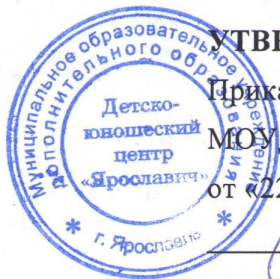


**Департамент образования мэрии г. Ярославля**  
**Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования**  
**Детско-юношеский центр «Ярославич»**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
Протокол № 3  
от «28» июня 2022г.



**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора  
МОУДО ДЮЦ «Ярославич»

от «22» июня 2022г № 171-ОД

А.К. Шленев

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая**  
**программа**  
**«БУГИ-ВУГИ»**

**Физкультурно-спортивная направленность**

**Возраст обучающихся: 7-15 лет**

**Срок реализации: 3 года**

**Автор-составитель:**

Кузнецов И.П., педагог  
дополнительного образования;

Ярославль, 2022 г.

## Содержание

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| Пояснительная записка .....                  | 2  |
| Учебно-тематический план .....               | 6  |
| Содержание программы .....                   | 8  |
| Обеспечение программы .....                  | 12 |
| Мониторинг образовательных результатов ..... | 16 |
| Список литературы .....                      | 19 |

## 1. Пояснительная записка.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «БУГИ-ВУГИ» (далее – программа) разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р.;
- Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. постановлением Правительства области от 17.07.2018 года № 527-п.;
- Положение о персонифицированном дополнительном образовании детей в городе Ярославле, утв. постановлением мэрии города Ярославля от 11.04.2019 года № 428;
- Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. приказом департамента образования Ярославской области от 07.08.2018 года № 19-нп.;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05 мая 2018 г. № 298н 2 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Санитарные правила СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждённая Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года, ред. от 31.07.2020.

Предлагаемая программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Буги-вуги - спортивная форма танца, в который спортсмены соревнуются в танцевальных движениях под музыку. В процессе танца используются хореографические и акробатические элементы.

Буги-вуги танцуют в паре, состоящей из партнера и партнерши. Танцуют под музыкальные стили буги-вуги, рокабилли, блюз, свинг, рок-н-ролл. Характеризуется тем, что паре заранее неизвестна музыка, под которую ей предстоит танцевать, поэтому танец строится на импровизации, успешность которой оценивается судьями наряду с танцевальной техникой, танцевальными фигурами и презентацией танцоров. Задача танцоров: заранее отработанную хореографию вставить максимально успешно в ту музыку, которая досталась.

Соревнования по буги-вуги включают в себя 2 программы: медленный и быстрый танец. Медленный исполняется в вечерних нарядах, быстрый в костюмах, соответствующих стилю. Темп медленного танца 120bpm, быстрый 200 bpm.

Программа обучения танцу буги-вуги помогает детям выразить себя в музыке и танце посредством жестов и пластики. Дети получают хорошую физическую нагрузку, учатся танцевать и взаимодействовать в парах, слушать и понимать музыку и свободно импровизировать в танце, развивают свою координацию, скорость, реакцию и смекалку.

Данная программа создана на основе программы педагога Ишимова В., в дальнейшем переработана и дополнена.

### *Актуальность программы*

Программа способствует всестороннему раскрытию и реализации природного творческого потенциала личности ребенка, социально значимого проявления

индивидуальности каждого в условиях коллектива, социума.

Занимаясь спортивными танцами, ребята становятся эмоционально богаче, у них появляется постоянный источник радости и возможность для самоутверждения, они становятся физически сильнее и выносливее. А получив хореографические навыки, учащиеся начинают ощущать необходимость в дальнейшем самосовершенствовании и самоутверждении.

*Педагогическая целесообразность* данной программы заключается в том, что занимаясь буги-вуги, дети смогут реализовать свои интересы и потребности. Танцевальные тренировки развивают сообразительность, быструю реакцию, организованность, заставляют проявлять волевые усилия, что благотворно влияет на общую культуру поведения обучающихся. Танцевальный коллектив – это хорошая школа общения, где закладываются основы дружбы, взаимовыручки, ответственности, умения сочетать общественные и личные интересы, испытывать радость коллективного труда.

**Цель программы:** развивать творческие способности и стремление к самореализации учащихся средствами танца буги-вуги.

**Задачи программы:**

1. Обучать базовым танцевальным фигурам буги-вуги.
2. Обучать самостоятельной постановке танцевальных вариаций с использованием сначала базовых шагов, затем сложных элементов.
3. Развивать креативность обучающихся, чувство ритма, воссоздавать ритмический рисунок танца и хореографические образы, эстетически переживать музыку в движении.
4. Развивать у обучающихся координацию движений, умение комбинировать базовые фигуры под музыку, качественно и эмоционально исполнять танцевальные композиции.
5. Воспитывать культуру поведения и формировать межличностные отношения в коллективе, вырабатывать навыки коллективной творческой деятельности.
6. Воспитывать целеустремлённость, трудолюбие, силу воли.

Программа обучения буги-вуги рассчитана на детей **7-15 лет, на 3 года обучения**. Занятия 1, 2 и 3 годов обучения проводятся **2 раза в неделю по 2 часа** (всего по 144 часа в год). К занятиям допускаются дети любого возраста и любой комплекции, при наличии справки от педиатра об отсутствии противопоказаний заниматься спортивными танцами.

Программа предполагает определенную динамичную последовательность в приобретении знаний, умений и навыков, а также соблюдение специфических рамок обучения и ритмичности нагрузки. Обучение проходит в 3 этапа.

**Этапы реализации программы**

- 1 этап:
  - знакомство с танцевальными терминами, простейшими движениями, основными позициями корпуса, рук и ног, положением в паре (натяжение, баунс и т.д);
  - обучение упражнениям для всех групп мышц (разминка), а также комплексам, вырабатывающим плавность и раскрепощенность движений; работа с образами;
  - обучение базовым элементам танца буги-вуги;
- 2 этап: разучивание танцевальных фигур в паре, обучение взаимодействию в паре;

3 этап: составление и разучивание танцевальных композиций, подготовка конкурсных номеров.

Группы подбираются в зависимости от степени физической подготовленности ребенка и темпов освоения им программы. Форма занятий – групповая, в парах, индивидуальная.

#### **Принципы обучения по программе:**

*Принцип доступности и индивидуальности* – учет возрастных особенностей, подача материала от простого к сложному, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.

*Принцип постепенного повышения требований* – постепенная постановка и выполнение ребенком более трудных заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузки. Последовательность, регулярность, чередование нагрузок с отдыхом.

*Принцип системности* – один из ведущих. Системность заключается в непрерывности и регулярности занятий.

*Принцип повторения материала* – повторение выработанных двигательных навыков. Только при многократном повторении образуется двигательный стереотип.

*Принцип наглядности* – безукоризненный практический показ движений педагогом с лаконичными объяснениями и пояснениями.

*Принцип связи предлагаемого материала с жизнью* – ребенок должен знать, что он изображает в танце.

#### **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

*К концу первого года обучения дети должны:*

- овладеть выразительным языком жестов, основами актерского мастерства, навыками профессионального исполнения танцевальных движений и спортивных элементов;
- четко представлять, что такое танец буги-вуги, владеть лексикой данного направления;
- легко ориентироваться в пространстве, знать, как проходит линия танца и т.д.;
- правильно распределять свои силы и дыхание во время разминки, овладеют основными приемами, позволяющими полностью разогреть мышцы тела, для подготовки к основной части занятия;

– самостоятельно исполнять выученные танцевальные элементы, импровизировать под музыку. *К концу второго года обучения дети должны:*

- правильно и легко исполнять начальные элементы буги-вуги;
- самостоятельно исполнять танцевальные композиции (взаимодействуя в паре, эмоционально и т.д.);

– участвовать в конкурсе и выступать на большой сцене перед зрителями. *К концу третьего года обучения дети должны:*

- уметь правильно координировать движения рук и ног;
- правильно, музыкально (с разной интерпретацией ритмов музыки) выполнять танцевальные композиции;
- четко передавать характер каждого танца;
- выполнять все сложные композиции и элементы, импровизировать, взаимодействовать в паре, передавать характер музыки с помощью танцевальных элементов, артистизма и эмоциональности.

*Результатом работы по программе* является устойчивый интерес учащихся к занятиям, приобретенные знания, умения, навыки, развитые творческие способности, музыкальность, целеустремленность, трудолюбие, сила воли, коммуникабельность.

Результатом деятельности педагога по буги-вуги является опыт успешного участия детей

в различных праздниках и конкурсах, который в дальнейшем поможет им в самореализации и адаптации в обществе.

Программой предусмотрена аттестация учащихся, направленная на выявление исходного, текущего, промежуточного и итогового уровня теоретических знаний, развития практических умений и навыков, сформированных компетенций и их соответствия прогнозируемым результатам по данной программе.

Входная аттестация проводится педагогом дополнительного образования в сентябре. Промежуточная - в декабре, апреле-мае - по итогам полугодия или учебного года. Итоговая аттестация проходит в апреле-мае по окончании полного курса обучения.

Входной контроль осуществляется в форме наблюдения, беседы, игры. Текущий контроль осуществляется в ходе зачетов, творческих заданий, контрольных упражнений, опросов, соревнований (конкурсов), показательных выступлений. Итоговый контроль проводится по итогам прохождения курсов обучения (по годам), в виде концертов и праздников. Итоги образовательного процесса подводятся в конце каждого года. Наиболее приемлемой и показательной формой подведения итогов обучения детей по программе «Буги-вуги» является их участие в конкурсных и концертных мероприятиях.

## 2. Учебно-тематический план.

### 2.1. Учебно-тематический план 1-го года обучения

| №<br>п/п    | Название тем                                                               | Всего<br>часов | В том числе |          |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|----------|
|             |                                                                            |                | теория      | практика |
| 1           | Вводное занятие. Знакомство с танцем буги-вуги                             | 2              | 1           | 1        |
| 2           | Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на учебном занятии | 1              | 1           | -        |
| 3           | Разминка                                                                   | 15             | 1           | 14       |
| 4           | Упражнения для ориентации в пространстве                                   | 6              | 1           | 5        |
| 5           | Упражнения для развития гибкости, растяжки, координации движений           | 8              | 1           | 7        |
| 6           | Музыкальность, ритм                                                        | 9              | 2           | 7        |
| 7           | Положение в паре, взаимодействие в паре                                    | 7              | 1           | 6        |
| 8           | Техника ног: базовый шаг                                                   | 8              | 1           | 7        |
| 9           | Танцевальные элементы                                                      | 41             | 1           | 40       |
| 10          | Танцевальные композиции                                                    | 37             | 1           | 36       |
| 11          | Подготовка к выступлениям                                                  | 10             | 10          | -        |
| Итого часов |                                                                            | 144            | 11          | 133      |

### Календарный учебный график 1-го года обучения

| Год обучения | Дата начала освоения программы | Дата окончания освоения программы | Число учебных занятий в неделю | Продолжительность учебных занятий | Количество часов в год |
|--------------|--------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|------------------------|
| 1            | 31 сентября                    | 31 мая                            | 2                              | 2                                 | 144                    |

### 2.2. Учебно-тематический план 2-го года обучения

| №<br>п/п | Название тем                                                               | Всего<br>часов | В том числе |          |
|----------|----------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|----------|
|          |                                                                            |                | теория      | практика |
| 1        | Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на учебном занятии | 1              | 1           | -        |
| 2        | Разминка                                                                   | 15             | 1           | 14       |
| 3        | Общефизическая подготовка                                                  | 8              | 1           | 7        |
| 4        | Ритмичность, музыкальный размер танцев                                     | 6              | 1           | 5        |
| 5        | Упражнения для развития гибкости, растяжки, координации движений           | 8              | 1           | 7        |
| 6        | Техника ног: слоу, фаст композиции                                         | 11             | 1           | 10       |
| 7        | Танцевальные элементы                                                      | 29             | 1           | 28       |
| 8        | Танцевальные композиции                                                    | 35             | 1           | 34       |
| 9        | Актерское мастерство                                                       | 2,5            | 0,5         | 2        |
| 10       | Эмоциональная выразительность танца                                        | 2,5            | 0,5         | 2        |

|                    |                           |            |           |            |
|--------------------|---------------------------|------------|-----------|------------|
| 11                 | Обыгрывание музыки        | 11         | 1         | 10         |
| 12                 | Подготовка к выступлениям | 15         | 15        | -          |
| <b>Итого часов</b> |                           | <b>144</b> | <b>10</b> | <b>134</b> |

### Календарный учебный график 2-го года обучения

| Год обучения | Дата начала освоения программы | Дата окончания освоения программы | Число учебных занятий в неделю | Продолжительность учебных занятий | Количество часов в год |
|--------------|--------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|------------------------|
| 1            | 1 сентября                     | 31 мая                            | 2                              | 2                                 | 144                    |

### 2.3. Учебно-тематический план 3-го года обучения

| № п/п              | Название тем                                                               | Всего часов | В том числе |            |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|------------|
|                    |                                                                            |             | теория      | практика   |
| 1                  | Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на учебном занятии | 1           | 1           | -          |
| 2                  | Разминка                                                                   | 15          | 1           | 14         |
| 3                  | Общефизическая подготовка                                                  | 8           | 1           | 7          |
| 4                  | Музыкальность, брейки в музыке                                             | 12          | 2           | 10         |
| 5                  | Упражнения для развития гибкости, растяжки, координации движений           | 8           | 1           | 7          |
| 6                  | Техника ног: вариации шага в слоу и фаст композициях                       | 11          | 1           | 10         |
| 7                  | Танцевальные элементы                                                      | 23          | -           | 23         |
| 8                  | Танцевальные композиции                                                    | 23          | -           | 23         |
| 9                  | Актерское мастерство                                                       | 3           | 1           | 2          |
| 10                 | Эмоциональная выразительность танца                                        | 3           | 1           | 2          |
| 11                 | Обыгрывание музыки                                                         | 11          | 1           | 10         |
| 12                 | Подготовка к выступлениям                                                  | 26          | 1           | 25         |
| <b>Итого часов</b> |                                                                            | <b>144</b>  | <b>11</b>   | <b>133</b> |

### Календарный учебный график 3-го года обучения

| Год обучения | Дата начала освоения программы | Дата окончания освоения программы | Число учебных занятий в неделю | Продолжительность учебных занятий | Количество часов в год |
|--------------|--------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|------------------------|
| 1            | 1 сентября                     | 31 мая                            | 2                              | 2                                 | 144                    |



### 3. Содержание программы.

#### 3.1. Содержание программы 1-го года обучения

##### 1. Вводное занятие.

*Теория:* Экскурс в историю танца буги-вуги. Задачи на учебный год.

*Практика:* Движения под музыку.

##### 2. Ориентация в пространстве:

*Теория:* понятие линии танца, как проходит линия танца.

*Практика:* построение: понятия линии, колонны, интервала, диагонали.

##### 3. Разминка:

*Теория:* положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения простейших движений.

*Практика:*

-упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;

-упражнения для корпуса и бедер;

-упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);

-упражнения для развития плавности движений рук;

-знакомство с танцевальными терминами.

-тренировочный комплекс для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъемна полупальцы);

-силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа);

-развитие быстроты выполнения элементов;

-знакомство с позициями корпуса, рук и ног;

##### 4. Упражнения для развития гибкости, растяжки, координации движений.

*Теория:* значение гибкости и координации движений для спортивного танца.

*Практика:*

- упражнения для развития координации,

- упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса, упражнения на укрепление позвоночника,

- упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног, упражнения на укрепление и развитие ступней ног,

- упражнения на укрепление мышц плечевого пояса, упражнения на растяжку

##### 5. Музыкальность, ритм.

*Теория:* понятия ритм и музыкальность;

*Практика:*

- упражнения, направленные на развитие чувства ритма у ребенка (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций);

- понятие «джазового квадрата» (деление музыки на «восьмерки»).

##### 6. Положение в паре, взаимодействие в паре.

*Теория:* понятия «ведомость» и «ведение», танцевальные взаимодействия в паре.

*Практика:* Начальное положение в паре – упражнение на противовес в паре, упражнение на «ведомость» и «ведение», положение рук в паре

##### 7. Техника ног.

*Теория:* значение движения ног в танце.

*Практика:* Изучение базового упрощенного шага, в дальнейшем классического основного шага

буги-

вуги.

#### 8. Танцевальные элементы:

*Теория:* основные танцевальные элементы буги-вуги.

*Практика:*

- простейшие движения ног (степы, кики, выпады вправо и влево и др.);
  - базовые движения бедер (круговые и «восьмерка»);
  - прыжки и бег (на месте и с продвижением);
  - исходные движения рук (напряжение и расслабление);
  - синхронизация простейших движений рук и ног
- элементы в паре (американский спин, верхняя и нижняя смены, повороты, свингаут, смена мест, заход в близкую позицию, выход из нее и др.).

#### 9. Танцевальные композиции.

*Теория:* понятие «танцевальная композиция».

*Практика:* Составление изученных элементов в композиции.

### 3.2. Содержание программы 2-го года обучения

#### 1. Разминка:

*Теория:* значение разминочных упражнений.

*Практика:*

- упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
- упражнения для рук, кистей;
- упражнения для развития плавности движений рук;
- упражнения для корпуса и бедер;
- упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы);

#### 2. Общефизическая подготовка.

*Теория:* понятие «общефизическая подготовка», значение её для танцев.

*Практика:*

- тренировочный комплекс для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъемна полупальцы);
- силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа);
- упражнения для укрепления мышц брюшного пресса;
- упражнения для укрепления мышц спины и ног;
- упражнения на выносливость;
- развитие быстроты выполнения элементов;
- классическая хореография;
- усвоение простейших элементов акробатики;
- основы джаза.

#### 3. Ритмичность, музыкальный размер танцев.

*Теория:* понятия ритмичность и музыкальный размер;

*Практика:*

- упражнения, направленные на развитие чувства ритма (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций);
- понятие счета в «джазовом квадрате», варианты, паузы, акценты, брейки.

#### 4. Упражнения для развития гибкости, растяжки, координации

движений.

*Теория:* правила выполнения упражнений на растяжку.

*Практика:*

- упражнения для развития координации,
- упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса, упражнения на укрепление позвоночника,
- упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног, упражнения на укрепление и развитие ступней ног,
- упражнения на укрепление мышц плечевого пояса, упражнения на растяжку.

#### 5. Танцевальные элементы.

*Теория:* правила выполнения танцевальных элементов.

*Практика:*

- движения бедер (круговые и «восьмерка»);
- вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах;
- выпады («прес-лайн», выпады на полную стопу);
- повторение изученных элементов;
- усложненные элементы в парах: обратный свингаут, «стоп энд гоу», «обманки», чарльстоны, несложные трюки («лягушка») и др.

#### 6. Танцевальные композиции.

*Теория:* подходы к составлению танцевальных композиций.

*Практика:* Составление изученных танцевальных элементов в композиции.

#### 7. Техника ног.

*Теория:* требования к шагам основного хода.

*Практика:*

- повторение техники основного шага;
- вариации основного шага (с киками, паузами и др.);
- шаг для фаст композиций;
- шаг для слоу.

#### 8. Актерское мастерство.

*Теория:* Значение актёрского мастерства в спортивном танце.

*Практика:*

- развитие имиджа;
- развитие умения демонстрировать программу.

#### 9. Эмоциональная выразительность танца.

*Теория:* Выражение эмоций в танце.

*Практика:*

- развитие выражение эмоций в танце в соответствии с ритмом и настроением музыки;
- преодоление «зажатости» в танце.

#### 10. Обыгрывание музыки.

*Теория:* особенности музыкального сопровождения в буги-вуги.

*Практика:*

- развитие чувства ощущения музыки, обучение выделению с помощью танцевальных элементов(импровизации) музыкальных пауз, ритма, смены настроения музыки;
- обыгрывание брейков.

#### 11. Подготовка к соревнованиям.

*Теория:* правила соревнований по буги-вуги.

*Практика:*

- прогон всех танцевальных (конкурсных) композиций и их отработка;
- исполнение композиций, под конкурсный ритм и время музыки (1.5-2мин).

### **3.3. Содержание программы 3-го года обучения**

#### **1. Разминка.**

*Теория:* особенности разминки для спортивного танца буги-вуги.

*Практика:*

- упражнения для мышц шеи и верхнего плечевого пояса;
- упражнения для рук, кистей;
- упражнения для развития плавности движений рук;
- упражнения для корпуса и бедер;
- упражнения для ног (икроножные мышцы и стопы).

#### **2. Общефизическая подготовка.**

*Теория:* общефизическая подготовка – основа танцевальной деятельности.

*Практика:*

- тренировочный комплекс для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъемна полупальцы);
- силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа);
- упражнения для укрепления мышц брюшного пресса;
- упражнения для укрепления мышц спины и ног;
- упражнения на выносливость;
- развитие быстроты выполнения элементов;
- классическая хореография;
- усвоение более сложных элементов акробатики;
- основы джаза.

#### **3. Ритмичность, музыкальный размер танцев.**

*Теория:* понятия ритмичность и музыкальный размер;

*Практика:*

- упражнения, направленные на развитие чувства ритма (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций);
- понятие счета в «джазовом квадрате», варианты, паузы, акценты, брейки.

#### **4. Упражнения для развития гибкости, растяжки, координации движений.**

*Теория:* Правила выполнения упражнений.

*Практика:*

- упражнения для развития координации,
- упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса,
- упражнения на укрепление позвоночника,
- упражнения на укрепление мышц тазового пояса, бедер, ног,
- упражнения на укрепление и развитие ступней ног,
- упражнения на укрепление мышц плечевого пояса, упражнения на растяжку.

#### **5. Танцевальные элементы.**

*Теория:* Последовательность выполнения новых танцевальных элементов.

*Практика:*

- движения бедер (круговые и «восьмерка»);
- вращения (спираль, шанне), вращения по одному и в парах;
- выпады («прэс-лайн», выпады на полную стопу);
- повторение изученных элементов;
- усложненные элементы в парах: варианты свингаутов, варианты ведения, усложненные варианты чарльстона, трюки.

6. Танцевальные композиции.

*Теория:* подходы к составлению танцевальных композиций.

*Практика:* Составление изученных танцевальных элементов в композиции.

7. Техника ног.

*Практика:*

- повторение техники основного шага;
- повторение вариаций основного шага (с киками, паузами и др.);
- шаг для фаст композиций с вариациями;
- шаг для слоу композиции с вариациями.

8. Актерское мастерство.

*Практика:*

- развитие имиджа;
- развитие умения демонстрировать программу.

9. Эмоциональная выразительность танца.

*Теория:* преодоление «зажатости» в танце.

*Практика:* развитие выражение эмоций в танце в соответствии с ритмом и настроением музыки;

10. Обыгрывание музыки.

*Теория:* музыкальные паузы, смена настроений в музыке.

*Практика:*

- развитие чувства ощущения музыки, обучение выделению с помощью танцевальных элементов (импровизации) музыкальных пауз, ритма, смены настроения музыки;
- обыгрывание брейков.

11. Подготовка к соревнованиям.

*Теория:* правила безопасности при проведении соревнований по буги-вуги.

*Практика:*

- прогон всех танцевальных (конкурсных) композиций и их отработка;
- исполнение композиций, под конкурсный ритм и время музыки (1.5-2 мин).

## **4. Обеспечение программы**

### **4.1. Методическое обеспечение**

Танцевально-практическая деятельность:

1. Хореографические тренировочные упражнения - система специально разработанных хореографических движений, направленных на развитие определенных танцевальных навыков.
2. Упражнения – планомерное повторное выполнение танцевальных движений, которые выполняются каждое занятие. Выполнение упражнений решает следующие задачи:
  - сформировать необходимую хореографическую культуру, без которой невозможно овладеть танцевальной лексикой;
  - постоянно поддерживать необходимую танцевальную форму.

Педагог разъясняет учащимся важность упражнений, контролирует и учит осуществлять самоконтроль.

Упражнения строятся с учетом постепенного перехода от простых упражнений к сложным. Бывают индивидуальные и групповые упражнения.

### **Методы обучения**

- Объяснительно-иллюстративный, т.к. он способствует созданию прочной информационной базы для формирования умений и навыков. Обучающиеся приобретают знания в готовом виде, которые излагает педагог.
- Репродуктивный. При нем обучающиеся сами воспроизводят известный им по опыту материал. Этот метод позволяет педагогу осуществить контроль за тем, как учащиеся усваивают знания, овладевают умениями и навыками. С помощью разнообразных заданий педагог предлагает воспроизвести разученные ранее танцевальные движения, показать умения и навыки. Этот метод применяется в вариантах: первый - это воспроизведение танцевального материала в наглядно-образной форме; второй - в форме устного изложения; третий - в форме исполнения танцевальной композиции целиком или фрагмента.
- Проблемный. Он заключается в том, что педагог выдвигает перед учащимися познавательную проблему, и сам показывает путь ее решения.
- Частично-поисковый, исследовательский. Эти методы, в отличие от предыдущих, предполагают более активную познавательную деятельность детей. Педагог ставит проблемную ситуацию и предполагает решить самостоятельно. Эти методы взаимосвязаны. Они более эффективны, способствуют более глубокому усвоению танцевального материала.

### **Приемы обучения**

1. Показ. Практика преподавания выделяет три условия танцевального показа:

- предварительный показ танцевальной композиции, отдельных ее элементов, упражнений и т.д. На этом уровне задача - предварительное знакомство с учебным материалом, чтобы позднее, в ходе обучения, дети могли осмысленно соотносить свои действия с ранее увиденным;
- показ танцевального материала. Выделение из совокупности многих танцевальных элементов какого-либо определенного элемента и сосредоточение внимания на его восприятии;
- анализ и синтез танцевального материала, при котором анализируются отдельные части движения, композиции и потом соединяются.

Особое место занимает художественный анализ музыкально-хореографического произведения, разбор выразительных и образных средств и интерпретаций с оценкой.

2. Успешное изложение. С помощью этого приема педагог сообщает знания об истории, современном состоянии хореографии, рассказывает об отдельных танцах, ансамблях и т.д. В соответствии с учебными задачами педагог дает описание учебного материала. Изложение ведется в форме характеристики, где определяются особенности музыки, костюма, творчества.

3. Комментирование. Это словесное сопровождение педагогом сведений об особенностях танцевального движения и музыкального произведения.

4. Инструктирование. Это словесные рекомендации ребенку, как нужно исполнять элементы или композицию в целом. Может касаться правил поведения при общении в танце.

5. Корректирование. В процессе исполнения танцевальных движений корректируются действия обучающихся.

6. Изложение. Применяются различные формы изложения: информация, лекция, беседа и т.д.

### **Воспитательная работа:**

- помощь товарищам в разучивании танцев, взаимоотношения в паре и в коллективе в целом;
- привлечение родителей к участию в подготовке и проведении внутриклубных и городских турниров;
- пошив костюмов (правила танцевального костюма).

*Методы и формы воспитательной работы* включают: убеждение, упражнение, пример, поощрение, принуждение, наказание.

Оценить состояние воспитательной работы – значит, на любом ее этапе сравнить достигнутое с целями, задачами и содержанием воспитательной работы в детском коллективе, определить эффективность мер и приемов. Для оценки используются общепринятые методы: наблюдение, беседы, мнение педагога, практические дела и поступки обучающихся, дисциплина, опросы.

В целях эффективности воспитания педагогу необходимо так организовать образовательный процесс, чтобы постоянно ставить перед обучающимися задачи осязаемого двигательного и интеллектуального совершенствования.

В коллективе каждый ребенок развивается всесторонне – в нравственном, умственном и физическом отношении, где возникают и проявляются разнообразные отношения: каждого обучающегося к своему коллективу, между членами коллектива, между спортивными соперниками на соревнованиях.

При решении задач *по сплочению коллектива* и воспитанию чувства коллективизма целесообразно использовать проведение походов, экскурсий, тематических вечеров и встреч, создавать хорошие условия для общественно полезной деятельности.

Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у обучающихся.

### **Организационные формы обучения**

Организационные формы обучения определяются целями и задачами, составом учащихся, местом и временем занятий, характером и последовательностью учебно-воспитательной работы:

- индивидуальные занятия;
- коллективные занятия;
- массовые (для создания композиции танца):
- фронтальный способ обучения (одновременное выполнение упражнений всеми учащимися);
- поточный способ (поочередное выполнение упражнений, когда один ребенок закончил задание, другой приступает к нему);
- посменный способ (одно задание на всех, но выполняется по сменам);
- групповой способ (каждая группа, получив задания, работает отдельно под руководством педагога);
- в парах – работа учащихся в паре;
- индивидуальный (работа с солистами, работа с отдельными обучающимися над элементами танца и др.).

### **Особенности проведения учебного занятия**

Любое занятие в коллективе строится по общепринятой структуре учебного занятия. Оно состоит из 3-х частей: вводной (или подготовительной), основной и заключительной. В зависимости от специфики хореографического искусства эти части имеют свои особенности и наполняются различным содержанием в зависимости от жанра и возрастной категории обучающихся.

Алгоритм традиционного занятия:

1. Подготовительная часть или разминка, способствующая разогреву мышц, суставов, связок.
2. Основная часть:
  - тренировочная (тренаж): изучение элементов, упражнений, их сочетаний, поз, ракурсов и т.д., их детальная отработка;
  - танцевальная: изучение различных комбинаций, этюдов, композиций на основе любого танцевального направления, отработка техники и манеры исполнения в них.
3. Заключительная часть, предполагающая расслабление мышечно-связочного аппарата.

Каждая часть занятия выполняет свои задачи. Главная задача подготовительной части – организовать внимание занимающихся и подготовить мышцы, суставы и связки к интенсивной физической работе.

Задачи основной части – развитие и формирование мышечного аппарата, развитие подвижности суставов, развитие силы и выносливости, координации, хореографической памяти, музыкального слуха посредством освоения тренировочных и танцевальных движений, их выразительного исполнения.

Задача заключительной части – снятие физического зажима, нервного напряжения, эмоциональный подъём и подъём жизненного тонуса посредством игр, расслабляющих упражнений на дыхание.

#### **Дидактическое обеспечение:**

- литература по предметной деятельности;
- запись видеоуроков;
- схемы танцевальных движений.

#### **4.2. Материально-техническое обеспечение**

*К материально - техническим условиям реализации программы относятся:*

- наличие достаточно большого помещения для практических занятий буги-вуги;
- наличие аппаратуры;
- наличие зеркал для осуществления детьми самоконтроля;
- наличие ковриков для занятий.



## 5. Контрольно-измерительные материалы

В процессе реализации программы используются следующие виды контроля: – входной контроль (первичная диагностика). Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление знаний и формирование практических умений и навыков. Итоговый контроль проводится в конце обучения по результатам участия ребенка в соревнованиях.

Мониторинг образовательных результатов в объединении проводится по нескольким параметрам:

- динамика обучения по программе;
- динамика развития;
- динамика воспитания.

| Показатели<br>(оцениваемые<br>качества)                       | Критерии                                                                                                                              | Степень выраженности<br>оцениваемого<br>качества                                          | Кол-во<br>баллов | Методы<br>диагностики          |
|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------|
| Динамика<br>обучения по<br>программе<br>(обучающие<br>задачи) | Освоение<br>базовых<br>танцевальных<br>фигур                                                                                          | качество выражено неярко,<br>допускаются грубые ошибки<br>(низкий уровень)                | 1                | Тестирование<br><br>Наблюдение |
|                                                               |                                                                                                                                       | качество достаточно хорошо выражено,<br>но допускаются мелкие ошибки<br>(средний уровень) | 2                |                                |
|                                                               |                                                                                                                                       | качество выражено ярко,<br>ошибки не допускаются<br>(высокий уровень)                     | 3                |                                |
|                                                               | Исполнение<br>танцевальных<br>движений в<br>соответствии с<br>темпом, ритмом<br>и характером<br>музыки                                | качество выражено неярко,<br>допускаются грубые ошибки<br>(низкий уровень)                | 1                | Наблюдение                     |
|                                                               |                                                                                                                                       | качество достаточно хорошо выражено,<br>но допускаются мелкие ошибки<br>(средний уровень) | 2                |                                |
|                                                               |                                                                                                                                       | качество выражено ярко,<br>ошибки не допускаются<br>(высокий уровень)                     | 3                |                                |
|                                                               | Координация<br>движений:<br>исполнение<br>танцевальных<br>движений в<br>соответствии с<br>темпом,<br>ритмом и<br>характером<br>музыки | качество выражено неярко,<br>допускаются грубые ошибки<br>(низкий уровень)                | 1                | Контрольные<br>задания         |
|                                                               |                                                                                                                                       | качество достаточно хорошо выражено,<br>но допускаются мелкие ошибки<br>(средний уровень) | 2                |                                |
|                                                               |                                                                                                                                       | качество выражено ярко,<br>ошибки не допускаются<br>(высокий уровень)                     | 3                |                                |
| Динамика<br>развития                                          | Креативность<br>в выполнении<br>практических<br>заданий:<br>умение<br>комбинирова                                                     | качество выражено неярко,<br>допускаются грубые ошибки<br>(низкий уровень)                | 1                | Наблюдение                     |
|                                                               |                                                                                                                                       | качество достаточно хорошо выражено,<br>но допускаются мелкие ошибки<br>(средний уровень) | 2                |                                |

|                     |                                                                                                             |                                                                                     |   |            |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---|------------|
|                     | ния базовых фигур под музыку                                                                                | качество выражено ярко, ошибки не допускаются (высокий уровень)                     | 3 |            |
| Динамика воспитания | Проявление целеустремленности, трудолюбия, силы воли при решении поставленных задач                         | качество выражено неярко, допускаются грубые ошибки (низкий уровень)                | 1 | Наблюдение |
|                     |                                                                                                             | качество достаточно хорошо выражено, но допускаются мелкие ошибки (средний уровень) | 2 |            |
|                     |                                                                                                             | качество выражено ярко, ошибки не допускаются (высокий уровень)                     | 3 |            |
|                     | Проявление тактичности, умение управлять своими эмоциями; способность к позитивному общению со сверстниками | качество выражено неярко, допускаются грубые ошибки (низкий уровень)                | 1 | Наблюдение |
|                     |                                                                                                             | качество достаточно хорошо выражено, но допускаются мелкие ошибки (средний уровень) | 2 |            |
|                     |                                                                                                             | качество выражено ярко, ошибки не допускаются (высокий уровень)                     | 3 |            |

**Форма подведения итогов по каждой теме или разделу.**

| <b>№</b> | <b>Тема занятий</b>                                   | <b>Форма подведения итогов</b>                                                 |
|----------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | Вводное занятие                                       | -----                                                                          |
| 2        | Ознакомление с программами и танцем буги-вуги         | Устный фронтальный опрос.                                                      |
| 3        | Ориентирование в зале                                 | Игра.                                                                          |
| 4        | Разминка                                              | Разминка. Готовность учащегося к выполнению физической нагрузки.               |
| 5        | Общефизическая подготовка                             | Вариация из упражнений направленная на координацию, равновесие и выносливость. |
| 6        | Упражнения на координацию, растяжку, гибкость         | Вариация из упражнений на растяжку, подвижность связок и суставов.             |
| 7        | Ритмичность, музыкальность, музыкальный размер танцев | Танец, самостоятельное задание.                                                |
| 8        | Танцевальные элементы                                 | Небольшая композиция с использованием танцевальных элементов                   |
| 9        | Актерское мастерство                                  | Творческое задание.                                                            |

## 6. Информационные источники

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. С.-Петербург, 1996.
2. Горшкова Е.В. Учимся танцевать. Путь к творчеству. М.: НПО «Психотехника», 1993.
3. Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. постановлением Правительства области от 17.07.2018 года № 527-п. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.gcro.ru/pfdo-doc>
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р. [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://static.government.ru/media/files/3fIgkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf>
5. Матяшина А.А. Путешествие в страну Хореография. М, 1998.
6. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831) – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://base.garant.ru/72116730/>
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05 мая 2018 г. № 298н 2 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71932204/>
8. Программно-методическое обеспечение по буги-вуги (методическое пособие – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fdsarr.ru/upload/form/Методическое%20пособие%20по%20буги-вуги%20ФТСАРР%202020.pdf>
9. Санитарные правила СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/>
10. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждённая Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996 – Режим доступа: <http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>
11. Танцевальный репертуар для школьников. Метод. рекомендации. М, 1983.
12. Тобиас М., Стюарт М. Растягивайся и расслабляйся: Пер. с англ. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
13. Учимся танцевать. Шаг за шагом. М, Попурри ,2002.
14. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70291362/>