспечение** |
| 1. | «Инструктаж по ТБ. «Бальный танец» и мы.» | Содержимое уголка безопасности (иллюстрации и схемы) |
| 2. | Ритмика, элементы музыкальной грамоты. | Оборудованный зал. Аудиоаппаратура, аудиозаписи (музыкальные, танцевальные). |
| 3. | Историко-бытовые и бальные танцы | Аудио- и видеоаппаратура, аудио- и видеозаписи (музыкальные, танцевальные), соответствующие теме занятия |
| 4. | Основы бального танца | Аудио- и видеоаппаратура, аудио- и видеозаписи (музыкальные, танцевальные), соответствующие теме занятия. |
| 5. | Репетиционно-постановочная работа. | Аудио- и видеоаппаратура, аудио- и видеозаписи (музыкальные, танцевальные), соответствующие теме занятия. |
| 6. | Итоговое занятие | Аудиоаппаратура и аудиозаписи. Костюмы. |

**6.Рабочая программа воспитания.**

**Цель воспитательной работы** – создание условий для развития личности обучающихся в коллективе.

**Задачи воспитания:**

* способствовать выявлению и раскрытию талантов у взрослой категории;
* воспитывать культуру поведения и общения;
* учитывать возрастные особенности так, чтобы они активно усваивали знания и активно овладевали новыми навыками и умениями;
* содействовать развитию коллективизма и созданию благоприятной обстановки в коллективе;
* Для реализации поставленных задач используются:
* открытые занятия;
* участие в конкурсах, фестивалях, концертах;

В разделе представлен план традиционных мероприятий, организуемых для обучающихся за рамками учебного плана для организации досуга, формирования ценностных ориентиров, профилактической работы, участия в конкурсной и концертной деятельности творческого коллектива. Сроки проведения мероприятий и условия участия в них конкретизируются непосредственно в течение учебного года.

**7. Календарный план воспитательной работы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Мероприятия организуемые для учащихся и их родителей** | **Массовые мероприятия различного уровня в которых обучающиеся могут принять участие** | **Конкурсные мероприятия** |
| Сентябрь | Беседа по профилактике экстремизма, информационная безопасность |  |  |
| Октябрь | Мероприятия, беседы по формированию здорового образа жизни «Интересно жить!». | «Осенний бал» -танцевальный вечер | Подготовка к фестивалю |
| Ноябрь | «День народного единства» |  | Фестиваль «Золото Сибири» |
| Декабрь | Беседы «Осторожно гололед!»;  Беседы по профилактике пожароопасных ситуаций в новогодние праздники и дорожно-транспортного травматизма в зимний период. | Праздничный вечер «Серебряная елка» | Подготовка танцевальных номеров к конкурсам-фестивалям |
| Январь | Беседа «Порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций» | Танцевальный вечер «Рождественские встречи» | Подготовка номеров к конкурсам-фестивалям |
| Февраль | Беседа «Профилактика вирусных инфекций в осенне-зимний период» |  | Подготовка номеров к конкурсам-фестивалям |
| Март | Мероприятия, беседы по формированию здорового образа жизни. | «Женский бал" - праздник к 8 марта | Областной фестиваль народного творчества им.Р.И. Мамонтова. Подготовка работ к выставкам и конкурса художественной направленности. |
| Апрель | Беседа «Безопасность наших детей, через ознакомление с правилами дорожного движения» | Отчетный концерт посвященный Международному Дню танца |  |
| Май | Беседы о здоровом образе жизни | Концертные номера к празднику «День Победы» |  |

**8. Календарный учебный график**

**1 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | месяц | Название раздела (или образовательного модуля), темы учебного занятия | Количество часов |
|  | сентябрь | Вводное занятие. «Бальный танец» и мы. | 2 |
| 2. | сентябрь | Изучение основных позиций рук, ног. Направления на площадке, положения в паре. | 4 |
| 3. | сентябрь | Разучивание и отработка тренировочных упражнений. Что такое «музыкальная азбука»? | 4 |
| 4. | сентябрь | Знакомство с танцем «Полонез». | 2 |
| 5. | сентябрь | Изучение и отработка построений и перестроений в танце «Полонез». | 4 |
| 6. |  | Знакомство с танцем «Па де грас». | 2 |
| 7. | октябрь | Изучение и отработка основной композиции танца «Па де грас». | 4 |
| 8. | октябрь | Знакомство с танцем «Полька знакомств». | 2 |
| 9. | октябрь | Изучение и отработка танца «Полька знакомств». | 4 |
| 10. | октябрь | Знакомство с танцем «Ритмический фокстрот». Изучение и отработка композиции танца «Ритмический фокстрот». | 6 |
| 11. | ноябрь | Знакомство с танцем «Сударушка». Изучение и отработка композиции танца «Сударушка». | 8 |
| 12. | ноябрь | Изучение и отработка композиции танца «Модный рок» в парах. | 4 |
| 13. | ноябрь | Знакомство с танцем «Медленный вальс». Подготовительные движения к танцу «Медленный вальс». Изучение и отработка движений «малый квадрат», «большой квадрат» | 6 |
| 14. | ноябрь | Изучение и отработка движения «правый поворот». Положение в паре и соединение рук. | 6 |
| 15. | ноябрь | Изучение и отработка танцевальной связки | 8 |
| 16. | декабрь | Знакомство с танцем «Танго». Основные и подготовительные движения. Техника исполнения шагов. | 6 |
| 17. | декабрь | Изучение и отработка движения левый поворот поступательное звено, променад. | 6 |
| 18. | декабрь | Основные положения в паре и соединение рук. Изучение и отработка танцевальной связки. | 8 |
| 19. | Декабрь  январь | Знакомство с танцем «Ча-ча-ча». Основные и подготовительные движения к танцу | 2 |
| 20. | январь | Изучение основных движений танца «Ча-ча-ча». Положение в паре и соединение рук. | 4 |
| 21. | январь | Изучение и отработка танцевальной связки. | 8 |
| 22. | январь | Знакомство с танцем «Джайв». Основные и подготовительные движения. | 4 |
| 23. | январь | Изучение основных движений танца «Джайв». | 4 |
| 24. | февраль | Разучивание и отработка комбинации из выученных движений. | 8 |
| 25. | февраль | Знакомство с танцем «Румба». Основные и подготовительные движения к танцу. | 4 |
| 26. | февраль | Изучение основных движений танца «Румба». | 4 |
| 27. | март | Разучивание и отработка комбинации из выученных движений. | 8 |
| 28. | март | Знакомство с танцем «Самба». Основные и подготовительные движения к танцу. | 2 |
| 29. | март | Изучение основных движений танца «Самба». | 4 |
| 30. | апрель | Разучивание и отработка комбинации из выученных движений. | 8 |
| 31. | Апрель-май | Репетиционно-постановочная работа | 56 |
| 32. |  |
| 33 |  |
| 34. | **май** | **Раздел 8. Итоговое занятие** | 2 |
|  |  | **Итого** | **204** |

**2 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | месяц | Название раздела (или образовательного модуля), темы учебного занятия | Количество часов |
| 1. | сентябрь | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 2 |
| 2. | сентябрь | Повторение основных позиций рук, ног. Направления на площадке, положения в паре. | 2 |
| 3. | сентябрь | Тренировочных упражнений. Что такое «азбука музыкального движения»? | 4 |
| 4. | сентябрь | Знакомство с танцем «Вальс Гавот». Изучение и отработка движений первой части. | 2 |
| 5. | сентябрь | Изучение и отработка движений второй части. | 4 |
| 6. | октябрь | Изучение и отработка основной композиции танца «Вальс Гавот». | 2 |
| 7. | октябрь | Знакомство с танцем «Вальс-Миньон. Изучение и отработка танца «Вальс-Миньон». | 4 |
| 8. | октябрь | Знакомство с танцем «Русский лирический». | 2 |
| 9. | октябрь | Изучение и отработка композиции танца «Русский лирический» | 4 |
| 10. | Октябрь-ноябрь | Знакомство с танцем «Фигурный вальс». Изучение и отработка движений танца. | 4 |
| 11. | ноябрь | Вальсовая дорожка. Вальсовый поворот. | 4 |
| 12. | ноябрь | Изучение и отработка композиции танца «Фигурный вальс». | 4 |
| 13. | ноябрь | Знакомство с танцем «Венский вальс». Подготовительные движения к танцу «Венский вальс». | 6 |
| 14. | ноябрь | Знакомство с танцем «Венский вальс». Подготовительные движения к танцу «Венский вальс». | 6 |
| 15. | ноябрь | Положения в паре и соединение рук. Перемены открытая и закрытая. Левый поворот. | 8 |
| 16. | декабрь | Изучение и отработка танцевальной связки | 6 |
| 17. | декабрь | Знакомство с танцем «Квикстеп». Основные и подготовительные движения | 6 |
| 18. | декабрь | Изучение и отработка движений – четвертной поворот вправо, четвертной поворот влево. | 4 |
| 19. | Декабрь  январь | Изучение и отработка движений – поступательное шоссе, лок-степ. Положение в паре и соединение рук. | 2 |
| 20. | январь | Изучение и отработка танцевальной связки. | 6 |
| 21. | январь | Подготовительные движения к танцу «Румба». Продолжение изучения и отработка движений к танцу «Румба». | 8 |
| 22. | январь | Изучение и отработка танцевальной связки. | 6 |
| 23. | январь | Подготовительные движения к танцу «Самба». Продолжение изучения и отработка движений танца «Самба». | 4 |
| 24. | февраль | Изучение и отработка комбинации из выученных движений. | 8 |
| 25. | февраль | Подготовительные движения к танцу «Ча-ча-ча». Продолжение изучения и отработка движений танца «Ча-ча-ча». | 4 |
| 26. | февраль | Изучение комбинации из выученных движений. | 4 |
| 27. | март | Отработка комбинации из выученных движений. | 8 |
| 28. | март | Подготовительные и основные движения к танцу «Джайв». Продолжение изучения и отработка движений танца «Джайв». | 4 |
| 29. | март | Изучение комбинации из выученных движений. | 6 |
| 30. | апрель | Отработка комбинации из выученных движений. | 8 |
| 31. | Апрель-май | Репетиционно-постановочная работа | 60 |
| 32. |  |
| 33. |  |
| 34. | **май** | **Раздел 8. Итоговое занятие** | 2 |
|  |  | **Итого** | **204** |

**9.Список литературы**

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии»; М.: Айрис Пресс, 2009 г.

2. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2010 г.

3. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2012 г.

4. Боттомер, Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. – М.: Эксмо, 2013 г.

5. Васильева Т. К. «Секрет танца»; С.-П.: Диамант, 2012г.

7. В ритме вальса. Метод. Пособие для руководителей коллективов бального танца. Сост. В.И.Уральская, Г.С.Гороховников. М., 2015 г. – 126с.

8. Г. Говард «Техника Европейского бального танца», «Артис», М. 2013 г.

9. Кауль Н. «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы». Ростов-на- Дону, «Феникс», 2014 г.

11. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание»; М.: Просвещение, 2010.

12. Реан А. А. и др. «Психология и педагогика», «Питер», 2014 г.

13. Стриганов Б., Уральская В. Современный бальный танец. – М.: ВНМЦ, 2011 г.

14. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу»; М., 2018 г.

15. Фирилева Ж.Е., Рябчиков А.И, Загрядская О.В. Ритмика в школе. Ростов – на- Дону «Феникс», 2014 г.

Интернет ресурсы:

1. Бальный танец в становлении личности: история и современность [Электронный ресурс].– Режим доступа.-(http://knowledge.allbest.ru/culture/2c0a65625a2ad78a4d53a88521216d37\_

1.html)

2. Все для хореографов и танцоров [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- <http://www.horeograf.com/>

3. Методы обучения бальным танцам [Электронный ресурс]. – Режим

доступа. - (http://book-science.ru/humanities/perfarts/metody-obuchenija-

bal-nym-tancam.html?page=5)

**10.Приложения.**

**Контрольно-измерительные материалы**

**ДООП «Ритм жизни»**

Ф.И. обучающегося \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Блок 1** – Тест

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Вопрос** | **Варианты ответов** |
| 1. | Определи позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп | а) 2  б) 5  в) 6 |
| 2. | Обведи вторую позицию рук | https://arhivurokov.ru/videouroki/html/2017/09/20/v_59c23ae7699a4/99694457_2.png |
| 3. | Где находится правая рука партнера в  паре? | а) На талии;  б) На плече;  в) На лопатке;  г) На руке. |
| 4. | Кто приглашает, первым подает руку и ведет в паре? | а) Педагог;  б) Партнер;  в) Партнерша;  г) Судья. |
| 5. | Какой счет характерен для танца Фигурный вальс? | а) раз, два, три;  б) три, четыре, пять;  в) медленно, медленно, быстро,  быстро;  г) раз и два. |

**Блок 2.** Перечислите движения, которые входят в танец Полька-знакомств? **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Блок 3.** Сочините и напишите свою вариацию танца Фигурный вальс.**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Механизм оценки:

1 Блок: правильный ответ на каждый вопрос -1 балл, максимум 5 баллов

2 Блок: правильный ответ вопрос -2 балла, максимум 2 балла

3 Блок: наиболее полный и правильный ответ– 3 балла, максимум 3 балла

Максимальное количество баллов – 10 баллов.

Приложение 2

**Диагностическая карта личностного развития обучающегося в процессе усвоения им дополнительной общеразвивающей программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатели | Критерии | Степень выраженности оцениваемого качества | оценка в баллах |
| **1. Организационно-волевые качества** | | | |
| 1. Терпение | Способность переносить допустимые по возрасту нагрузки в течение определенного времени | а) высокий уровень – терпения хватает на все занятие | 8-10  баллов |
| б) средний уровень – на большую часть занятия | 5-7  баллов |
| в) низкий уровень – менее чем на половину занятия | менее  5 баллов |
| 2. Воля | Способность активно побуждать себя к практическим действиям | а) высокий уровень – волевые усилия всегда побуждаются самим ребенком | 8-10  баллов |
| б) средний уровень – чаще самим ребенком, но иногда с помощью педагога | 5-7  баллов |
| в) низкий уровень - волевые усилия ребенка побуждаются извне | менее  5 баллов |
| 3. Самоконтроль | Умение контролировать свои поступки | а) высокий уровень – ребенок постоянно контролирует себя сам | 8-10  баллов |
| б) средний уровень – периодически контролирует себя сам | 5-7  баллов |
| в) низкий уровень – ребенок не контролирует себя самостоятельно | менее  5 баллов |
| **2. Ориентационные качества** | | | |
| 1. Самооценка | Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям | а) высокий уровень - нормальная | 8-10  баллов |
| б) средний уровень – заниженная | 5-7  баллов |
| в) низкий уровень - завышенная | менее  5 баллов |
| 2. Интерес к занятиям в объединении | Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы | а) высокий уровень – постоянно поддерживается ребенком самостоятельно | 8-10  баллов |
| б) средний уровень – периодически поддерживание самим ребенком | 5-7  баллов |
| в) низкий уровень – продиктован ребенку извне | менее  5 баллов |
| **3. Поведенческие качества** | | | |
| 1. конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия) | Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации | а) высокий уровень – пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты | 8-10  баллов |
| б) средний уровень – сам в конфликтах не участвует, старается их избежать | 5-7  баллов |
| в) низкий уровень – периодически провоцирует конфликты | менее  5 баллов |
| 2. Тип сотрудничества (отношение воспитанника к общим делам объединения) | Умение воспринимать общие дела как свои собственные | а) высокий уровень – инициативен в общих делах | 8-10  баллов |
| б) средний уровень – участвует при побуждении извне | 5-7  баллов |
| в) низкий уровень – избегает участия в общих делах | менее  5 баллов |
| Ключ: 70-56 высокий уровень; 55-35 средний уровень; 34-0 низкий уровень | | | |

**Карта фиксации результатов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Показатель  ФИО обучающегося | Организационно-волевые качества (кол-во баллов) | Ориентационные качества (кол-во баллов) | Поведенческие качества (кол-во баллов) | Уровень (высокий, средний, низкий) |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |