

Ханты-Мансийский автономный округ – Югра
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 9»

Рассмотрено и принято
на педагогическом совете
Протокол № 1
от 30.08.2023 года

Утверждаю
Директор МАОУ «СОШ № 9»
М.И. Макаров
Приказ № 732/О от 30.08.2023г.



Приложение к основной образовательной программе основного общего образования
Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 9»

**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Спортивные бальные танцы»
для обучающихся в возрасте 11 – 16 лет**

Содержание программы

1. Пояснительная записка.
2. Результаты освоения программы внеурочной деятельности.
3. Содержание программы внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.
4. Тематическое планирование.

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Спортивные бальные танцы» для обучающихся в возрасте 11-16 лет разработана в соответствии с ФГОС, Программа внеурочной деятельности составлена на основе программы формирования универсальных учебных действий у учащихся основной школы.

Одним из приоритетных направлений в решении региональной стратегической задачи обновления содержания и технологий образования, развития вариативности образовательных программ является внедрение новых стандартов образования, основанных на компетентностном подходе и обеспечивающих повышение функциональной грамотности школьников автономного округа. Содержание данной программы учитывает основные задачи развития образования в регионе, стратегию школы и направлено на решение учебно-воспитательных задач с учетом возрастных особенностей детей.

Данная программа внеурочной деятельности направлена на развитие эстетического вкуса, культуры поведения и общения, художественно - творческих и танцевальных способностей, фантазии, памяти, обогащение кругозора. Занятия танцами направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности. Программа учитывает требования образовательной программы. Направлена на достижение цели в соответствии с учебным планом школы и требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, программа направлена на профессиональное ориентирование учащихся.

Уроки танца повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку.

Цель программы: обучить учащихся основам хореографического искусства бального танца.

Задачи:

- Обучение движению в ритме и темпе, заданном музыкой.
- Приобщение к миру бальных танцев, знакомство с различными направлениями,
- Формирование танцевальных навыков, знаний и умений.
- Изучение различных видов хореографии бальных танцев.
- Развитие музыкального слуха, чувства ритма, темпа; навыков координации, воображения танцора.
- Формирование и развитие эстетического вкуса.
- Воспитание чувства коллективизма у учащихся школы посредством участия в массовых танцах (концертная деятельность, ансамбль).
- Воспитание физических качеств, учащихся (гибкость, ловкость, координационные возможности, скоростные способности).
- Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем организма на фоне общефизической подготовки.

Содержание данной учебной программы реализует принципы и задачи основной образовательной программы основного общего образования МАОУ «СОШ № 9» с учетом программ, включенных в ее структуру.

Программа рассчитана на 272 часов в год. Продолжительность занятия 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут. Периодичность проведения 2 раза в неделю по 2 занятия.

Результаты освоения программы внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- физическое развитие тела (развитые мышцы, хорошая осанка);

- правильная координация движений тела;
- адаптация в социальной и образовательной среде.
- проявлять способность адекватно оценивать свои поступки и поступки своих товарищей в коллективе;
- уметь радоваться удачам и успехам окружающих;
- быть устойчиво приверженными здоровому образу жизни;
- испытывать чувство ответственности перед своими товарищами в коллективе.

Метапредметные результаты:

- знать историю становление спортивного танца;
- знать основные нормы поведения, обеспечивающие комфортное взаимодействие в паре и коллективе;
- иметь навыки коллективного творчества;
- следовать принципам здорового образа жизни.
- владение культурными нормами и эффективными способами организации свободного времени (общекультурные);
- умение ставить цель, пояснить её и организовать ее достижение (учебно-познавательные);
- применять для решения учебных задач информационные и телекоммуникационные технологии: аудио и видео записи, интернет (информационные);
- владение способами совместной деятельности в группе, умение искать и находить компромиссы (коммуникативные);
- иметь многообразие двигательного опыта и уметь использовать его как в соревновательной деятельности, так и в организации активного отдыха (здоровьесберегающие).

Предметные результаты:

- уметь самостоятельно работать в паре;
- знать музыкальный размер каждого танца программы;
- владеть техникой исполнения танцев репертуара данного года обучения;
- владеть техникой исполнения основ конкурсных танцев в рамках программы Е класса;
- владеть начальными навыками актерского мастерства, уверенно чувствуя себя перед зрителями;
- знать основные понятия «линии движения» в конкурсных танцах.

**Содержание программы внеурочной деятельности
с указанием форм организации и видов деятельности**

Раздел «Европейская программа» (136 ч.)

Тема 1. Взаимодействие в паре. Контакт.

Европейские танцы – понятие взаимодействия. Музыкальный размер каждого танца, темп исполнения – количество тактов в минуту.

Практические занятия: Отработка баланса во время движения пары, основные шаги в контакте от бедра до диафрагмы. Медленный вальс: W – фигуры, разрешенные для С и D классов. Венский вальс: V – разбор правого поворота. Квикстеп: Q – фигуры по программе С и D классов.

Тема 2. Баланс в паре W, Q, V.

Практические занятия: Медленный вальс. W - фигуры, разрешенные для С и D классов. Венский вальс: V – разбор правого поворота. Квикстеп: Q – фигуры по программе С и D классов.

Тема 3. Актерское мастерство.

Создание образа в танце. Передача эмоционального состояния посредством движения.

Раздел «Латиноамериканская программа» (136 ч)

Тема 1. Ведение в паре.

Латиноамериканские танцы – ведение в паре. Понятие закрытой и открытой позиции, позиции веерной.

Практические занятия: Способы скрепления рук, приёмы ведения в паре. Отработка основы фигур с применением различных методов скрепления рук и ведения в паре.

Тема 2. «Основа» в паре S, Ch, Jv.

Практические занятия: Самба: S – различие ритмов самбы, фигуры класса C и D. Ча-ча-ча: Ch - фигуры класса C и D. Джайв: Jv - фигуры класса C.

Тема 3. Актерское мастерство.

Создание образа в танце. Передача эмоционального состояния посредством движения.

Тема 4. Психологический тренинг: эффективное взаимодействие танцоров в паре.

Формы внеурочной деятельности	Виды внеурочной деятельности
Теоретические занятия (семинарские лекции, беседы). Практические занятия (игры, тренировка – отработка движений, психологические тренинги, обсуждения, анализ). Клубные турниры как итог работы за определенный период. Участие в турнирах различного уровня. Посещение показательных выступлений и просмотр видеозаписей с последующим обсуждением. Посещение мастер-классов. концерты и показательные выступления; участие в фестивалях; аттестации по ступеням мастерства; внутренние соревнования клуба; соревнования в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре и других регионах Российской Федерации; клубные дни.	Начало учебного года – беседа, опрос, тестирование, анкетирование, заполнение карт учета предметных, метапредметных и личностных результатов освоения программы; В течение всего учебного года – педагогическое наблюдение, контрольные занятия, результаты турниров. В конце учебного года - отчетные занятия, результаты турниров, повышение класса, получение спортивного разряда, заполнение карт учета предметных, метапредметных и личностных результатов освоения программы.

Тематическое планирование программы внеурочной деятельности

«Спортивные бальные танцы»

11 – 16 лет, 272 часа

№ п/п	Темы уроков.	Количество часов
ЕВРОПЕЙСКАЯ ПРОГРАММА		
1.	Отработка взаимодействия партнеров	1
2.	Медленный вальс	1
3.	Танго	1
4.	Венский вальс	1

5.	Квикстеп	1
6.	Фокстрот	1
7.	Отработка взаимодействия партнеров	1
8.	Медленный вальс	1
9.	Танго	1
10.	Венский вальс	1
11.	Квикстеп	1
12.	Фокстрот	1
13.	Актерское мастерство	1
14.	Отработка взаимодействия партнеров	1
15.	Медленный вальс	1
16.	Танго	1
17.	Венский вальс	1
18.	Квикстеп	1
19.	Фокстрот	1
20.	Актерское мастерство	1
21.	Отработка взаимодействия партнеров	1
22.	Медленный вальс	1
23.	Танго	1
24.	Венский вальс	1
25.	Квикстеп	1
26.	Фокстрот	1
27.	Актерское мастерство	1
28.	Отработка взаимодействия партнеров	1
29.	Медленный вальс	1
30.	Танго	1
31.	Венский вальс	1
32.	Квикстеп	1
33.	Фокстрот	1
34.	Актерское мастерство	1
35.	Отработка взаимодействия партнеров	1
36.	Медленный вальс	1
37.	Танго	1
38.	Венский вальс	1
39.	Квикстеп	1
40.	Фокстрот	1
41.	Актерское мастерство	1
42.	Отработка взаимодействия партнеров	1
43.	Медленный вальс	1
44.	Танго	1
45.	Венский вальс	1
46.	Квикстеп	1
47.	Фокстрот	1
48.	Медленный вальс	1
49.	Танго	1
50.	Венский вальс	1
51.	Квикстеп	1
52.	Фокстрот	1
53.	Медленный вальс	1
54.	Танго	1

55.	Венский вальс	1
56.	Квикстеп	1
57.	Фокстрот	1
58.	Медленный вальс	1
59.	Танго	1
60.	Венский вальс	1
61.	Квикстеп	1
62.	Фокстрот	1
63.	Медленный вальс	1
64.	Танго	1
65.	Венский вальс	1
66.	Квикстеп	1
67.	Фокстрот	1
68.	Медленный вальс	1
69.	Танго	1
70.	Венский вальс	1
71.	Квикстеп	1
72.	Фокстрот	1
73.	Медленный вальс	1
74.	Танго	1
75.	Венский вальс	1
76.	Квикстеп	1
77.	Фокстрот	1
78.	Медленный вальс	1
79.	Танго	1
80.	Венский вальс	1
81.	Квикстеп	1
82.	Фокстрот	1
83.	Медленный вальс	1
84.	Танго	1
85.	Венский вальс	1
86.	Квикстеп	1
87.	Фокстрот	1
88.	Медленный вальс	1
89.	Танго	1
90.	Венский вальс	1
91.	Квикстеп	1
92.	Фокстрот	1
93.	Медленный вальс	1
94.	Танго	1
95.	Венский вальс	1
96.	Квикстеп	1
97.	Фокстрот	1
98.	Медленный вальс	1
99.	Танго	1
100.	Венский вальс	1
101.	Квикстеп	1
102.	Фокстрот	1
103.	Медленный вальс	1
104.	Танго	1

105.	Венский вальс	1
106.	Квикстеп	1
107.	Фокстрот	1
108.	Медленный вальс	1
109.	Танго	1
110.	Венский вальс	1
111.	Квикстеп	1
112.	Фокстрот	1
113.	Медленный вальс	1
114.	Танго	1
115.	Венский вальс	1
116.	Квикстеп	1
117.	Фокстрот	1
118.	Медленный вальс	1
119.	Танго	1
120.	Венский вальс	1
121.	Квикстеп	1
122.	Фокстрот	1
123.	Медленный вальс	1
124.	Танго	1
125.	Венский вальс	1
126.	Квикстеп	1
127.	Фокстрот	1
128.	Медленный вальс	1
129.	Танго	1
130.	Венский вальс	1
131.	Квикстеп	1
132.	Фокстрот	1
133.	Медленный вальс	1
134.	Танго	1
135.	Венский вальс	1
136.	Квикстеп	1
ЛАТИНОАМЕРИКАНСКАЯ ПРОГРАММА		
1.	Отработка взаимодействия партнеров	1
2.	Самба	1
3.	Ча-ча-ча	1
4.	Румба	1
5.	Джайв	1
6.	Пасодобль	1
7.	Актерское мастерство	1
8.	Отработка взаимодействия партнеров	1
9.	Самба	1
10.	Ча-ча-ча	1
11.	Румба	1
12.	Джайв	1
13.	Пасодобль	1
14.	Актерское мастерство	1
15.	Отработка взаимодействия партнеров	1
16.	Самба	1
17.	Ча-ча-ча	1

18.	Румба	1
19.	Джайв	1
20.	Пасодобль	1
21.	Актерское мастерство	1
22.	Отработка взаимодействия партнеров	1
23.	Самба	1
24.	Ча-ча-ча	1
25.	Румба	1
26.	Джайв	1
27.	Пасодобль	1
28.	Актерское мастерство	1
29.	Отработка взаимодействия партнеров	1
30.	Самба	1
31.	Ча-ча-ча	1
32.	Румба	1
33.	Джайв	1
34.	Пасодобль	1
35.	Актерское мастерство	1
36.	Отработка взаимодействия партнеров	1
37.	Самба	1
38.	Ча-ча-ча	1
39.	Румба	1
40.	Джайв	1
41.	Пасодобль	1
42.	Отработка взаимодействия партнеров	1
43.	Самба	1
44.	Ча-ча-ча	1
45.	Румба	1
46.	Джайв	1
47.	Пасодобль	1
48.	Самба	1
49.	Ча-ча-ча	1
50.	Румба	1
51.	Джайв	1
52.	Пасодобль	1
53.	Самба	1
54.	Ча-ча-ча	1
55.	Румба	1
56.	Джайв	1
57.	Пасодобль	1
58.	Самба	1
59.	Ча-ча-ча	1
60.	Румба	1
61.	Джайв	1
62.	Пасодобль	1
63.	Самба	1
64.	Ча-ча-ча	1
65.	Румба	1
66.	Джайв	1
67.	Пасодобль	1

68.	Самба	1
69.	Ча-ча-ча	1
70.	Румба	1
71.	Джайв	1
72.	Пасодобль	1
73.	Самба	1
74.	Ча-ча-ча	1
75.	Румба	1
76.	Джайв	1
77.	Пасодобль	1
78.	Самба	1
79.	Ча-ча-ча	1
80.	Румба	1
81.	Джайв	1
82.	Пасодобль	1
83.	Самба	1
84.	Ча-ча-ча	1
85.	Румба	1
86.	Джайв	1
87.	Пасодобль	1
88.	Самба	1
89.	Ча-ча-ча	1
90.	Румба	1
91.	Джайв	1
92.	Пасодобль	1
93.	Самба	1
94.	Ча-ча-ча	1
95.	Румба	1
96.	Джайв	1
97.	Пасодобль	1
98.	Самба	1
99.	Ча-ча-ча	1
100.	Румба	1
101.	Джайв	1
102.	Пасодобль	1
103.	Самба	1
104.	Ча-ча-ча	1
105.	Румба	1
106.	Джайв	1
107.	Пасодобль	1
108.	Самба	1
109.	Ча-ча-ча	1
110.	Румба	1
111.	Джайв	1
112.	Пасодобль	1
113.	Самба	1
114.	Ча-ча-ча	1
115.	Румба	1
116.	Джайв	1
117.	Пасодобль	1

118.	Самба	1
119.	Ча-ча-ча	1
120.	Румба	1
121.	Джайв	1
122.	Пасодобль	1
123.	Самба	1
124.	Ча-ча-ча	1
125.	Румба	1
126.	Джайв	1
127.	Пасодобль	1
128.	Самба	1
129.	Ча-ча-ча	1
130.	Румба	1
131.	Джайв	1
132.	Пасодобль	1
133.	Самба	1
134.	Ча-ча-ча	1
135.	Румба	1
136.	Джайв	1
		Общее количество часов: 272