**Пояснительная записка**

Программа курса внеурочной деятельности «Бальные танцы» соответствует федеральному компоненту государственного стандарта общего образования 2004 г. и составлена на основе программы «Ритмика и бальные танцы» под редакцией Е. И. Мошковой, рекомендованной Управлением общего среднего образования Министерства общего и профессионального образования РФ, 1997г.

Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к структуре основной образовательной программы (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «6» октября 2009 г. № 373).

Программа соответствует основным принципам государственной политики РФ в области образования, изложенным в Законе Российской Федерации «Об образовании». Это:

* гуманистический характер образования, приоритет общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности;
* общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся и воспитанников;
* обеспечение самоопределения личности, создание условий для ее самореализации, творческого развития;
* содействие взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от национальной, религиозной и социальной принадлежности.

На изучение бальных танцев для первого года обучения отводится 35 часов, т. е. 1 час в неделю. В программе сочетаются два курса – латиноамериканские и европейские танцы.

Курс внеурочной деятельности «Бальные танцы» рассчитан на работу с детьми младшего школьного возраста на основе приобщения к культурным ценностям. Он посвящен процессу овладения детьми ритмическими движениями с музыкальным сопровождением.

**Актуальность выбора курса**

Бальный танец играет немаловажную роль в деле эстетического и физического воспитания детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены. Плавные, ритмические и энергичные движения под мелодичную, красивую и зажигательную музыку доставляют эстетическое наслаждение детям, которые в силу своих возрастных наклонностей особенно стремятся к движениям, к ритмике.

Занятия бальными танцами положительно сказываются на физическом развитии детей: соразмерно развивается фигура. Устраняется ряд физических недостатков, вырабатывается правильная и красивая осанка, внешнему облику придается соразмерность и элегантность. Большое внимание, уделяемое на занятиях осанке, общей собранности, точности и четкости движений, заставляет детей следить за правильной постановкой корпуса и головы, прямо и подтянуто держаться. Заметно улучшается координация движений.

Приобретая опыт пластической интерпретации музыки на танцевальных занятиях, ребенок овладевает двигательными навыками и умениями, приобретает опыт творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения, развивает внимание, волю, память, подвижность мыслительных процессов, творческое воображение, способность к импровизации в движении под музыку.

**Психолого-педагогические принципы**

Программа опирается на развивающую парадигму, представленную в виде системы психолого-педагогических принципов:

* Личностно-ориентированные принципы (принцип адаптивности, принцип развития, принцип психологической комфортности);
* Культурно-ориентированные принципы (принцип целостности содержания образования, принцип систематичности, принцип ориентировочной функции знаний, принцип овладения культурой);
* Деятельностно-ориентированные принципы (принцип обучения деятельности, принцип управляемого перехода от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности ученика).

**Цели и задачи реализации учебного предмета**

Целью данной программы является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

* Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
* Совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям;
* Развитие интереса к занятиям танцев, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора;
* Формирование общих представлений о культуре движений;
* Формирование культуры общения между собой и окружающими;
* Воспитание организованной, гармонически развитой личности;
* Развитие основ музыкальной культуры;
* Развитие музыкальности, способности становления музыкально-эстетического сознания через воспитание, способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движениях;
* Развитие умения воспринимать развитие музыкальных образов, передавать их в движениях, согласовывая эти движения с характером музыки, средствами музыкальной выразительности;
* Развитие умения определять музыкальные жанры (танец, марш, песня), виды ритмики (танец, игра, упражнение), понимать простейшие музыкальные понятия (высокие и низкие звуки; быстрый, средний, медленный темп; громкая, умеренно-громкая, тихая музыка и т.д.);
* Формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях.

**Личностные, межпредметные и предметные результаты освоения внеурочной деятельности**

Данный курс ориентирован на формирование гармонически развитой личности средствами курса «Бальные танцы».

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

* личностные результаты - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;
* межпредметные результаты – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий;
* предметные результаты – выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

**Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:**

* проведение открытых уроков;
* участие в праздничных программах, концертах;
* проведение итогового занятия в конце учебного года.

По окончании обучения учащиеся должны также владеть следующими теоретическими понятиями и практическими навыками.

**Общие теоретические понятия:**

* позиции ног в латиноамериканской и европейской программах;
* положение рук;
* позиции в паре в европейских танцах;
* позиции в паре в латиноамериканских танцах;
* линия танца;
* направление движения;
* углы поворотов.

**Практические навыки:**

* правильная постановка корпуса;
* правильный и полный перенос веса тела;
* точная работа стопы;
* позиция в паре.

**Календарно – тематическое планирование по бальным танцам в школе**

**для 1 года обучения**

**(1 час в неделю)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Название разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** |
|  | **I. Вводное занятие** | **1** |  |
| 1 | 1. Введение в образовательную программу | 1 |  |
|  | **II. Азбука музыкальной грамоты** | **3** |  |
| 2 | 1. Развитие ритмического восприятия | 1 |  |
| 3 | 2. Развитие музыкальности | 1 |  |
| 4 | 3. Паузы в движениях и их использование | 1 |  |
|  | **III. Развитие пластики тела** | **3** |  |
| 5 | 1. Упражнения на формирование правильной осанки | 1 |  |
| 6 | 2. Упражнения на растяжку | 1 |  |
| 7 | 3. Упражнения на пластику | 1 |  |
|  | **IV. Танцевально – ритмическая гимнастика** | **3** |  |
| 8 | 1. Общеразвивающие упражнения | 1 |  |
| 9 | 2. Виды шага, бега, прыжков | 1 |  |
| 10 | 3. Изучение позиций | 1 |  |
|  | **V. Танцы произвольной композиции** | **24** |  |
|  | **1. Самба** | **10** |  |
| 11 | * 1. Основное движение самбы | 1 |  |
| 12 | * 1. Поступательное основное движение | 1 |  |
| 13 | * 1. Виски влево и вправо | 1 |  |
| 14 | * 1. Самба ход на месте | 1 |  |
| 15 | * 1. Самба ход в ПП | 1 |  |
| 16 | * 1. Боковой самба ход | 1 |  |
| 17 | * 1. Левый поворот | 1 |  |
| 18 | * 1. Ботофого с продвижением вперед и назад | 1 |  |
| 19 | * 1. Вольта с продвижением влево и вправо | 1 |  |
| 20 | 1.10. Открытое занятие | 1 |  |
|  | **2. Ча-ча-ча** | **7** |  |
| 21 | 2.1. Тайм степ | 1 |  |
| 22 | 2.2. Закрытое основное движение | 1 |  |
| 23 | 2.3. Нью-Йорк | 1 |  |
| 24 | 2.4. Рука к руке | 1 |  |
| 25 | 2.5. Спот поворот влево, вправо | 1 |  |
| 26 | 2.6. Поворот под рукой вправо, влево | 1 |  |
| 27 | 2.7. Открытое занятие | 1 |  |
|  | **3. Медленный вальс** | **7** |  |
| 28 | 3.1. Закрытые перемены с ПН и ЛН | 1 |  |
| 29 | 3.2. Правый поворот | 1 |  |
| 30 | 3.3. Левый поворот | 1 |  |
| 31 | 3.4. Правый спин поворот | 1 |  |
| 32 | 3.5. Виск. Шассе из ПП | 1 |  |
| 33 | 3.6. Открытое занятие | 1 |  |
| 34 | 3.7. Повторение танцев | 1 |  |

**Список учебной и методической литературы**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Москва, 2000 год.
2. Бекина СИ. Ломова Т.П. Музыка и движение, 2001г.
3. Богданов Г.П. Физическая культура в школе. – М.: Просвещение, 1971.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. С.-Пб, 2002.
5. Кветная О.В., Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать: Учебное пособие.- М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2003.
6. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л., 1981.
7. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.
8. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 1999.
9. Мошкова Е.И. Ритмика и бальные танцы для начальной и средней школы. М., 1997.
10. Пособие по ритмике для 2 класса музыкальной школы. М., 2005.
11. Примерные программы начального общего образования. Официальный сайт Министерства образования РФ.
12. Проекты примерных (базисных) учебных программ по предметам начальной школы. Официальный сайт Министерства образования РФ.
13. Разрешите пригласить. Сборник популярных бальных танцев, выпуск шестой. М., 1981.
14. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М., 1986.
15. Савостьянов А.И. Физическое здоровье школьника. Учебное пособие.- М.: Педагогическое общество России, 1996.
16. Савченко Е. Эстетическое воспитание на уроках хореографии. // Учитель. - 2003. -№3.
17. Современный бальный танец. Учебное пособие. Под редакцией В.М. Стригановой В.И. Уральской. М.: Просвещение, 1977.
18. Федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего образования. Приказ Министерства образования РФ «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» от 5 марта 2004 г № 1089.
19. Латиноамериканские танцы./ Авт.-сост. О.В. Иванникова.- М.: АСТ, 2003.
20. Фокина Е. Танцуют все. // Учитель.-2002.- №6
21. Шутиков Ю. Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам. – С.-Пб., 2006.

Янкелевич Е.И. Воспитание правильной осанки.- М.: Физкультура и спорт, 1959.