

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Липецкой области «Областная комплексная спортивная школа олимпийского
резерва» (ГБУ ДО ЛО «ОК СШОР»)

Программа принята
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «09» 01 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГБУ ДО ЛО «ОК СШОР»



А.В. Пронин
2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ПО ТАНЦЕВАЛЬНОМУ СПОРТУ
(с изменениями от 05.04.2023г., приказ ГБУ ДО ЛО «ОК СШОР» от
05.04.2023 г. № 46-ОД)

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации: 4 года

Возраст обучающихся: 6 - 14 лет

Составитель программы: старший инструктор-методист Цветкова Н.М.
инструктор-методист Беляев В.В.

Липецк, 2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

I	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
	Пояснительная записка	3
	Учебный план (по годам обучения)	9
	Содержание учебного плана (по годам обучения)	
	Первый год обучения	13
	Второй год обучения	15
	Третий год обучения	17
	Четвёртый год обучения	20
II	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	
1.	Обеспечение программы	27
2.	Методы обучения	28
3.	Формы организации деятельности детей на занятии	29
4.	Мониторинг образовательных результатов	29
5.	Воспитательная работа	30
III	ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	31
	ПРИЛОЖЕНИЯ	
	Приложение 1. Рабочая программа модуля «Музыкально-ритмическая деятельность». первого года обучения	33
	Приложение 2. Рабочая программа модуля «Музыкально-ритмическая деятельность». второго года обучения	35
	Приложение 3. Рабочая программа модуля «Музыкально-ритмическая деятельность». третьего года обучения	37
	Приложение 4. Рабочая программа модуля «Сценарий праздника «Посвящение в танцоры» - «Бал листопада»	38
	Приложение 5. Рабочая программа модуля «Система игр для эмоционального раскрепощения участников коллектива бального танца»	43
	Приложение 6. Рабочая программа воспитания	46

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Дисциплина «Спортивные бальные танцы» занимает важное место в системе художественно-эстетического и физкультурно-направленного образования. Является первой ступенью в хореографическом образовании. Её освоение способствует формированию общей культуры.

Личностные:

- формирование социальной роли учащихся;
- формирование положительного отношения к учению учащихся, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности. Занятия спортивными бальными танцами – предусматривают приобретение учащимися двигательных навыков, развитие координации, формирование осанки и физических данных, необходимых для занятий. Изучение средств музыкальной выразительности на основе танцевального движения, воспитание чувства ритма, музыкального слуха посредством ритмических упражнений и музыкальных игр. Предполагает изучение разноплановых танцев: образных, бальных, танцев в современных ритмах и массовых композиций, которые могут стать основой репертуара для сценической практики. Программа направлена на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Актуальность:

В наше время, когда большинство людей страдает от гиподинамии, заболеваний сердечно - сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, занятия спортивными бальными танцами особенно актуальны в детском возрасте. Занятия танцам учат учащихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. В данной образовательной программе (ОП) **актуально**, что занятия максимально приближены к местам проживания детей, то есть проводятся на спортивных площадках учебных учреждений, где они обучаются. Дети получают всестороннее физическое развитие, заняты в свободное время, имеют возможность становиться призерами и победителями различных соревнований.

Отличительные особенности программы. Новизна.

Серьезная, вдумчивая работа с детскими коллективами по обучению бальному танцу, следование методике обучения (использование как предыдущего опыта, так и освоение нового), правильный учёт возрастных

психологических особенностей позволяют выделить основную направленность в работе педагога: внимание сенсорному воспитанию, развитие музыкальности, танцевальной координации движений, умение ориентироваться в пространстве, формирование первоначальных танцевальных навыков и умений. Выбор методов и приёмов обучения зависит от типа коллектива, его задач, состава учащихся, их подготовленности, срока обучения, возрастных особенностей и целевых установок. Обучение бальному танцу – это всегда творческий процесс, в котором важную роль играют знания, умения и индивидуальные качества преподавателя.

Упор занятий современным бальным танцем делается не на растяжку и классическую постановку рук и ног, ловкость и уверенность в движениях, свободу и непринужденность, хотя все это также является важным в формировании осанки и фигуры ребенка, а как раз на те формы и методы воспитания подрастающего поколения, которые были приняты в дореволюционной России при обучении бальной хореографии, где главным было воспитание культуры общения между мальчиками и девочками, обучение детей нормам и правилам этикета.

Участие педагога и детей в семинарах-практикумах, мастер-классах, проводимых тренерами высшего класса мастерства, способствуют повышению профессионализма, дают положительный результат в решении возникающих проблем. Танец является эффективным средством организации досуга детей, культурной формой отдыха, выступает как средство массового общения людей, дает возможность содержательно провести время, познакомиться, подружиться.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ ФГОС, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого учащегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. На современном этапе развития российское общество осознало необходимость духовного и нравственно-эстетического возрождения России через усиление роли эстетического образования подрастающего поколения, что повлекло за собой повышение интереса к созданию и реализации программ, сориентированных на изучение культуры, истории и искусства, изучения народного творчества и охрану здоровья учащихся.

Новизна данной рабочей программы определена федеральным государственным стандартом общего образования. Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета.

2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.

3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.

4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией.

5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

В настоящее время спортивный бальный танец очень популярен в России и в мире. В спортивном танце нет определенного сценария, точного текста танцевальной партии, пошагового описания логического хода событийности. Композиция в спортивном танце не несет в себе практически никакого подтекста, не имеет какой-либо определенной сюжетной линии. Тренер, ставящий композицию паре, берет для себя несколько критериев: ряд последовательных фигур должен соответствовать уровню и классу пары; внимание уделяется так же соответствию физической и технической оснащенности пары со сложностью исполнения фигуры; небольшой уклон делается в сторону стильных примочек, музыкальности исполнения в зависимости от класса танцующих. Далее идет кропотливая каждодневная отработка с выходом на паркет.

Адресат программы: учащиеся в возрасте от 6 до 14 лет.

Объём и срок реализации программы

Режим занятий:

1 год от 3 раза в неделю по 1 час 30 мин (234 часа)

2 год от 3 раза в неделю по 1 час 30 мин (234 часа)

3 год от 3 раза в неделю по 1 час 30 мин (234 часа)

4 год от 3 раза в неделю по 1 час 30 мин (234 часа)

Цели программы:

Образовательная цель программы: приобщение учащихся ко всем видам танцевального искусства: от историко-бытового до современного танца.

Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических и духовных качеств: гармоничное телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и самоопределение учащихся.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих задач:

В области хореографии (обучающие):

- способствовать выражению собственных ощущений, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
- формировать умение понимать «язык» движений, их красоту;
- совершенствование психомоторных способностей, учащихся;

- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координирующих способностей;
- развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой;
- формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений.

В области воспитания (воспитательные):

- развитие творческих и созидательных способностей, учащихся;
- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности, расширение кругозора;
- формирования навыков самостоятельного выражения движений под музыку;
- развитие инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- содействовать гармоничному развитию творческой личности учащегося;
- развивать чувства гармонии, чувства ритма;
- совершенствовать нравственно-эстетические, духовные и физические потребности.

В области физической подготовки (развивающие):

- развивать гибкость, координацию движений;
- развивать психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- укреплять физическое и психологическое здоровье;
- развитие опорно-двигательного аппарата;
- формирование постановки корпуса и стопы;
- содействие развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно – сосудистой и нервной системы организма.

Условия реализации программы:

- *На 1 год обучения* принимаются дети после предварительного просмотра. Педагог определяет физические данные детей, пластичность, чувство ритма. Принимаются физически здоровые дети, имеющие допуск врача к занятиям хореографии

- *На 2 год обучения* переводятся дети, освоившие программу 1-го года обучения, а также могут быть приняты дети, обладающие танцевальными способностями и получившие хореографическую подготовку в аналогичных коллективах.

- *На 3 год обучения* переводятся дети, освоившие программу 2-го года обучения, а также могут быть приняты дети, имеющие достаточную подготовку в других коллективах (владеющие простыми танцевальными движениями, такими как веревочка, подскок, шаг с носка и т.д.).

- *На 4 год обучения* переводятся дети, освоившие программу 3-го года обучения

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах толерантности, уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- устанавливать значение ритмических упражнениями для удовлетворения потребности в движении, в общении со сверстниками, в повышении уровня физической подготовленности, эстетического развития, в формировании устойчивых мотивов самосовершенствования;
- формирование социальной роли учащегося для всестороннего развития личности;
- формирование положительного отношения к обучению.

Предметные результаты:

Познавательные УУД (универсальные учебные действия)

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы;
- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже изученного;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую (инструкция движения).

Регулятивные УУД

- волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- волевая саморегуляция, как способность к волевому усилию;
- учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения по образцу.

Коммуникативные УУД

- потребность в общении с тренером-преподавателем;
- умение слушать и вступать в диалог;
- потребность в общении с тренером-преподавателем;
- умение донести свою позицию до других.

Предметные результаты:

- учащиеся будут чувствовать и ценить красоту, стать социально-активной личностью, должны развить художественно-эстетический вкус, умение держаться на сцене, должны знать:
 - названия классических движений нового экзерсиса;
 - названия движений бального танца «Венский вальс»; «Ча-ча-ча»;

- особенности исполнения историко-бытового танца «Полонез», «Мазурка»;
 - особенности исполнения спортивно-акробатического танца «Рок-н-ролл»;
 - отличительные особенности исполнения греческого танца «Сиртаки»;
 - значение слов «легато», «стокато», ритм, акцент, темп;
 - новые направления и виды хореографии и музыки;
 - классические термины;
 - жанры музыкальных произведений.
- уметь:**
- определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
 - четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения;
 - самостоятельно придумывать движения, фигуры танцевальные перестроения;
 - создавать собственные танцевальные этюды, используя движения и элементы, выученные на уроках;
 - выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
 - контролировать и координировать своё тело;
 - сопереживать и чувствовать музыку.
 - исполнять движения бального танца: «Венский вальс», «Полонез», «Ча-ча-ча», «Джайв», «Самба», «Танго», «Твист»,
 - знать историю возникновения танцев: «Джайв», «Самба», «Танго», «Твист», «Рок-н-ролл»;
 - новые направления хореографии современный этюд;
 - виды и жанры хореографии;
 - историю создания танцев народов мира;
 - классические термины;
 - лучшие образы хореографического, музыкального искусства.
- уметь:**
- выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции;
 - контролировать и координировать своё тело;
 - сопереживать и чувствовать музыку;
 - грамотно исполнять бальный танец: «Джайв», «Самба», «Танго», «Твист»;
 - создавать собственные оригинальные композиции, используя не только элементы, выученные на уроках, но и применение собственных источников;
 - реализовать свои идеи в движении;
 - при работе в группе находить общий язык со всеми для выполнения творческих заданий, а так же уметь мобилизоваться для выполнения задания в определенном режиме, стиле;
 - выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
 - выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии, литературы, изобразительного искусства;
 - сопереживать, осуществлять взаимовыручку и взаимоподдержку.

Учебный план

№	Тематические курсы	1-й год обучения			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Общефизическая подготовка	1	14	15	Тестирование
2.	Специально-физическая подготовка	1	14	15	тестирование
2.	Музыкально-ритмическая деятельность.	12	32	44	Наблюдение
3.	Хореографические	8	52	60	Выступление
4.	Техническая подготовка по спортивным танцам	19	76	95	Тестирование
5.	Тестирование	1	4	5	тестирование
	ИТОГО:	42	192	234	

Учебный план

№	Тематические курсы	2-ой год обучения			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1.	Общефизическая подготовка	2	12	14	Тестирование
2.	Специально-физическая подготовка	2	12	14	тестирование
3.	Музыкально-ритмическая деятельность.	14	32	46	Наблюдение
4.	Хореографические	8	52	60	Выступление
5.	Техническая подготовка по спортивным танцам	19	76	95	Тестирование

6.	Тестирование	1	4	5	тестирование
	ИТОГО:	46	188	234	

Учебный план

	Тематические блоки	3-ий год обучения			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1.	Общефизическая подготовка	1	13	14	Тестирование
2.	Специально-физическая подготовка	1	13	14	тестирование
3.	Музыкально-ритмическая деятельность.	12	34	46	Наблюдение
4.	Хореографические	6	54	60	Выступление
5.	Техническая подготовка по спортивным танцам	13	82	95	Тестирование
6.	Тестирование	1	4	5	тестирование
	ИТОГО:	34	200	234	

	Тематические блоки	4-ый год обучения			Формы контроля
		теория	практика	всего	
1.	Общефизическая подготовка	-	14	14	Тестирование
2.	Специально-физическая подготовка	-	14	14	тестирование
3.	Музыкально-ритмическая деятельность.	10	36	46	Наблюдение
4.	Хореографические	5	55	60	Выступление
5.	Техническая подготовка по спортивным танцам	10	85	95	Тестирование
6.	Тестирование	1	4	5	тестирование
	ИТОГО:	26	208	234	

Содержание учебного плана первого года обучения:

Раздел 1. Введение. Техника безопасности.

Теория: базовый уровень подготовки. Режим занятий. Тренировочный костюм. Ознакомление с техникой безопасности и правилами санитарии.

Практика: узнаем друг друга, игра «круг знакомства».

Раздел 2. Специальная подготовка.

1. Физическая подготовка.

Теория: Общая и специальная физическая подготовка, их роль в танцевальном спорте. Начальные сведения по анатомии человека: плечевой, тазобедренный, коленный и голеностопный суставы.

Практика: Освоение комплекса упражнений ОФП: построение, переход на ходьбу, на бег и шаг; прыжки с акцентом вверх на двух ногах, с двух ног на одну; подскоки с одной ноги на другую с продвижением; подъем верхней части корпуса из положения лежа на спине; подвижные игры – «Пятнашки», «Убегайка по линиям»; эстафета с бегом, эстафета с прыжками.

Освоение комплекса упражнений СФП: медленные наклоны головы вперед, назад, в стороны; поднимание и опускание плеч, отведение назад и приведение вперед; наклоны верхней части корпуса вперед и в стороны; приседания; выполнение упражнений «ласточка», «кошка добрая» и «кошка злая»; подъемы на подушечки стоп и полупальцы.

1. Музыкальная подготовка.

Теория: понятия темпа, ритма и характера музыки.

Практика: слушание музыки, определение ее характера, темпа и ритма; выполнение упражнений на развитие чувства ритма.

1. Учебная хореография.

Теория: понятия: учебная хореография, экзерсис, баланс, изолированное движение, координация движения.

Практика: тренировка правильной осанки, баланса на определенных точках стопы, координации движений, гибкости. Выполнение изолированных дуговых и круговых движений, сгибания и разгибания во всех суставах.

1. Психологическая подготовка.

Теория: понятия: концентрация внимания, самопознание.

Практика: тренировка концентрации внимания на информации, психологического настроения на занятие. Игра «Я умею...». Беседа «Сегодня я узнал...».

Раздел 3. Техническая подготовка.

1. Технические основы танца.

Теория: понятия: линия движения, направление движения, открытая позиция, закрытая позиция, подъем и снижение, работающая нога, опорная нога.

Практика: тренировка правильного положения корпуса, головы, рук в открытой и закрытой позициях, работы стопы, подъемов и снижений, направлений движения.

1. Basic европейских танцев.

Теория: названия и техника исполнения базовых фигур.

Практика: разучивание базовых фигур. Медленный вальс: закрытые перемены вперед и назад, повороты по четвертям, закрытые перемены по линии танца, правый и левый повороты.

1. Basic латиноамериканских танцев.

Теория: названия и техника исполнения базовых фигур.

Практика: разбор и разучивание базовых фигур. Самба: основное движение (с ПН, с ЛН, поступательное, в стороны, наружное), самба-ход на месте и в сторону, самба виски влево и вправо. Ча-ча-ча: тайм-степ, основной шаг, лок-степ вперед и назад, Нью-Йорк. Джайв: основное движение на месте, основной шаг, лок вперед и назад.

Раздел 4. Спортивные танцы.

1. Европейские танцы.

Теория: своеобразие характера и темпа медленного вальса. Понятие «вариация».

Практика: прослушивание фрагментов музыки медленного вальса, определение характера музыки и движений, темпа. Сочетание фигур в связки и вариации. Постановочная работа.

1. Латиноамериканские танцы.

Теория: характер и темп музыкальной основы танцев самба, ча-ча-ча, джайв.

Практика: прослушивание музыки, определение названия танца, его характера и темпа. Построение связок, вариаций. Тренировка работы корпуса, рук, аккуратности движения. Постановочная работа.

Раздел 5. СММ, праздники. (по особому графику)

Практика: участие в спортивно-массовых мероприятиях, праздниках .

Практика: сдача норм по физической подготовке, участие во внутриклубных соревнованиях по спортивным танцам, представление портфолио.

Раздел 7. Закрытие танцевального сезона.

Практика: участие в отчетном концерте.

2 год обучения

Особенности организации образовательного процесса 2 года обучения:

Из двух групп первого года сформирована группа второго года обучения, большая часть процесса обучения направлена на сплочение коллектива.

Задачи 2 года обучения:

1. Способствовать развитию, укреплению психического и физического здоровья посредством танца.
2. Содействовать правильной постановке линии корпуса, рук и ног, формированию осанки и точному исполнению ритма.
3. Поддерживать увлечение занятиями музыкой и танцем.
4. Создавать условия для воспитания у детей сознательного отношения к предлагаемому учебному материалу и к самому занятию.
5. Содействовать формированию художественного и эстетического вкуса.
6. Развивать техническое мастерство, способность синхронно исполнять движения.
7. Научить свободно ориентироваться в музыке.
8. Способствовать сплоченности детского коллектива.
9. Обучить детей самоанализу и анализу исполнения танцевальных элементов другими детьми.

Содержание учебного плана второго года обучения:

Раздел 1. Введение. Техника безопасности.

Теория: цель и задачи обучения на учебный год. Модель поведения в клубе и на занятии. Ознакомление с техникой безопасности, правилами санитарии, режимом занятий.

Практика: игра «Передай движение».

Раздел 2. Специальная подготовка.

1. Физическая подготовка.

Теория: физические качества, необходимые в танцевальном спорте.

Практика: выполнение упражнений первого года обучения, челночный бег, прыжки в длину с места, вращение плечевого сустава, круговые вращения бедер, вращения стоп, «велосипед», прыжки с двух ног с разворотом на 90 градусов, отведение рук из вертикального положения назад, растяжение и проработка пальцев рук, открытия рук по позициям.

1. Музыкальная подготовка.

Теория: динамические оттенки музыки.

Практика: тренировка восприятия и исполнения ритма передачи динамических оттенков музыки в движение.

1. Учебная хореография.

Теория: понятия: симметричные и несимметричные, совмещенные, многосуставные движения.

Практика: тренировка совмещений, выполнения многосуставных движений, умения концентрироваться и расслабляться, сокращать и растягивать мышцы, сохранять равновесие в танцевальных позах и фигурах, двигаться в разных темпах и ритмах.

1. Психологическая подготовка.

Теория: понятия: расслабление, отдых.

Практика: тренировка внимания, умения сосредоточивать внимание на работе, которую выполняет тело, концентрировать свои возможности для ее выполнения, расслаблять мышцы во время отдыха. Беседы по итогам самонаблюдения: «Было трудно...», «Мне удалось...».

Раздел 3. Техническая подготовка.

1. Технические основы танца.

Теория: понятия: вес, работа ног, контакт в паре, ведущий, ведомый.

Практика: тренировка наступания весом на паркет (ST, LA), спусков и подъемов на опорной ноге (ST), точных наступаний на паркет в музыкальный ритм (LA). Упражнения на сохранение контакта в паре.

1. Basic европейских танцев.

Теория: названия и техника исполнения базовых фигур, променадная позиция (ПП).

Практика: разучивание базовых фигур. Медленный вальс: правый спин-поворот, плетение, проходящая перемена назад, шассе из ПП, виск. Квикстеп: четвертные повороты вправо и влево, правый поворот, поступательное шассе, лок вперед.

1. Basic латиноамериканских танцев.

Теория: названия и техника исполнения базовых фигур. Понятие «синхронность».

Практика: разучивание базовых фигур. Самба: натуральный поворот, променадный самба-ход, боковой самба-ход, левый поворот. Ча-ча-ча: основное движение в открытой и закрытой позициях, поворот на месте влево и вправо, спот поворот, раскрытие вправо. Джайв: холлэвей-рок, смена мест справа налево и слева направо, смена рук за спиной. Тренировка правильности, четкости и аккуратности исполнения фигур.

Раздел 4. Спортивные танцы.

1. Европейские танцы.

Теория: истоки танцев медленный вальс и квикстеп. Характер музыкальной основы и темп исполнения танца квикстеп. Принцип непрерывного движения.

Практика: прослушивание фрагментов музыки квикстепа, определение характера музыки и движений, темпа. Сочетание фигур в связки и вариации.

Постановочная работа. Тренировка четкости, техничности, музыкальности исполнения танцев, непрерывности движения.

1. Латиноамериканские танцы.

Теория: латинские традиции в танцах самба, ча-ча-ча и джайв. Понятие «чистота» движения».

Практика: просмотр видеозаписей, анализ пластических особенностей танцев. Разучивание связок, вариаций. Постановочная работа. Тренировка техники исполнения, «чистоты», синхронности движения партнеров.

Раздел 5. СММ, праздники. (по особому графику)

Практика: участие в спортивно-массовых мероприятиях, праздниках ТСК «Астра», клуба «Радуга», МБУ ДО «ЦВР «Социум».

Раздел 6. Аттестация.

Практика: сдача норм по физической подготовке, участие во внутриклубных соревнованиях по спортивным танцам, представление портфолио.

Раздел 7. Закрытие танцевального сезона.

Практика: участие в отчетном концерте.

Ожидаемые результаты обучения

К концу у детей складывается определенный ритм жизни от регулярности посещаемых занятий, обучающиеся своевременно реагируют на слова педагога, имеют определенные навыки постановки в паре и выполнения парных элементов и движений. Могут артистично двигаться, исполнять хореографические этюды, различать особенности медленных и быстрых танцев, могут слышать и понимать значения вступительных и заключительных аккордов в упражнениях. У детей появляется чувство коллективизма, ребята сплачиваются и чувствуют себя единым целым.

3 год обучения

Особенности организации образовательного процесса 3 года обучения:

В связи с неравнозначным количеством мальчиков и девочек в данной группе, упор производится на работу в ансамбле и имеет место индивидуальные занятия с парами.

Задачи 3 года обучения:

1. Научить чувствовать эмоциональное содержание музыки и выражать его в танце.
2. Способствовать развитию актерского мастерства.
3. Совершенствовать исполнительское мастерство детей.
4. Развивать умение показать и научить друг друга преподаваемому педагогом материалу.
5. Не допускать конфликтов в паре, научить находить компромиссы.

6. Тесно взаимодействовать с родителями в решении трудных ситуаций, возникающих из психологических и физиологических особенностей детей данного возраста. (работа с родителями)

Содержание учебного плана третьего года обучения:

Раздел 1. Введение. Техника безопасности.

Теория: понятия: личная безопасность, безопасность окружающих. Инструктаж по ТБ и правилам санитарии. Знакомство с расписанием занятий, целями и задачами на учебный год.

Раздел 2. Специальная подготовка.

1. Физическая подготовка.

Теория: понятие ЗОЖ. Значение режима дня, сна и утренней гимнастики. Вредные привычки, их влияние на организм.

Практика: упражнения второго года обучения, махи руками поочередно, стоя на месте и в движении, сгибания и разгибания рук (упражнения с набивными мячами, гантелями), вращение плечевого сустава, смещение грудной клетки вперед, назад и в стороны, сгибание ног в тазобедренных суставах, приседания на одной ноге, «ножницы», упражнения по системе стретчинга.

1. Музыкальная подготовка

Теория: понятия: чувство музыки, сильная и слабая доли.

Практика: выделение сильной доли, выполнение упражнений на развитие чувства музыки, образно-ассоциативного мышления. Этюд «Танцую так, как подсказывает мне музыка».

1. Учебная хореография

Теория: понятия: пластика, амплитуда, мышечная память. Мышцы – язык танцора.

Практика: упражнения на укрепление мышечного корсета, развитие мышечной памяти, увеличение амплитуды растяжения мышц. Развитие гибкости, согласованности двигательных действий, балансировку устойчивости во время движения, выработку эластичности стопы.

1. Психологическая подготовка

Теория: понятие «спортивный характер», волевые черты характера.

Практика: психологический настрой обучающегося на работу над собой и в паре, добросовестное отношение к качеству исполнения тренировочных заданий. Преодоление дополнительных трудностей, создаваемых педагогом в процессе занятия. Обсуждение результатов самонаблюдения: «Теперь я могу...».

1. Основы эстетической культуры

Теория: правильное понимание эстетики движения. Правила танцевального этикета.

Практика: беседа «от чего зависит красота движения?». Просмотр видеофрагментов, определение характера исполняемых движений, четкости исполнения, «чистоты» с точки зрения ритма.

Раздел 3. Техническая подготовка.

1. Технические основы танца

Теория: понятия: баланс, двигательная культура, ведение.

Практика: выстраивание позиции в соло и в паре, тренировка ведения в паре и ориентации на площадке, работа над постановкой баланса, сохранением статического и динамического равновесия.

1. Basic европейских танцев.

Теория: названия и техника исполнения базовых фигур, променадная позиция (ПП).

Практика: разбор и разучивание базовых фигур. Медленный вальс: поступательное шассе вправо, плетение из ПП. Венский вальс: правый поворот. Квикстеп: правый поворот с хэзитейшн, поступательное шассе вправо, VI-6. Работа над техникой исполнения.

1. Basic латиноамериканских танцев.

Теория: названия и техника исполнения базовых фигур.

Практика: разбор и разучивание базовых фигур. Самба: бота фога в продвижении вперед и назад, бота фога в променад, вольта в продвижении вправо и влево в закрытой позиции. Ча-ча-ча: поворот под рукой, плечо к плечу, 3 ча-ча-ча. Джайв: американский спин, хлыст, променадный ход (шаги). Работа над техникой и культурой исполнения фигур.

Раздел 4. Спортивные танцы.

1. Европейские танцы.

Теория: национальные истоки, характер и темп исполнения танца венский вальс.

Практика: тренировка удержания правильной стойки во всех фигурах исполняемых вариаций. Постановочная работа.

1. Латиноамериканские танцы.

Теория: принцип растяжения собственного тела к верхним и нижним конечностям.

Практика: анализ пластических особенностей латиноамериканских танцев. Постановочная работа. Тренировка ритма, синхронности движения в паре, работы стоп, коленей, корпуса и рук.

Раздел 5. СММ, праздники. (по особому графику)

Теория: культура поведения на массовых мероприятиях.

Практика: участие в спортивно-массовых мероприятиях, праздниках ТСК «Астра», клуба «Радуга», МБУ ДО «ЦВР «Социум».

Раздел 6. Аттестация.

Практика: сдача норм по физической подготовке, участие во внутриклубных соревнованиях по спортивным танцам, представление портфолио. Обсуждение результатов. Самооценка и оценка выступлений других участников соревнований.

Раздел 7. Закрытие танцевального сезона.

Практика: участие в отчетном концерте.

Ожидаемые результаты 3 года обучения:

К концу обучения этого периода ребята свободно владеют корпусом, движением рук, головы, повышают культуру выразительного, артистического

исполнения танцев, этюдов, комбинаций. Дети свободно ориентируются в музыке, исполняя выученные движения, связки под незнакомую музыку, начинают и заканчивают движения, точно укладываясь в музыкальную фразу. Дети обретают уверенность в себе и своих силах. Мирным путем решают возникающие конфликты.

4 год обучения

Особенности организации образовательного процесса 4 года обучения:

Пары, ставшие победителями соревнований Федерации Танцевального Спорта Санкт-Петербурга, требуют индивидуальный подход для достижения высоких результатов.

Задачи 4 года обучения:

1. Способствовать развитию художественно- творческих способностей детей.
2. Совершенствовать умения свободно импровизировать в хореографических постановках.
3. Ориентация на успех. Мотивация на достижение
4. Содействовать развитию профессионального интереса, подготовке к поступлению в специальные учебные заведения.

Содержание учебного плана четвертого года обучения:

Раздел 1. Введение. Техника безопасности.

Теория: информация о задачах обучения. Знакомство с планом СММ, внутриклубных соревнований и культурных мероприятий. Инструктаж по технике безопасности и противопожарной защите, соблюдении правил санитарии.

Раздел 2. Специальная подготовка.

1. Физическая подготовка

Практика: упражнения третьего года обучения, кросс – прыжки с двух ног – pas sauté и на одной ноге поочередно, прыжки с разворотом на 90, 180 градусов. Постепенное увеличение амплитуды отдельных движений. Сгибания, разгибания и дуговые движения во всех суставах тела, круговые вращения. Акцент на развитие выносливости, гибкости, сильных ног, силовой выносливости брюшного пресса, растяжки боковых мышц тела, голени и голеностопных суставов, проработку внутренней поверхности бедра, увеличение амплитуды растяжения мышц и скорости их перехода из одного состояния в другое, скорости реакции.

1. Учебная хореография

Теория: значение учебной хореографии для здоровья обучающегося, развития эстетической составляющей его исполнительства.

Практика: тренировка пластики и статики позвоночника, гибкости и координации движений. Партерный экзерсис.

1. Музыкальная подготовка

Теория: понятия: сильная и слабая доли. Сочетание синкопированных и не синкопированных ритмов.

Практика: слушание музыки. Выделение сильной доли, прохлопывание или протопывание ног. Анализ музыки, обсуждение образных ассоциаций.

1. Актерское мастерство

Теория: артистизм исполнителя. Актерские способности.

Практика: тренировка наблюдательности, внимания, умения видеть в жизни и ощущать в музыке пластические мотивы, запоминать и передавать их языком тела. Импровизационно-творческие задания, развивающие эмоционально-образное восприятие музыки, воображение и творческую фантазию.

1. Основы эстетической культуры

Теория: «о чем свидетельствует красота движений?», «от чего она зависит?». Правильное понимание красоты движений.

Практика: упражнения на развитие связи между движением и внутренним состоянием человека. Тренировка эстетической оценки танцевальных движений своих и товарищей.

1. Психологическая подготовка

Теория: рекомендации по правильной подготовке к предстоящему соревнованию. Понятия: чувство и эмоция.

Практика: выполнение упражнений на концентрацию и расслабление. Психологический настрой на занятие, участие в соревновании, концерте. Распознавание своих чувств и эмоций. Игра «на что похоже настроение».

Раздел 3. Произвольная программа.

1. Диско-танцы

Теория: понятия свободной и авторской композиций.

Практика: освоение техники исполнения боковых движений, шагов в сторону с приставкой и пружинкой в коленях, дорожки с хлопками, треугольника, движений грудной клетки, хореографии рук. Разучивание авторской композиции в стиле «Hip-hop».

1. Бальные танцы

Теория: изящный танец XVIII века, парадный танец аристократических балов. История возникновения танца «полонез».

Практика: анализ характера, темпа, музыкальной основы. Разучивание танца. Работа над техникой, музыкальностью и манерой исполнения.

Раздел 4. Техническая подготовка.

1. Basic европейских танцев.

Теория: понятия: ведение и взаимодействие в паре, контакт, геометрия танцевальной фигуры. Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения.

Практика: разучивание базовых фигур, тренировка баланса во время движения пары, основные шаги в контакте от бедра до диафрагмы, разбор правого поворота (Венский вальс). Работа над техникой и «чистотой» их исполнения.

1. Basic латиноамериканских танцев.

Теория: характер, темп и ритм каждого танца. Стойка в ЛА. Приемы ведения и взаимодействия в паре. Понятие «баунс». Позиция «веер», променадная позиция. Общение партнеров во время танца.

Практика: разбор способов скрепления рук. Разучивание базовых фигур. Работа над техникой их исполнения.

Раздел 5. Спортивные танцы.

1. Европейские танцы.

Теория: танцы европейской программы. Понятия спортивной основы конкурсной вариации, «чистоты» движений.

Практика: работа над формой пары, танцевальной техникой, четкостью и «чистотой» движений с точки зрения ритма при исполнении программных танцев.

1. Латиноамериканские танцы.

Теория: понятие синхронности в паре. Возможность смены ритмического исполнения каждой фигуры в зависимости от положения в связке.

Практика: работа над техникой исполнения вариаций, их правильным расположением на паркете, «чистотой» и динамикой движений, синхронностью и аккуратностью движения партнеров.

Раздел 6. Концертная программа.

Теория: значение участия в постановке концертной программы.

Практика: анализ характера и темпа музыки, работа над техникой, музыкальностью и эмоциональностью исполнения танцевальной композиции.

Раздел 7. СММ, соревнования, концерты. (по особому графику)

Практика: участие в спортивно-массовых мероприятиях, внутриклубных соревнованиях, праздниках танца, концертах, отчетных выступлениях на праздниках ТСК.

Раздел 8. Итоговая аттестация обучающихся.

Практика: сдача норм по физической подготовке, собеседование, тестирование, внутриклубные соревнования.

Раздел 9. Закрытие танцевального сезона.

Практика: участие в отчетном концерте.

Ожидаемые результаты 4 года обучения:

Ребята имеют навык постановки элементарных хореографических постановок (проявляется свобода творчества). Свободно импровизируют под музыку в случае неловкой ситуации на занятиях или сценических площадках во время танца (избежание травм при поддержках, избежание столкновений во время активных перестроений в незнакомом или небольшом по площади помещении). Активно проявляют актерское мастерство в хореографических постановках. Повышается активность участия в конкурсах, растет результативность участия на мероприятиях различного уровня, как в личном, так и коллективном зачете. Обладают элементарными навыками преподавания, учат друг друга, а также работают с младшими участниками коллектива при замене педагога по его просьбе.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ПРОГРАММЫ

Программой предусмотрена организация образовательного процесса в течение 52 недель учебного года. Начало обучения - 1 сентября; окончание обучения - 31 августа.

Режим занятий. Количество часов в неделю – 4,5 ч. Учебно-тренировочные занятия проводятся три раза в неделю по 1,5 ч занятия в день.

Сроки проведения промежуточной (итоговой) аттестации - май.

Занятия проводятся строго по расписанию, все дни и недели (каникулярное время), кроме государственных праздников.

Критерии оценок (Приложение №1)

Приложение №1

№	Критерии оценок Ф.И. ребенка	Темп и основной ритм			Линии корпуса (линии спины, бедер, головы, шеи)			Правильность исполнения движений			Техника исполнения			Артистизм (эмоциональность, характер)		
		Нач. контр	Пром. контр	Итог. контр.	Нач. контр	Пром. контр	Итог. контр.	Нач. контр	Пром. контр	Итог. контр.	Нач. контр	Пром. контр	Итог. контр.	Нач. контр	Пром. контр	Итог. контр.
1.																
2.																
3.																
4.																
5.																
6.																
7.																
8.																
9.																
10.																
11.																
12.																

Используется 3 балльная система оценивания:

№	Критерии, параметры	Степень выраженности	Количество баллов
1.	Темп и основной ритм - музыкальность	- Самостоятельное, точное исполнение движений соответственно музыки, точное начало и окончание движений согласно музыкальной фразе. Четкое следование ритмическому рисунку танца.	3
		- Самостоятельное, но иногда неточное попадание в музыку.	2
		- Слабое или отсутствие музыкального слуха, смещение темпа и ритма исполняемого танца. «Не дружит с музыкой».	1
2.	Линии корпуса (линии рук, спины, плеч, бедер, ног, головы, шеи)	- Правильная постановка корпуса и положение в паре на протяжении всей танцевальной композиции.	3
		-Допущение неточностей и ошибок при постановке корпуса и положении в паре.	2
		-Отсутствие правильной постановки корпуса и положения в паре.	1

3.	Правильность исполнения движений	<p>-Точное выполнение последовательности движений в комбинации или заданных фигур.</p> <p>-Выполняет действия самостоятельно, но допускает ошибки и неточности.</p> <p>-Слабо ориентируется, действует по показу педагога или, глядя на товарищей.</p>	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>
4.	Техника исполнения (свинг, равновесие, подъемы, опускания)	<p>-Высокое качество исполнения движений, согласно характеру танца, темпа и ритма.</p> <p>-Недостаточно точное и правильное исполнение танцевальных движений.</p> <p>-Отсутствие заданных правил при исполнении движений.</p>	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>
5.	Артистизм (эмоциональность, характер)	<p>-Точная передача характера танца с помощью мимики, жестов, поз.</p> <p>-Недостаточно яркое и выразительное исполнение движений и постановок.</p> <p>-Исполнение танцевальных движений и постановок без эмоциональной окраски.</p>	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>

1. Обеспечение программы:

Для реализации образовательной программы необходимо наличие методического и материально-технического обеспечения, а также заручиться поддержкой родителей творческого процесса.

Перед началом процесса обучения и воспитания необходимо провести родительское собрание, объяснить родителям для чего нужны данные занятия, каких результатов должны добиться дети за весь курс дополнительной образовательной программы или за каждый этап обучения. Финансовые затраты (пошив репетиционной формы, сценических костюмов, аккредитация за участие в конкурсах, оплата проезда при выезде на конкурсы и фестивали в другие города). Предупредить родителей, что придется жертвовать личным временем и планами семьи в пользу своего партнера или партнерши и всего коллектива. Так как только совместными усилиями и включенностью педагога, родителей и детей можно добиться высоких успехов.

Дидактическое обеспечение:

- изготовление необходимого реквизита, оформление для проведения занятий, праздников и игровых программ;
- приобретение костюмов, реквизита;
- запись, монтаж музыки для разучивания и постановки танцевальных композиций и проведения массовых зрелищ;
- фото и видео пособия

Методическое обеспечение:

- наличие дополнительной образовательной программы, УМК;
- мониторинговые методики и технологии;
- методическая литература;
- папки: «Методические материалы к занятиям», «Игровые технологии», «Технология танца», «Стендовые материалы», «Творчество детей»;
- аудиотека и видеотека;
- оформительский фонд сцены, аудитории к праздникам, программам.

Материально-техническое обеспечение:

Оборудование кабинета:

- студия хореографий;
- станок для разминки-1 шт.;
- покрытый пола -линолеумом;
- стол для аппаратуры- 1 шт.;
- магнитофон- 1 шт.;
- наглядные пособия- 10 шт.

2. Методы обучения:

Организационная модель образовательного процесса блочная (работа с чередованием предметных областей).

В процессе образовательной программы используются следующие методы обучения:

- Перцептивные методы (передача и восприятие информации посредством органов чувств);
- Словесные (рассказ, объяснение и т.п.);
- Наглядные (выполнение упражнений, ориентируясь на образец, копируя предложенный образец);
- Иллюстративно-демонстративные;
- Практические (опыт, упражнения, самостоятельное выполнение заданий, освоение технологий);
- Логические (организация логических операций – аналогия, анализ, индукция, дедукция);
- Гностические (организация мыслительных операций – проблемно-поисковые, самостоятельная работа, проблемные ситуации и пробы);
- Диалог между преподавателем и обучающимся, между обучающимися.

Методы, способы и приемы педагогического мониторинга: педагогический отзыв;

журнал учета; шкала оценивания результатов и др.

Методы, способы и приемы стимулирования и мотивации детской деятельности:

Эмоциональные методы: поощрение, порицание, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуаций успеха, стимулирующее оценивание, удовлетворение желаний быть значимой личностью.

Познавательные методы: опора на жизненный опыт, познавательный интерес, создание проблемной ситуации, побуждение к поиску альтернативных решений, выполнение творческих заданий.

Волевые методы: предъявление учебных требований, информирование об обязательных результатах обучения, самооценка деятельности и коррекция, рефлексия поведения, прогнозирование деятельности.

Социальные методы: развитие желания быть полезным, создание ситуации взаимопомощи, поиск контактов и сотрудничество, заинтересованность в результатах, взаимопроверка.

3. Формы организации деятельности детей на занятии:

- Ансамблевая;
- Групповая;
- Индивидуально-групповая;

Формы занятий:

- Традиционная (теория и практика)
- Тренинг (Приложение 8)
- Коллективно – творческое занятие
- Мастер-класс
- Открытое занятие Конкурс
- Игра-путешествие
- Игровая программа (Приложение 7)
- Досуговое занятие: выход на природу (лето – поход, зимой - катание на коньках, на горке), праздники, чаепития, посещение культурных мероприятий.

4. Мониторинг образовательных результатов

Для определения эффективности программы и успешной ее реализации предполагается систематическое и непрерывное отслеживание результатов деятельности ребенка – педагогический мониторинг. Он включает в себя - отслеживание образовательных и социальнопедагогических результатов, а также эффективность воспитательных воздействий. Педагогический мониторинг позволяет выявить пробелы и недочеты в обучении, дает толчок к поиску новых, более эффективных форм и методов работы с детьми.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные способы и методики:

1. Педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики умений и навыков, уровня взаимоотношений в паре (Приложение 4).
2. Анализ и самоанализ выступлений на конкурсах, на отчетных концертах, открытых занятиях.
3. Внутриколлективные конкурсы с вручением грамот.

Критериями оценки уровней освоения программы являются требования, предъявляемые к выпускникам каждого года обучения и в соответствии с ними разработанные формы контроля, результаты участия в концертной деятельности, в различных творческих конкурсах.

Применяются такие формы контроля как собеседование, игровые конкурсы, наблюдения, открытые и зачетные занятия (по пройденным темам).

После каждого изученного блока программы проводится промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах и т.д.

В конце года педагог объединения подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей. Определяется степень достижения результатов обучения, закрепления знаний, творческих умений детей.

Завершающий этап освоения программы – выступление на концерте, фестивале, конкурсе перед зрителями и подробный анализ его выступления с педагогом.

5. Воспитательная работа

Дети и подростки, занимающиеся данным видом спорта, испытывают его огромную притягательную силу. Они способны увлечься спортивной деятельностью настолько, что она на некоторое время может заслонить от них остальные стороны жизни - учёбу, подготовку к труду, обязанности перед близкими. В этих условиях авторитет педагога как наставника необычайно высок и выходит далеко за рамки учебной деятельности, распространяясь на самый широкий круг вопросов.

Важнейшим элементом воспитательной работы является повседневный личный пример тренера и его роль в четкой организации всего учебно-тренировочного процесса, своевременном проведении тренировочных занятий и всех запланированных мероприятий.

Тренер проводит воспитательную работу в процессе учебно-тренировочных занятий, соревнований, а также в свободное от занятий время.

Цели, задачи, содержание, формы и методы воспитательной работы подробно характеризуются в рабочей программе воспитания и календарном плане воспитательной работы (см. Приложение).

III. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Используемая литература для тренера-преподавателя:

1. Гусев С.И. Детские бытовые массовые танцы. [Текст]-М., 1985.
2. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. [Текст]- Ростов н/Д: «Феникс», 2004.
3. Копорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. [Текст]-М., 1978.
4. Лиф И.В. Ритмика. [Текст]- М., Академия , 1999.
5. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев. – Перевод и ред. Ю.С. Пина. [Текст]- М., С-П., 1993.
6. Немов Р.С. Общая психология: Учебная деятельность студии образовательных учреждений среднего профессионального образования. [Текст]- М., Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001.
7. Новые бальные танцы. [Текст]-М., 1980.
8. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. [Текст]- Лондон. Имперское общество учителей танцев. Перевод и ред. Ю.С. Пина. – М., С-П., 1992.
9. Пересмотренные направления и формы обучения танцам. – Перевод и ред. Ю.С. Пина. [Текст]- М., С-П., 1995.
10. Светинская В.Н. Современный бальный танец. Учебное пособие. [Текст]- М., 1976.
11. Современный бальный танец. Под редакцией В.М.Стриганова и В.И.Уральской. [Текст]-М., Просвещение 1978.
12. Строганов В.Н. Современный бальный танец. [Текст]- М., 1975.
13. Ткаченко Т.С. Народный танец. [Текст]-М., 1980.
14. Уральская В. Разрешите пригласить! Репертуарный сборник. [Текст]М., 1973.

Для детей:

1. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. – [Текст]-М., 1973.
2. Гринберг Е.Я. Растем красивыми. [Текст]- Новосибирск, 1992.
3. Земская И. Свет мой, зеркало, скажи. [Текст]- Новосибирск, 1984.
4. История костюма. [Текст]-М., Искусство, 1996.
5. Как построить свое «я». [Текст]- М., Педагогика, 1991.

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. Выбор.SU - общероссийский интернет-портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- http://www.vybor.su/author/2007-06-07_courage.htm
4. Гендерные отличия спортсменов подросткового возраста в бальных танцах [Электронный ресурс]. – Режим доступа. (<http://www.informio.ru/publications/id736/Gendernye-otlichijasportsmenov-podrostkovogo-vozrasta-v-balnyh-tancah>)
5. Методы обучения бальным танцам [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- (<http://book-science.ru/humanities/perfarts/metody-obuchenijabal-nym-tancam.html?page=5>)
6. Содержание программы «Музыка с мамой» [Электронный ресурс]. – Режим доступа. - <http://www.mama-music.ru/list.html>
7. Федерация Танцевального Спорта России [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- <http://www.ftsr.ru/data.php>
8. Философия и этика бальных танцев. [Электронный ресурс]. – Режим доступа. - <http://dnevnik.ykt.ru/maverick/437747>

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Музыкально-ритмическая деятельность.

Теория. Понятие музыкального вступления. Поклон. Колонна, движение в колонне друг за другом. Линии на середине зала. Круг (движение по кругу, сужение, расширение). Интервалы. Диагонали (1,2,3,4). Вращения.

Практика. Поклон. Постановка корпуса.

Разминка:

1. Круг:

- марш по кругу друг за другом с высоким подниманием коленей (в выделении 1-ой сильной доли головой, хлопком);
- ходьба на полупальцах, пяточках, внутренней и внешней стороне стопы, завороты бедра при ходьбе («винт»);
- бодрый шаг: руки с плечом, вверх, к плечам, вниз; руки по очереди вверх, вниз;
- бег с высоким подниманием бедра;
- бег с захлестыванием голени;
- подскоки;
- галоп;
- марш для выстраивания в линии на середине зала.

2. Упражнения на середине зала.

1. Упражнения на голову: «Слоники кланяются», «Гуси-индюки».
2. Плечевой пояс: «Паровозик», «Незнайка», «Буратино».
3. Кисти: «Автомобили», «Кошечка», «Считаем пальчики».
4. Корпус: «Чашки», «Мельница», «Самолеты».
5. Ноги и корпус: «Цыплята».
6. Прыжки «Зайчики» (трамплинные прыжки по 6 п.) «По три прыжка на «четыре» - пауза» в комбинации на месте, вперед, назад, в повороте вокруг себя.
7. Упражнения на чувство ритма: «Комарики», «Лесенка» (руки по очереди ставятся на пояс, плечи, вверх, 2- хлопок то же самое вниз, хлопки за спиной).
8. Pert de bras: «Листики», «Снежинки», «Ветерок», «Зеркальце», «Яблочки»

3. Par terre.

1. Сидя:

- стопы: «Цыпленок шагает по дорожке», «Рисуем солнышко»;
- сгибание ног в коленном суставе;
- наклоны к ногам: ноги вместе, ноги врозь;
- «клубочек»;
- «бабочка».
- «паучок»

2. Лежа на спине:

- «Стрелочки»
- махи ногами, разводы ног;
- «Ножницы»;
- «Велосипед»;
- «Березка», «березка ломается» - опускание ног за голову.

3. Сидя на коленях:

- «Кошечка-собачка»;
- «Солдатык»;
- «Галочка»;
- «Лисички».
- «Страус»

4. Лежа на животе:

- «Львенок» - сгибание ног в коленях»;
- «Лодочка»;
- «Вазочка»;
- «Корзиночка»;
- «Лягушка»;
- «Галочка».

5. Stretch -Растяжки:

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Музыкально-ритмическая деятельность.

Теория. Понятие музыкального размера 2/4; 4/4; 6/4. Постановка корпуса, положения в паре латиноамериканской и европейской программы. Позиции ног 1,2,3,4. Позиции рук 1,2,3. Станок, способы растяжек у станка. Парная колонка, точка восприятия, исполнение движений по цепной реакции. История происхождения и развития танцев: «Джайв», «Ча-ча-ча», «Медленный вальс».

Практика. Поклон.

Разминка на середине зала в линиях.

1. Наклоны головы вперед, назад, в стороны, круговые вращения головой, смещение головы вперед, назад, в стороны.

2. Плечевой пояс и руки: упражнения на руки и плечи.

- «мешочек»

- «яблочки»

- «зеркальце»

3. Наклоны корпуса в стороны:

- наклон в сторону с рукой;

- наклон в сторону с двойным махом рукой;

- наклоны в стороны с разнообразным положением рук (например, одна за спиной, другая наверху);

- наклоны вперед, назад;

- «мельница»;

- круговые вращения корпусом.

- смещение верха корпуса крестом

- «Маятник»

4. Бедро:

- раскачивание по одному разу;

- с хлопком на «четыре», с координацией рук;

- по два раза;

- круговые вращения.

5. Ноги:

- *Battement tendu* крестом с *plié*

- *relevé* на полупальцы (на 2-х ногах, 2-е - 1-а; по очередная перемена (с руками), завороты бедра с *relevé* на п/п);

- отставление ног назад из 4 позиции («пружинка» - исполняется с разбивкой по четвертям);

- «цапелька» - поднятие бедра, отведение его в сторону и обратно с раскрытыми в стороны руками.

- «bounce» - пружинка

6. Прыжки:

- трамплинные прыжки по 6 позиции с хлопками на «четыре»;

- прыжки на одной ноге (чередование левой и правой);

- «крестик» (в стороны, вперед-назад);

- подскоки на месте, вокруг себя;
- комбинация прыжков: вперед, назад, врозь, вместе.
- 7. Вскок-вращение (исполняется на месте с руками).
- 8. Вращение на месте на п/п – «держать точку».
- 9. Вращение по диагонали:
 - шаг приставка, шаг-поворот;
 - шаг-поворот (с руками).
- 10. Stretch - Растяжки: на станке, шпагаты (на правую, левую ногу, «веревочка»).

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Музыкально-ритмическая деятельность.

Теория.

1. Правильные выход и уход с танцевальной площадки.
 2. Линия танца, движение по линии танца.
 3. Понятие: «прочес», «Круг в круге», «Шен», «Челночек»
 4. Постановка корпуса и положения в паре в танцах латиноамериканской и европейской программ.
 5. История происхождения и развития танцев «Венский вальс», «Ча-чача», «Самба», «Квикстеп», «Полонез», «Минуэт».
 6. Понятие синхронности, симметричности исполнения
 7. Эмоциональное общение в паре
 8. Понятие рисунка танца, виды рисунков танца («Восьмерка», «Корзиночка» и т.д.)
- Практика:*

1. Поклон с вращением партнерши под рукой. (У мальчиков перехват рук во время вращения девочки).

2. Разминка:

- упражнения на голову: полукруг и полный круг головой;
- плечевой пояс и координация: марш на месте с руками, которые проходят положения: перед собой, над головой, в стороне, внизу. (Используется разная потактовая раскладка);

- корпус:

а) наклоны корпуса в стороны в комбинации со сгибанием колена и движением руки.

б) наклоны вперед на диагональ в комбинации с движением рук.

в) наклоны вперед на диагональ в комбинации с движением рук и поднятием бедра. г) наклоны вперед до пола в комбинации с *releve* и с движением рук по диагонали. - ноги:

а) приставные шаги, с отставлением ног назад в комбинации с движением рук;

б) перекрестные шаги с поднятием голени назад в комбинации с движением рук.

- прыжки:

а) прыжки с поднятием голени назад;

б) прыжки-ноги врозь, прыжки с поднятием вверх бедра;

в) прыжки в стороны с движением рук. (исполняются в разной потактовой раскладке);

- вращение:

а) «вскок – вращение в сочетании с движением рук»;

б) вращение по диагонали «Шене» (Исполняется в разной потактовой раскладке).

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Сценарий праздника «Посвящение в танцоры» - «Бал листопада»

Реквизит:

1. Воздушные шары по числу юных танцоров.
2. Короны - листья по числу юных танцоров.
3. Напечатанные пожелания в шары.
4. Памятки родителям.
5. Фонограммы осенних песен.
6. Напечатанные стихи для детей-малышей.
7. Общий танец для малышей.
8. Два больших кленовых листа для конкурса.

(Осень, кружась под музыку вальса, выходит на сцену)

Осень: Вновь наступила пора золотая,
Мы собрались в этом праздничном зале.
Праздник открыть я сегодня рада,
Всех приглашаю на бал листопада.

(Танец «Медленный вальс» - ср. гр.)

(Выходит Осень с тремя детьми - малышами)

Осень: Осенний бал. Так много глаз устремлены сейчас на нас!
Мы всех на праздник пригласили?

Малыши: Да!

Осень: И никого не позабыли?

Малыши: Нет!

Ребенок №1: Мы сегодня здесь гостей встречаем,
Рады всем, кто не забыл про нас.
Сегодня нас в танцоры посвящают,
На празднике видеть рады мы вас.

Ребенок №2: Сегодня день особый, светлый,
Такой волнующий для нас.
Промчалось лето незаметно,

Нас встретил танцевальный класс.

Ребенок №3: Мы собрались сегодня в зале,
Чтоб, наконец, танцорами стать,
Мы дорогих гостей позвали,
Веселый праздник отмечать.

Осень: Пусть музыка танца в зале звучит,
Наш бал осенний открыт.
Всем нашим юным артистам
В подарок – осенние листья.

(Старшие ребята одевают малышам короны виде осенних листьев)

Осень: А теперь давайте вспомним приметы осени – кто назовет последнюю примету, получит приз.

(Проходит аукцион на осеннюю тему)

Осень: Заиграет музыка и полетится песня –
В танце пары кружатся не стоят на месте.

(Танец «Венский вальс» - «Анастасия» - ст. гр.)

(В конце танца выходит Терпсихора – богиня танца)

Осень: Какие красивые мелодии сопровождают сегодня все танцевальные номера. А ведь осень тоже звучит. Нужно только прислушаться. Музыка осени – в шуме дождя, в шуршании осенних листьев, в дуновении холодного ветерка, а кружение листьев напоминает вальс. Вечная спутница осени – Богиня Танца Терпсихора.

Терпсихора: Приветствую тебя, Богиня Осень!
О, как приятно в танце закружиться
Средь золота осенних листьев.
Позволь на танец листья пригласить,
И всех в осеннем танце закружить.

(Осень и Терпсихора собирают всех малышей в большой круг и проводят с ними общий танец)

Терпсихора: Да, был прекрасен этот листопад

Волшебных листьев дивный водопад.
И каждый листик на балу осеннем
Танцором может стать отменным.

(Терпсихора обращается к малышам)

А вы знаете, какими качествами должен обладать настоящий танцор?
Родители помогайте.

(Дети перечисляют: выразительность, музыкальность, грациозность, трудолюбие, гибкость и т.д.) (Если дети затрудняются, помогают родители) (В это время Осень готовит два стула для проведения конкурса)

Терпсихора: Все правильно. И среди всех немалую роль играют грациозность и красивая осанка. Вот над ними мы сейчас и поработаем. Мне нужны две команды. Каждая команда получит по одному кленовому листочку. Листочек нужно положить на голову, пронести до стула и вернуться обратно, затем передать листок другому участнику. При этом нужно следить за своей осанкой и руками, они должны быть на поясе. Помните, в этом конкурсе оценивается не скорость, а ваша грациозность. Я прошу Осень продемонстрировать танцевальную походку.

(Осень показывает, как нужно выполнить задание. Конкурс проводится под музыку)

Осень: А теперь я предлагаю посмотреть на осанку тех, кто занимается танцами уже не первый год. Я приглашаю среднюю группу ансамбля бального танца «Серпантин»

(Танец - Ча-ча-ча)

Осень: Сегодня у нас осенний бал и в зале звучат осенние мелодии. В следующем конкурсе я предлагаю поучаствовать родителям. Для вас будут звучать фонограммы известных песен об осени. Ваша задача – угадать мелодию и исполнить несколько строк этой песни.

(Проходит конкурс караоке)

Примерные фонограммы:

- Осень, осень, ну давай у листьев спросим... («Лицей»)
- У природы нет плохой погоды... («Служебный роман»)
- Падают, падают листья, ну и пусть, зато прозрачней свет...
- Полгода плохая погода, полгода, совсем никуда... («Мэри Поппинс»)
- Листья желтые над городом кружатся...

- Вальс бастон...

- Что такое осень — это небо, плачущее небо под ногами... («ДТТ»)

Терпсихора: Ну, а чтоб не унывать, как плачет осенний дождик, предлагаю вам посмотреть веселый танец «Техас»

(Танец – «Техас» - ст. гр.)

Терпсихора: Дорогие малыши, вам понравилось, как танцевали ребята?

Дети: Да!

Терпсихора: Каждый из вас будет сегодня посвящен в юные танцоры, но для этого нужно произнести торжественную клятву. Прошу всех новичков встать. Возьмите свою корону в руки и повторяйте за мной.

Текст клятвы: Вступая в ряды юных танцоров, торжественно клянусь: не опаздывать на занятия, приходить на занятия всегда в хорошем настроении, уважать мнение педагога и своих товарищей, помогать друг другу, не есть много сладкого, стремиться к успеху, любить свой коллектив и Центр детского творчества. Клянусь!!!

(Звучат фанфары: Осень, Терпсихора и старшие ребята вручают всем новичкам медаль «Юный танцор»)

Терпсихора: Успех юных танцоров во многом зависит от поддержки родителей. Я прошу встать для клятвы родителей.

Текст клятвы: Детям своим поможем всегда, чтоб педагог была ими горда! Да? Да! Будем спокойны как в речке вода, клянемся детей не лупить никогда! Да? Да! Будем водить в жару, в холода, баловать сладким детей иногда! Да? Да! Вложим терпенье и много труда, к успеху стремиться будем всегда! Да? Да!

(Звучат фанфары, всем родителям раздаются памятки с текстом клятвы)

Осень: Дорогие ребята, дорогие родители! У нас обязательно все получится, только нужно очень верить. И наши юные танцоры станут грациозными и прекрасными.

Терпсихора: А сейчас прозвучит песня про наш ансамбль, участниками которого вы сегодня стали.

(Выходят ст. и ср. гр. «Серпантин» с воздушными шариками, поют песню «Серпантин»)

Осень: Наш бал – листопад подошел к концу. И нам очень хочется пожелать вам всем исполнения желаний.

Терпсихора: В каждом шарике – пожелание. Верьте в мечту, и она обязательно станет реальностью!

Пожелание в шарики: Пусть ошибок в танце много и движенья не точны, но одно усвойте твердо – улыбаться вы должны!!!

(Старшие ребята дарят малышам шарики с пожеланиями)

Осень и Терпсихора: К завершению наш праздник подошел
Всех гостей приглашаем за стол!

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Система игр для эмоционального раскрепощения участников коллектива бального танца

В последние несколько лет у большинства танцевальных пар все сильнее проявляется тенденция к исполнению только технической стороны бального танца. В погоне за наивысшей оценкой, и концентрируясь только на технических особенностях движений, танцоры забывают о другой, главной, с нашей точки зрения, стороне танца, которая заключается в общении людей, танцующих друг с другом. В результате, на соревнованиях все чаще можно наблюдать не двух людей, общающихся посредством танца, а спортсменов, машинально исполняющих определенную последовательность движений. Во время соревнований партнеры часто даже не смотрят друг на друга в течение всего исполнения. Тема разработанного занятия, призванного в какой-то мере решить вышеперечисленные проблемы и проводимого в игровой форме, возникла из наблюдений в течение нескольких лет за танцем пар, принимающих участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам.

Занятие предназначено для взрослых танцоров и направлено на развитие эмоциональной стороны исполнения пяти танцев латиноамериканской программы. Его основной целью является раскрепощение танцоров в эмоциональном плане и развитие у танцоров способностей самостоятельно давать эмоциональную окраску любой части исполняемой композиции. Занятие рекомендуется проводить с отдельно взятой парой, так как оно, во-первых, требует большой эмоциональной отдачи от тренера, а также, во-вторых, в ходе занятия необходим доскональный разбор вариаций танцоров и индивидуальный подход педагога к каждому из них.

Отметим, что разработанная система игр, примененных в ходе занятия, уже имеет опыт апробации в чужом коллективе – подобное занятие было нами проведено с парами, имеющими пятилетний танцевальный опыт, в танцевально-спортивном клубе «Надежда» г. Кирова по приглашению руководителя коллектива М. Г. Шамшуровой.

Рассматривая ход занятия, подчеркнем, что предварительно, перед тем, как его проводить, педагогу следует обратить внимание на отношения, складывающиеся в конкретной паре, на индивидуальные особенности характеров партнеров, отметить проблемы, в результате которых могла возникнуть эмоциональная закрепощенность. Из нашего опыта, невнимание к этому вопросу может привести к возникновению затруднений в ходе занятий, а иногда и к полному отсутствию результата. По нашим наблюдениям, чаще всего могут встречаться следующие проблемы:

- стеснительность танцоров по отношению друг к другу (она может возникнуть в случае, если пара сформирована недавно или из-за несовпадения черт характеров танцоров);
- конфликт в отношениях партнеров;
- закрепощенность, неуверенность танцоров (она часто возникает из-за относительно небольшого опыта в танцевальной деятельности);

– сильная концентрация танцоров на технически правильном исполнении движений.

С большинством этих проблем можно справиться с помощью игр. В случае, если явных проблем в паре не наблюдается, и танцоры общаются достаточно легко и свободно, то момент игры сможет помочь педагогухореографу создать нужный настрой на занятия. В зависимости от условий работы педагог может выбрать определенные игры из предложенного нами списка, но, основываясь на собственном опыте, мы все же рекомендуем провести весь цикл игр полностью для достижения конкретных, ощутимых результатов. Игры, приведенные ниже, призваны помочь танцорам познакомиться ближе, привыкнуть к партнеру, научиться взаимодействовать в паре, развить, хотя бы в небольшой степени, актерские способности.

Игра «Плот». Для проведения данной игры требуется стул и коробок спичек. Перед началом педагог оглашает условия игры: «Представьте, что этот стул является плотом, который остался в море после кораблекрушения. Коробок спичек исполняет роль единственного кусочка хлеба, плавающего рядом с плотом. Потерпевшему кораблекрушение человеку нужно достать хлеб, сидя на плоту, не замочив рук и ног. Любое касание пола для сидящего на стуле (плоте) запрещено, сделавший это человек считается утонувшим». Обратим внимание, что коробок размещается слева или справа от стула. Очень важным условием игры является то, что играющий должен сесть боком к спинке стула, ногами в сторону коробка и доставать коробок, перегнувшись через спинку стула сбоку, с противоположной стороны от коробка. Расстояние между коробком и стулом можно увеличивать с каждой удачной попыткой. Так же возможно использовать сразу два коробка и два стула для одновременной игры партнеров. Кроме того, возможно создать

соревновательный момент, положив один коробок между стульями и предложив участникам достать его на скорость. Эта игру возможно применять и для снятия двигательных зажимов у танцоров хобби-класса.

Игра «Верю». Один из участников игры встает за спиной другого. Стоящий спереди игрок падает спиной на руки стоящему сзади, произнеся перед этим громко и уверенно: «Верю!». Перед началом игры следует объяснить участникам, что данное слово означает, что падающий верит, что стоящий сзади партнер не даст ему упасть. Игру следует продолжать до тех пор, пока стоящий спереди не начнет падать уверенно, после чего играющие меняются местами, расстояние между ними можно постепенно увеличивать.

Игра «Лови». Для этой игры можно использовать любые предметы, которые удобно ловить играющим. Сначала играющие кидают предметы друг другу по очереди, затем одновременно. Следует поставить задачу, чтобы играющие поймали предметы несколько раз подряд, не уронив из них ни одного ни разу. Если предмет падает на пол, то отсчет игры начинается заново. Обычно после нескольких

неудачных попыток, педагог объясняет участникам, что они могут договариваться между собой, когда кидать. Игра «Лови» учит работать в паре, видеть и контролировать не только свои действия, но и действия партнера.

Игра «Догонялки». В ходе игры участники играют в обычные догонялки, но тренер ставит задачу одному из них поймать другого за определенное количество времени и несколько раз.

Игра «Зеркало». Один из участников игры становится напротив другого и превращается в зеркало. Он повторяет все, что делает «смотрящийся в зеркало». После этого участники меняются местами. Условием игры является то, что «зеркало» должно повторять действия «смотрящегося» как можно точнее. В ходе игры оба участника учатся работать синхронно.

Игра «Черное и белое». Обоим участникам игры предлагается закрыть глаза и вспомнить свои чувства и ощущения, которые они испытывали в определенной жизненной ситуации. Тренер может сам задавать эти ситуации, но так чтобы они были контрастными по принципу: приятное – неприятное. Например, ситуация может быть такой: пляж летом на юге и бытовой ожог. Управляя игрой, ведущий в определенный момент командует быстро сменить ситуацию с неприятного на приятное и обратно.

Отметим, что работа над эмоциональной окраской танца, с нашей точки зрения, не будет достаточно эффективной, если тренер ограничит ее только игровой частью. После всего цикла игр, тренер обязательно должен сразу перейти ко второй части занятия, задачей которой является научить танцоров отражать характер танцев с помощью эмоций. Вторая часть занятия начинается с рассказа педагога танцорам, о том, что в пяти танцах латиноамериканской программы раскрывается история отношений мужчины и женщины. Каждый танец программы отражает определенный конкретный момент их отношений. Так, танец самба – это момент знакомства, ча-ча-ча – более близкое знакомство и заинтересованность, румба – любовь, пасодобль – первая ссора влюбленных, Джайв – примирение пары и то облегчение и веселье, которое могут чувствовать люди, примирившиеся после ссоры. На основе всего сказанного танцорам предлагается вспомнить или предположить, какие чувства они могли бы испытывать в определенной ситуации, рассказать о них, тренер формирует эмоциональную окраску вариации танцоров и разбирает все фигуры, входящие в вариацию.

Итак, в результате проведенного занятия танцоры показывают более раскрепощенное, эмоциональное исполнение вариации, учатся применять полученный опыт при работе с другими композициями.

Рабочая программа воспитания

1. Пояснительная записка

1.1. Нормативно-правовое и информационное обеспечение

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся;
3. Указ Президента Российской Федерации Путина В.В. от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 29 октября 2015 г. № 536 «О создании Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников».
5. Приказ Минпросвещения России от 11.12.2020 №712 «О внесении изменений в некоторые федеральные государственные образовательные стандарты общего образования по вопросам воспитания обучающихся».
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г., утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
7. План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г., утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020г. №2945-р
8. Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации (2021-2024 годы) Национального проекта «Образование», утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам протоколом от 24.12.2018 № 16.
9. Примерная программа воспитания, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 02 июня 2020г. № 2/20 <http://form.instrao.ru>;
10. Методические рекомендации по разработке программ воспитания ФГБНУ «Институт стратегии развития образования Российской академии образования» <http://form.instrao.ru>;
11. Методические рекомендации по разработке программы воспитания для общеобразовательных школ Липецкой области ГАУДПО ЛО «ИРО», <https://iom48.ru/vospitatelnaya-rabota-v-obrazovatelnyh-organizacziyah-lipeczkoj-oblasti/>

1.2. Особенности воспитания в условиях дополнительного образования детей

Воспитание рассматривается в современной педагогической литературе как социальное взаимодействие педагога и воспитанника, ориентированное на сознательное овладение детьми социальным и духовным опытом, формирование у них социально-значимых ценностей и социально-активных приёмов поведения. Воспитание представляет собой многофакторный процесс, так как формирование личности происходит под влиянием семьи, образовательных учреждений, среды, общественных организаций, средств массовой информации, искусства, социально-экономических условий жизни и др. К тому же, воспитание является долговременным и непрерывным процессом, результаты которого носят очень отсроченный и неоднозначный характер (то есть зависят от сочетания тех факторов, которые оказали влияние на конкретного ребенка).

В дополнительном образовании детей воспитание является приоритетной составляющей образовательного процесса, так как именно сформированность у обучающихся нравственных ценностей и ориентиров в значительной мере предопределяет содержательную направленность применения ими полученных знаний и умений (т.е. где и как в своей будущей жизни выпускники детских объединений и творческих коллективов будут использовать то, чему они научились).

Дополнительное образование детей в целом, и его воспитательную составляющую в частности, нельзя рассматривать как процесс, восполняющий пробелы воспитания в семье и образовательных учреждениях разных уровней и типов. И, конечно же, дополнительное образование детей как особая образовательная сфера имеет собственное приоритетное направление и содержание воспитательной работы с детьми.

1.3. Особенности воспитательного процесса

Специфику образовательного и воспитательного процесса в ГБУ ДО ЛО «ОК СШОР» определяют:

- физкультурно-спортивная направленность дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых в учреждении;
- ведение образовательной деятельности по нескольким адресам, достаточно удаленным территориально;
- разнообразие возрастного состава обучающихся – от 7 по 18 лет.

При организации воспитательной работы ГБУ ДО ЛО «ОК СШОР» взаимодействует с другими учреждениями дополнительного образования, образовательными учреждениями общего и среднего профессионального образования, региональными спортивными федерациями и другими общественными организациями.

Воспитательный процесс в ГБУ ДО ЛО «ОК СШОР» организован на основе настоящей программы воспитания и направлен на развитие личности, создание

условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев России, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию, истории и традициям Липецкого края.

Воспитательная работа в Учреждении базируется на следующих традициях:

- гуманистический характер воспитания;
- приоритет общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности;
- воспитание гражданственности, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека, любви к родному краю;
- развитие национальных и региональных культурных традиций в условиях многонационального государства;
- демократический государственно-общественный характер управления образованием.

Программа воспитания разработана с учётом культурно-исторических, этнических, социально-экономических, демографических и иных особенностей региона, культурно-образовательных потребностей детей, их родителей (законных представителей), традиций и возможностей педагогического коллектива ГБУ ДО ЛО «ОК СШОР».

1.4. Цель и задачи воспитания

Цель воспитания – развитие личности обучающегося, обладающей следующей совокупностью качеств:

- патриотизм;
- базовые духовно-нравственные ценности;
- социокультурная толерантность и коммуникативная компетентность;
- положительная «Я - концепция», стремление к самопознанию и саморазвитию;
- готовность к созидательному труду на пользу обществу;
- уважение и стремление к сохранению и развитию истории и традиций страны, края и детского объединения.

Задачи воспитания:

Модуль «Гражданско-патриотическое воспитание»:

- формирование гражданской ответственности и правового самосознания;
- формирование уважения к истории страны, края и детского коллектива/объединения;
- принятие социально значимых ценностей;
- формирование стремления к здоровому образу жизни;
- развитие духовности, культуры, гуманизма.

Модуль «Социально-личностное воспитание»:

- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору; нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств;
- развитие коммуникативных компетенций: сотрудничества с другими обучающимися и взрослыми, в коллективе, в группе в различных видах деятельности;
- развитие сознательного отношения к труду, профессиональной деятельности;
- формирование soft-skills-навыков и профессиональных компетенций;
- формирование чувства социально-профессиональной ответственности, усвоение профессионально-этических норм; осознанный выбор будущего профессионального развития и возможностей реализации собственных жизненных планов;
- формирование позитивного отношения к жизни, познавательной активности;
- развитие у обучающихся «гибкой» адаптации и соотношения возможностей своего «Я» с требованиями современного общества и профессионального сообщества.

Модуль «Работа с родителями»

- формирование уважительного отношения к родителям и старшему поколению в целом, готовности понять их позицию, принять их заботу, готовности договариваться с родителями и членами семьи в решении различных;
- воспитание ответственного отношения к созданию и сохранению семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни

II. Содержание, методы и формы воспитывающей деятельности

<i>№ п/п</i>	<i>Содержание и технология реализации воспитательного компонента дополнительного образования</i>		
	<i>содержание воспитания</i>	<i>воспитательная работа в процессе учебных занятий</i>	<i>формы воспитательной активности</i>
2.1.	Модуль «Гражданско-патриотическое воспитание»		
2.1.1.	История и традиции Учреждения, коллективов/ объединений. Историко-культурное наследие родного края.	- беседы/дискуссии о традициях Учреждения, коллектива/отделения; - рассказы о выдающихся выпускниках коллектива/ отделения; - игры, викторины по символике Липецкой области, истории развития края, памятниках истории и культуры	- встречи с выпускниками коллектива/отделения; - посвящения в члены коллектива; - церемонии награждения - участие в краеведческих мероприятиях
2.1.2	Наиболее значимые исторические события	Рассказы и беседы о: - Днях воинской славы России и Памятных датах; - Героях России разных лет;	- спортивные праздники, конкурсы, посвященные памятным датам истории России

		- знаменитых уроженцах Липецкой области и их вкладе в историю развития страны.	- участие во Всероссийских акциях и мероприятиях, посвященных памятным датам
2.1.3	Правовая культура Ценностные представления о морали, об основных понятиях этики.	- коллективные обсуждения морально-нравственных аспектов (по мере возникновения соответствующих воспитательных ситуаций) - использование/создание воспитательных ситуаций, предполагающих решение нравственных проблем с позиций гуманизма	- беседы; - тематические часы; - просмотр видеофильмов; - участие в добровольческих акциях
2.1.4	Толерантное сознание и поведение	- обучение выработке суждений с учётом нравственных общечеловеческих ценностей; - приучение обучающихся строить эффективное общение со сверстниками разных национальностей и религий; - инструктажи с учащимися по противодействию экстремизму; - беседы о правилах общения, конфликтах и способах их разрешения;	- лекции; - участие в социально-значимых мероприятиях
2.1.5	Здоровый образ жизни	- беседы о здоровом питании, режиме дня, профилактике инфекционных и простудных заболеваний; - анкетирование на выявление вредных привычек и зависимостей; - беседы по профилактике алкоголизма и других вредных привычек	- спортивные праздники, пропагандирующие здоровый образ жизни; - лекции по профилактике алкогольной и наркозависимости, СПИДа и др. - просмотр видео и кинофильмов, пропагандирующих здоровый образ жизни - участие в социально-значимых мероприятиях; - конкурсы рисунков и плакатов, социальных видеороликов
2.1.6	Безопасность жизнедеятельности	- инструктажи по правилам поведения на занятиях, соревнованиях, массовых мероприятиях; - беседы о безопасном поведении в общественных местах, на дорогах, водных объектах; - беседы об информационной безопасности.	- просмотр фильмов, видеороликов и презентаций; - участие в социально-значимых мероприятиях
2.1.7	Экологическая культура	- приучение обучающихся к бережному отношению к окружающей среде; - обсуждение экологических проблем;	- участие в экологических акциях
2.2.	Модуль «Социально-личностное воспитание»		
2.2.2	Мотивация самостоятельных занятий	Определение перспективы как последствий выполнения/невыполнения определенных действий	- беседы по профориентации;
2.2.3	Активность и заинтересованность участия в различных формах образовательной деятельности		- встречи с представителями профессий, участие в мастер-классах - участие в социально-значимых мероприятиях

2.2.4	Самоанализ, самооценка деятельности и результатов	Индивидуальное обсуждение результатов практической деятельности/участия в соревнованиях и мероприятиях	
2.2.5	Правила «профессионального оценивания»	Коллективное обсуждение результатов практической деятельности/участия в соревнованиях и мероприятиях	
2.2.6	Культура организации рабочего места, внешнего вида. Бережное отношение оборудованию и оснащению учебного процесса	Беседы: - о требованиях к организации и выполнению учебно-спортивной деятельности; - о требованиях к спортивной одежде и инвентарю; Приучение обучающихся к культурной организации рабочего места, внешнего вида, бережному отношению к оборудованию и оснащению учебного процесса	
2.2.7	Трудолюбие, работоспособность	Приучение/стимулирование обучающихся к: - доведению каждой начатой работы/дела/действия до логического конца; - выполнению устного/предметного задания до уровня публичной презентации результата	
2.2.8	Перспективы профессионального роста в избранном виде деятельности	Определение перспективы как последовательности освоения различных этапов избранного вида деятельности; как перспективы профессионального развития	
2.2.9	Ответственность за качество процесса и результата выполнения деятельности	Индивидуальное обсуждение результатов практической деятельности/участия в публичных мероприятиях	
2.2.10	Общепринятые правила и нормы поведения в различных социальных ситуациях	- коллективная выработка норм и правил поведения, приучение к соблюдению правил поведения; - приучение обучающихся к осознанному соблюдению установленных правил поведения; - беседы об алгоритме и правилах поведения в различных ситуациях, связанных со спортивной деятельностью	- игры и тренинги на сплочение коллектива, - походы и экскурсии, - традиционные праздники коллектива: День именинника, "Новый год стучится в двери" и т.д.
2.2.11	Правила взаимодействия в паре, группе, команде	- использование/создание ситуаций парной, групповой и коллективной деятельности; - постоянная смена составов пар и групп	
2.2.12	Способы поведения в спорных ситуациях	- оперативное реагирование на проблемные и конфликтные ситуации,	

		коллективное обсуждение возникающих ситуаций: - игры, поведенческие тренинги	
2.2.13	Оптимизм	- вовлечение обучающихся в обсуждение проблемных ситуаций с точки зрения оптимиста (поиск положительных аспектов даже в самых негативных для обучающихся ситуациях)	
2.3.	Модуль «Работа с родителями»		
2.3.1	Ценности традиционной семьи	- формирование позитивных отношений в системе «педагог - родители - обучающийся»; - беседы/дискуссии: связь поколений семьи, семейный уклад, семейные традиции обучающихся»; - создание ситуаций проявления заботы	- родительские собрания; - индивидуальное консультирование с целью координации воспитательных усилий педагогов и родителей; - привлечение родителей к совместному с детьми участию в мероприятиях и акциях; - помощь со стороны родителей в подготовке и проведении мероприятий - размещение информации о работе детских коллективов/объединений на сайте Учреждения

3. Основные направления самоанализа результатов воспитывающей деятельности

3.1.	Модуль «Гражданско-патриотическое воспитание»		
3.1.1.	Планируемые личностные результаты	- осознание себя членом коллектива/отделения, Учреждения; - чувство гордости и сопричастности к жизни Учреждения; - пропаганда Учреждения, подразделения для сверстников; - ведение и пропаганда здорового образа жизни; - осознание себя гражданином страны, ответственным за её будущее; - уважительное отношение к истории края, страны, её прошлым и современным достижениям; - бережное доброжелательное отношение к другим людям и природе; - осознанное стремление к ведению здорового образа жизни; - уважение, принятие и понимание богатого многообразия культур народов России, их традиций и этнических ценностей.	
3.1.2.	Позиции педагогического наблюдения	- активность участия во всех проводимых мероприятиях; - позиционирование себя членом коллектива (отделения учреждения); - осознанное стремление продолжения обучения по другим образовательным программам в Учреждения; - участие в социально-значимых мероприятиях и акциях; - толерантное поведение	
3.2.	Модуль «Социально-личностное воспитание»		
3.2.1.	Планируемые личностные результаты	- осознание выполнения правил поведения в различных образовательных ситуациях, публичных выступлениях, презентациях результатов деятельности - эмоциональная устойчивость в процессе публичных выступлений, презентациях результатов деятельности; - трудолюбие; - адекватная самооценка в рамках профиля деятельности;	

		<ul style="list-style-type: none"> - стремление к совершенствованию результатов в избранном виде деятельности; - позитивное отношение к жизни; - конструктивное взаимодействие с другими членами коллектива и взрослыми; - следование общепринятым правилам и нормам поведения;
3.2.2.	Позиции педагогического наблюдения	<ul style="list-style-type: none"> - самоконтроль поведения и деятельности; - уверенность в поведении и деятельности; - доведение каждого дела/действия до логического конца; - конструктивное отношение к себе в деятельности, к мнению окружающих; - активность участия в мероприятиях коллектива и за его пределами; - привлечение к занятиям других детей - участие в социально-значимых мероприятиях и акциях; - умение позитивно взаимодействовать в паре, группе, команде; - вежливость, доброжелательность, бесконфликтность поведения;
3.3.	Модуль «Работа с родителями»	
3.3.1	Планируемые личностные результаты	<ul style="list-style-type: none"> - осознание ценностей семьи в жизни человека; - вовлеченность родителей в различные формы воспитательных активностей
3.3.2	Позиции педагогического наблюдения	<ul style="list-style-type: none"> - проявление уважительного отношения к членам своей семьи; - участие в совместных с родителями мероприятиях.