ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ ТВОРЧЕСТВА «НА ВАДКОВСКОМ»

СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ «РОССИЯ МОЛОДАЯ»

Принята на заседании
Методического совета
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

«Утверждаю»
Директор ГБУ ДО
ЦТ «На Вадковском» _____
К.Г. Полянский
«30» августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «СПОРТИВНЫЕ БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ»

Автор-составитель:
Беляк Юлия Сергеевна,
педагог дополнительного образования

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень освоения программы: базовый
Возраст обучающихся: 9-17 лет
Срок реализации программы: 4 года

Москва, 2023 год

Раздел 1. Пояснительная записка

1.1. Направленность дополнительной общеразвивающей программы

Программа «Спортивные бальные танцы» **физкультурно - спортивной направленности** создана с целью Самореализация творческого потенциала личности ребенка в процессе обучения основам спортивно-бального танца в 2008 году.

Программа «Спортивные бальные танцы - БУ» (далее Программа) является 2 этапом обучения детей. Перед зачислением и обучением по данной программе, учащимся необходимо закончить программу по спортивным бальным танцам ознакомительного уровня или иметь какие-то танцевальные и хореографические навыки.

Программа разработана и обновлена с опорой на Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. (ред. 04.08.2023 г.); Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Концепцию развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации № 678-р от 31 марта 2022 г.); Приказ Департамента образования города Москвы № 922 от 17.12.2014 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014–2015 учебном году» (с изменениями и дополнениями от 07.08. 2015 г.; № 1308 от 08.09.2015 № 2074; №1035 от 30.08.16, от 31.01.2017 № 30); Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.15 № 09-3242; Постановление Главного государственного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Положение о порядке разработки и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ ГБУ ДО города Москвы «Центр творчества «На Вадковском», Устав и Программу развития ГБУ ДО ЦТ «На Вадковском».

1.2. Уровень освоения программы

Программа соответствует региональным нормативным требованиям, предъявляемым к **базовому уровню** освоения дополнительных общеразвивающих программ.

Программа реализуется на следующих условиях:

- дети, имеющие право на социальные льготы, осваивают программу за счёт бюджетных средств;
- дети, не имеющие социальные льготы, осваивают программу за счет внебюджетных средств.

Программа разработана в Центре творчества «На Вадковском» и реализуется в структурном подразделении «Россия молодая».

1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Спортивно-бальные танцы как вид искусства обладают скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

В настоящее время спортивно-бальные танцы завоевывает все более широкую популярность. Это объясняется высокой культурой и красотой его исполнения, зрелищностью и безграничными возможностями. Человек, увлекающийся бальными танцами, в течение всей жизни может хорошо владеть своим телом, укреплять нервную и дыхательную систему, поддерживать мышечный тонус, наслаждаясь при этом прекрасной музыкой.

Спортивно-бальные танцы исполняются в паре. Дети, танцуя в парах, учатся помогать друг другу, прислушиваться к мнению партнера, находить совместные решения, овладевают культурой общения.

Занятия приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удвлетво-

рение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Специфика занятий спортивными бальными танцами предполагает обязательное участие обучающихся детей в танцевальных конкурсах.

На первый год обучения дети, как правило, принимают участие в открытых классификационных соревнованиях, как в сольном, так и в парном исполнении.

На втором и третьем году рекомендуется участвовать как в открытых классификационных соревнованиях, так и в открытых рейтинговых, всероссийских турнирах в парном исполнении.

Во-первых, именно соревнование с другими танцорами настраивает учеников на достижение результата, мотивирует их на большую отдачу на тренировочных занятиях для повышения танцевального мастерства и присвоения более высоких спортивных разрядов.

Во-вторых, участие в танцевальных конкурсах в присутствии своих друзей, других танцоров и значительной зрительской аудитории позволяет еще недостаточно опытным обучающимся раскрепоститься, снимает определенную зажатость и излишнюю стеснительность, что благотворно сказывается не только на танцевальной площадке, но и в обычной жизни.

В-третьих, при проведении танцевальных турниров на площадке появляются танцоры различных возрастов и танцевальных классов, в том числе и мастера высокого уровня, наблюдая за которыми обучающиеся могут почерпнуть для себя много нового, увидеть воочию, к чему надо стремиться. Такие мероприятия следует рассматривать как открытые уроки или мастер-классы.

В-четвертых, проведение танцевальных конкурсов регламентировано правилами танцевальной федерации, соревнования проводятся строго по расписанию, на основании принятых норм по костюмам, прическам, с установленными ограничениями по фигурам, с предварительной регистрацией и официальной публикацией подробных результатов. Все это, с одной стороны, мобилизует и приучает детей к порядку, с другой, позволяет им почувствовать себя важной частью большой дружной танцевальной организации.

И наконец, в-пятых, на танцевальных турнирах выступление танцоров оценивают профессиональные судьи, известные танцоры, признанные мастера спортивного бального танца. Оценки, выставленные такими людьми, вызывают заведомое уважение, являются объективной оценкой уровня мастерства танцоров и дают истинный вектор для дальнейшего повышения танцевального мастерства.

Таким образом, в процессе занятий спортивным бальным танцам совершенно необходимо регулярное участие обучающихся в танцевальных турнирах.

Поэтому главная задача педагога – с одной стороны помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, с другой способствовать стремлению к физическому совершенству и достижению определенных спортивных результатов.

Педагогическая целесообразность программы в системе спортивно — танцевального воспитания соответствует дидактическим принципам и нормам организации педагогического процесса. В программе четко определена роль педагога, место и функции воспитанников, их совместная деятельность, направленная на реализацию задач образовательного и воспитательного характера. Формирование двигательных умений, навыков, воспитание физических качеств и психических свойств осуществляется в полном соответствии с закономерностями периодизации онтогенеза. Фактором практической реализации в воспитании служит активная танцевально-спортивная двигательная деятельность, обеспечивающая формирование рациональных способов выполнения двигательных действий и педагогических задач. Оптимизация воспитательно-образовательного процесса осуществляется через закономерность и особенность психического развития танцора для формирования его личности как социального субъекта.

Посредством программы формируется мыслящий, эмоциональный, сознательный воспитанник, способный ориентироваться в окружающей среде, преодолевать трудности. Бальные танцы развивают самостоятельность, самоконтроль, творческое мышление, воображение, ловкость, подвижность, общую выносливость. Танцевальные движения создают хорошее самочувствие, «заряжают» занимающихся бодрым настроением и энергией, воспитывают самостоятельную двигательную активность, формируют привычку к здоровому образу жизни. Создание эффективной формы учебного процесса, имеющей в своей основе спортивные бальные танцы, органически связанные с усвоением норм этики, немыслимы без выработки высокой культуры общения между людьми.

1.4. Отличительные особенности программы

Отличительные особенности программы основаны на новейших технологиях, направленных на подготовку и комплектацию танцевальных пар, спортивное танцевание, обучение технике бального танца, включение элементов бального танца, движений и вариаций в различных сочетаниях, обучение основам этикета, эстетики и сценического действия.

Спортивная деятельность отличается от других видов деятельности целями, задачами и способами их достижения. Спортивная деятельность находится в большой зависимости от психологических факторов и процессов, состояний, поведения воспитанников: их эмоциональной сферы и мотиваций, индивидуальных умений и темперамента, черт характера и волевых качеств, функциональных особенностей мышления, памяти, внимания.

Отличительной особенностью программы является интеграция психологии физического воспитания и психологии спорта.

В процессе физического воспитания спортсмены учатся регулировать свои действия на основе зрительных, мышечно-двигательных и вестибулярных ощущений и восприятий. Развивается двигательная память, мышление, воля и способности к саморегуляции психических состояний самоанализу и самооценке.

1.5. Цель программы

Самореализация творческого потенциала личности ребенка в процессе обучения основам спортивно-бального танца.

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

постепенность в развитии природных способностей детей;

строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;

систематичность и регулярность занятий;

целенаправленность учебного процесса.

1.6. Задачи программы

В процессе реализации программы решаются следующие **задачи**:

Образовательные

- общая хореографическая подготовка средствами бальной хореографии и современного танца;
- обучение технике исполнения шагов и фигур в различных танцевальных жанрах;
- обучение детей движению под музыку, передавая ее темповые, динамические и метроритмические особенности;
- изучение истории, «географии» танца, происхождения и развития спортивных бальных танцев;
- изучение основ структуры танца, построение композиций;
- поэтапное овладение детьми каждой возрастной группы (по принципу нарастающего интереса) основами современного и бального танца

Развивающие

- развитие физических качеств (ловкость, быстрота, гибкость, равновесие, прыгучесть, выносливость);
- развитие психофизиологические качества личности ребенка: память, внимание, мышление, воображение, сосредоточенность;

- формирование правильной осанки, укрепление суставно-двигательного и связочного аппарата;
- развитие природных физических данных: чувства ритма, координации, пластичности;
- развитие способности различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой;
- развитие элементарных пространственных представлений; ориентация детей в ограниченном сценическом пространстве, в композиционных перестроениях танцевальных рисунков-фигур;

Воспитательные

- формирование интереса к танцевальному искусству, раскрыв его многообразие и красоту.
- воспитание вежливое, внимательное, бережное отношение партнеров друг к другу;
- формирование силы, выносливости, воли, ловкости, внимания, концентрации, трудолюбия;
- привитие основ правильного поведения в обществе;
- воспитание художественного вкуса и эмоциональной отзывчивости;
- развитие эмоциональной сферы, артистизма, пластичности, исполнительских умений и навыков;
- создание условий для самоутверждения и самореализации личности;
- формирование и совершенствование коммуникативного межличностного общения («исполнитель-педагог», «партнёр-партнёрша», «участник-ансамбль/коллектив»);
- воспитание уважительного отношения к работе в команде;
- побуждать учащихся к саморазвитию и самовоспитанию, к самооценке и самоанализу;
- формирование и воспитание потребности в самооценке, самокритике.

1.7. Категория обучающихся

Данная программа по спортивно-бальным танцам рассчитана на детей от 9 до 17 лет.

В объединении принимаются все желающие по представлении медицинской справки.

1.8. Срок реализации программы

Программа реализуется в течение 4 года.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Наполняемость групп первого года обучения – 12-15 чел, второго – 10-12 чел и третьего и последующих лет - 8-10 чел.

Занятия с группами первого и второго года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 ч с каждой группой, с группами 3-его года обучения ведется 3 раза раз в неделю по 2 часа, с группами 4-го года обучения ведется 3 раза в неделю по 2 и 3 часа. Программа подразумевает проведение трехчасового занятия, которое проводится по субботам или воскресеньям. Поскольку участие в турнирах является объективной необходимостью учебного процесса, то одно занятие в неделю проводится в такой форме, опираясь на график проведения турниров в Танцевальной Федерации. На соревнованиях могут принимать участие дети, начиная с пятилетнего возраста, в соответствии с классификационными группами, утверждёнными Танцевальной Федерацией.

На занятиях первого года обучения дети знакомятся с музыкальными ритмами, основами движения ног и рук, поворотами, вращениями, направлением движения в зале. Наряду с групповыми занятиями могут проводиться и индивидуальные тренировки для отстающих или более способных учеников. Проверкой результатов являются открытый урок и аттестационные турниры. Можно предположить, что в конце 1 года, обучающиеся будут показывать уровень танцевального мастерства - начинающие танцоры Н-3 (по классификации МОТЛ).

Второй год обучения - это совершенствование техники исполнения танца. Работа над качеством шага, обращение особого внимания на работу коленей, стоп, бедер, корпуса и головы. Ведение - как важная ступень в танце с партнером. Новые танцы «Быстрый фокстрот» и «джайв».

Проверкой результатов обучения могут быть открытые занятия, участие в концертах, выступления на аттестационных турнирах и межклубных соревнованиях. В конце 2 года обучения ученики обычно достигают уровня - начинающие танцоры Н-3, Н-4 (по классификации МОТЛ).

На третьем году обучения ждет дальнейшее совершенствование танцевального мастерства. Увеличение количества фигур в каждом танце. Знание терминологии. Умение составить композицию танца из известных фигур. Подготовка к выступлению на конкурсах по спортивному разряду.

Новые танцы «Венский вальс» и «Румба». Наряду с групповыми тренировками проводятся и индивидуальные занятия, а проверкой результатов обучения танцоров могут являться: открытые уроки, участие в концертах с показательными номерами, аттестационные выступления и спортивные соревнования.

В конце третьего года обучения ученики могут показывать уровень мастерства Н-4, Е класс (в зависимости от способностей танцоров, возрастных особенностей). Лучшим закреплением

достигнутого уровня танцевания являются спортивные танцевальные сборы, проводимые педагогом в каникулярные периоды.

На четвертом году обучения добавляются танцы «Танго», «Медленный фокстрот» и «Пасодобль». В конце четвертого года обучения ученики могут показывать уровень D-C классов и принимать участие не только на классификационных соревнованиях, но и на открытых рейтинговых.

Обучение направлено на то, чтобы по окончании трехлетнего периода выпустить гармонично развитую личность, физически крепкую и здоровую, умеющую грамотно танцевать базисные фигуры в каждом танце предложенной программы, различать танцы по характеру исполнения, желающую продолжать далее обучение с целью выступления на крупных танцевальных соревнованиях.

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе детей: с учетом психологии и физиологии ребенка данного возраста, а также физических способностей учащихся, танцевавших ранее и не имевших хореографической подготовки.

1.10. Планируемые результаты освоения программы

По окончании I года обучения дети будут знать:

- единые требования о правилах поведения в танцевальном классе, на сцене;
- требования к внешнему виду на занятиях;
- основы музыкальной грамоты;
- темп музыки;
- основные принципы движения ног и рук;
- приемы и способы формирования правильной осанки и танцевального стиля выполнения фигур танца;
- названия изученных элементов.

Будут уметь:

- двигаться под музыку, воспроизводить заданный ритмический рисунок хлопками;
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- исполнять повороты, вращения, ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- исполнять основные элементы танцев (полька, ча-ча-ча, вальс)
- физически выдерживать исполнения всей программы (прогоны всех танцев)

По окончании II года обучения дети будут знать:

- музыкальные размеры и характер музыки;
- названия изученных элементов;

- базовые элементы средней и высшей группы трудности;
- основные принципы исполнения поворотов;
- понятие «линия танца»;
- элементы хореографических форм в простейших соединениях
- средства музыкальной выразительности
- направление исполняемых фигур

Будут уметь:

- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- работать над качеством шага, обращать особое внимание на работу коленей, стоп, бедер, корпуса и головы;
- понимать музыку, согласовывать свои движения с музыкой;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным исполнением;
- грамотно вести партнершу;
- самостоятельно выполнять на удовлетворительном уровне изученные элементы танцев (полька, медленный вальс, быстры фокстрот, ча-ча-ча, джайв);
- выполнять прогоны по пяти танцам.

По окончании III года обучения дети будут знать:

- музыкальную грамоту;
- названия изученных элементов (терминологию);
- элементы танцевальных форм в сложных соединениях
- основные принципы исполнения поворотов;
- понятие «линия танца»;
- направление исполняемых фигур;
- как правильно распределять вес по стопе в зависимости от исполняемого танца;
- критерии судейства.

Будут уметь:

- самостоятельно выполнять на достаточном уровне изученные элементы танцев (полька, медленный вальс, венский вальс, быстры фокстрот, ча-ча-ча, румба, джайв);
- составлять композицию танца из известных фигур;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- выражать образ с помощью движений;

- применять специальные физические упражнения для совершенствования базовой техники танцев;
- ориентироваться в пространстве, на танцевальной площадке;
- выполнять прогоны по семи танцам.

По окончании IV года обучения дети будут знать:

- музыкальную грамоту;
- названия изученных элементов (терминологию);
- основные принципы исполнения поворотов;
- понятие «линия танца»;
- направление исполняемых фигур;
- как правильно распределять вес по стопе в зависимости от исполняемого танца.
- Понятия СВМ и СВМР (противоход корпуса и позиция противохода корпуса)
- Понятие свинга в европейской программе.
- Работа бедер и сторон корпуса в Латиноамериканской программе.

Будут уметь:

- самостоятельно выполнять изученные элементы танцев (медленный вальс, танго, венский вальс, быстры фокстрот, ча-ча-ча, самба, румба, пасодобль, джайв);
- составлять композицию танца из известных фигур
- владеть исполнительским мастерством сценического танца;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- выражать образ с помощью движений;
- выполнять прогоны по десяти танцам.

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
2.1. Учебный план

№	Раздел, тема	1 год обучения			2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теор	Прак	Всего	Теор	Прак	Всего	Теор	Прак	Всего	Теор	Прак	
1.	Введение. Техника безопасности. Правила безопасного поведения в обществе.	**2**	1	1	**2**	1	1	**2**	1	1	**2**	1	1	Тестирование Опрос
2.	Ритмика и музыкальная грамота	**38**	9	29	**18**	3	15	**52**	10	42	**22**	8	14	Групповой просмотр Зачет
3.	Азбука латиноамериканских и европейских танцев	**38**	6	32	**42**	8	34	**62**	12	50	**62**	10	52	Групповой просмотр Зачет
4.	Танцевальные вариации. Прогон. Подготовка к турниру.	**40**	7	33	**50**	10	40	**66**	12	54	**58**	10	48	Зачет Групповой просмотр
5.	Концертная деятельность, фестивали и турниры	**29**	5	24	**35**	6	29	**42**	-	42	**42**	-	42	Аттестация Турниры Соревнования
7.	Итоговое занятие. Выступление перед родителями	**5**	1	4	**5**	1	4	**4**	1	3	**4**	1	3	Тестирование Показательные выступления
	Итого:	**152**	**29**	**123**	**152**	**29**	**123**	**228**	**36**	**192**	**152**	**30**	**160**	

2.2. Содержание учебного плана

Первого года обучения.

1. Введение. Техника безопасности

Собеседование с детьми и родителями. Вводный просмотр физических и танцевальных возможностей детей. Определение воспитанников по группам. Знакомство с группой. Режим занятий. Форма одежды для обучения в коллективе. Правила поведения в Центре. Техника безопасности. Правила безопасного поведения в обществе. Беседа о противодействиях экстремизму и терроризму. Память о Беслане.

2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Теория музыки и движения. Понятие «мелодия». Темп музыки. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки.

Упражнения, развивающие музыкальные чувство:

1. Марш «танцевальный шаг» (исполняется со сменой размеров и темпов).
2. Шаг на полупальцах с высоким подъемом колена.
3. Бег на полупальцах с высоким подъемом колена вперед, подскоки.
4. Повороты головы, наклоны головы.
5. Наклоны корпуса вперед, назад и в сторону.
6. Постановка корпуса.
7. Основные положения рук: вдоль корпуса, на поясе.
8. Прыжки (на двух ногах, на одной ноге, с поворотом).
9. Построения и перестроения в соответствии со структурой музыкальных произведений.
10. Упражнения для развития силы мышц и подвижности суставов, выворотности ног; исполняются в положении сидя, лежа на спине и на животе.
11. Растяжки на полу.
12. Упражнения для гибкости спины.

3. Азбука европейских и латиноамериканских танцев

1. Знакомство с основными элементами европейской программы. Стандарт. Танцы Медленный вальс, Полька. Изучение базовых фигур. Настроение танца. Музыкальный размер. Основы стандартных танцев. Техника Медленного Вальса (теория)

1 Стойка и линия тела.

2. Направления движения и равнения в зале.

3. Позиции шагов по отношению к корпусу.

4. Позиции корпуса по отношению к залу (направления шагов).

5. Позиция, баланс, прогулка.

6. Ведение и следование.

7. Критерии оценок.

8. Краткая характеристика танца.

(Практика)

• показ, изучение, исполнение в паре;

• «качели»;

• «маленький квадрат»;

• «большой квадрат»;

• правый поворот, перемена, левый поворот.

2. Знакомство с основными элементами латиноамериканской программы. Танец Ча-ча-ча. Настроение танца. Музыкальный размер.

Практика

• ча-ча-ча шассе;

• основной ход, чек, ход назад;

• чек с поворотом вправо и влево (нью-йорк);

• основной кросс;

• веер.

4. Танцевальные вариации

1. Построение композиций из основных элементов следующих танцев:

польки, ча-ча-ча и вальса;

2. разучивание новых связок.

Постановка

знакомство с музыкальным материалом постановки;

изучение танцевальных движений;

соединение движений в танцевальные композиции.

3. Репетиция:

отработка элементов;

развитие пластичности;

работа над техникой танца;

5. Концертная деятельность, фестивали и турниры

Участие в праздниках Центра, танцевальных фестивалях и выездных турнирах.

6. Итоговое занятие

Выступление перед родителями. Открытые занятия. Подведение итогов года.

Содержание учебного плана

2 год обучения

1. Введение. Техника безопасности

Техника безопасности на занятия и на переменах. Правила безопасного поведения в обществе. Беседа о противодействиях экстремизму и терроризму. Память о Беслане. План на учебный год. Теория и форма занятий. Внешний вид учащихся. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина во время обучения. Взаимоотношения «обучающийся - педагог» и отношения между детьми. Подготовка класса для занятий и их режим. Техника безопасности. Демонстрация педагогом основных движений латиноамериканских и европейских танцев.

2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты

Теория музыки и движения. Понятие «мелодия». Темп музыки. Ускорение и замедление. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы. Ритм музыки. Практика выразительных движений для создания образа. Самостоятельное использование музыкально-двигательной деятельности в импровизациях.

Упражнения, развивающие музыкальное чувство

1. Элементы партерной гимнастики (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу);
2. Упражнения для укрепления мышц спины, живота, выворотности ног.
3. Pas польки.
4. Галоп.

3. Азбука латиноамериканских и европейских танцев

- Элементы Европейской программы (танцы медленный вальс и быстрый фокстрот)

Музыкальные и технические характеристики. «Качели», перемены с ПН и ЛН, перемены с поворотом на четверть с ПН и ПН. Продвижение по ЛТ, индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой позиции. Натуральный поворот, обратный поворот, виск, шассе.

Практика:

- натуральный поворот;
- закрытая перемена;
- обратный поворот;
- закрытая перемена;
- 1-2-3 натурального поворота;
- колебательная перемена;
- шассе вправо;
- внешняя перемена;
- открытая перемена;
- виск;
- прогрессивное шассе;
- обратный поворот;

• виск и шассе;
• натуральный спин;
• поворот;
• поворотный Локк.

● Элементы Латиноамериканской программы (танцы ча-ча-ча и джайв).

Техника ча-ча-ча (теория)

Музыкальные и технические сравнительные характеристики. Основной ход. Ча-ча-ча шассе, чек, ход назад, чек с поворотом ВП и ВЛ (нью-йорк), рука-в-руке, спот-поворот. Индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой лицевой позиции.

Практика:

• чек;
• фэн;
• спот-поворот;
• клюшка;
• открытый ХНП твист;
• алемана.

Техника джайва

Музыкальные и технические сравнительные характеристики.

джайв-шассе, линк-рок и линк, стой-и-иди, американский спин.

Индивидуально, в подготовительной поддержке, закрытой поддержке.

Практика:

• линк-рок и линк;
• американский спин;
• фолловэй рок;
• стой и иди;
• поворот вправо;
• смена рук за спиной;
• фолловэй — троуэвэй;
• смена мест слева направо;

4. Танцевальные вариации

1. Построение композиций из основных элементов следующих танцев:

ча-ча-ча, джайва, вальса и быстрого фокстрота;

2.разучивание новых связок.

Постановка:

знакомство с музыкальным материалом постановки;

изучение танцевальных движений;

соединение движений в танцевальные композиции;

Репетиция:

отработка элементов;

работа над музыкальностью;

развитие пластичности;

синхронность в исполнении;

работа над техникой танца;

выразительность и эмоциональность исполнения.

6. Концертная деятельность, фестивали и турниры

участие в праздниках Центра;

выступления на фестивалях и выездных турнирах.

7. Итоговое занятие

Выступление перед родителями. Проведение открытого занятия

Содержание учебного плана

3 год обучения

1. Введение. Техника безопасности

Техника безопасности на занятия и на переменах. Правила безопасного поведения в обществе. Беседа о противодействиях экстремизму и терроризму. Память о Беслане. План и задачи года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Комплектование группы. Выбор родительского комитета. Обсуждение и решение проблем: оформления и оборудования класса, подготовки костюмов, организации отдыха на каникулах.
Демонстрация педагогом основных движений латиноамериканских и европейских танцев.

2. Ритмика и музыкальная грамота

Повороты в танцах европейского стандарта. Вращения в латиноамериканских танцах. Изучение комплекса музыкально-двигательных элементов, обеспечивающих основу всестороннего физического развития воспитанников. Изучение поворотов на примере вращений в самбе (вольтовый поворот). Усложненный комплекс ритмических упражнений. Элементы классического экзерсиса. Совершенствование и закрепление полученных двигательных функций и навыков в согласования движений в музыке. Специальная физическая подготовка

Основными средствами СФП являются упражнения, близкие к технике танца, базовым структурам движений. Упражнения по СФП направлены на развитие специфических физических качеств, применяемых к характеру упражнений фигур каждого танца (характеру танца, музыке, ритму, балансу, ориентировке в зале, пространстве, умению владеть паркетом, статической и динамической выносливости). Совершенствование учебно—тренировочного процесса — использование инноваций различных областей науки (спортивная медицина, физиология спорта, спортивная психология).

Практика: исполнение упражнений, близких к технике танцев, базовым структурам движений; взаимодействие в паре; подводящие движения и фазы движений; волны и взмахи.

3. Азбука латиноамериканских и европейских танцев

1.Элементы европейской программы (танцы: медленный вальс, венский вальс и быстрый фокстрот.)

Техника квикстепа

Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции квикстепа.

Практика:

- натуральный спин-поворот;
- обратный поворот, законченный лицом по ЛТ;
- быстрый левый поворот;
- прогрессивное шассе;
- локк-степ;
- четвертной поворот;
- зиг-заг;
- обратный поворот и бегущий спин;
- спин-поворот.

Техника медленного вальса

(теория) Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции медленного вальса.

Практика:

- натуральный спин-поворот;
- 4-5-6 обратного поворота;
- двойной левый спин;
- дрег-хезитейшн;
- обратный локк;
- 4-5-6 натурального поворота;
- открытый импетус;
- кросс-хезтейшн;
- наружный спин;
- закрытая перемена; обратный поворот;
- виск;
- шассе;
- внешняя перемена в променад; крыло;
- телемарк

2.Элементы латиноамериканской программы (танцы: ча-ча-ча, румбы и джаив).

Техника Ча-ча-ча. Теория. Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции ча-ча-ча.

Практика:

- чек;
- на месте;
- чеке поворотом;
- хип-вист;
- фэн;
- усложненый хнп твист;
- фэн;
- алемана;
- рука-в-руке;
- спот-поворот.

• клюшка;
• чек;
• алемана;

Техника джайва. Теория. Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции джайва.

Практика

• линк-рок и линк;
• фолловэи рок;
• поворот вправо;
• фолловэй троувэй;
• смена мест слева направо;
• американский спин;
• стой-и-иди;
• смена рук за спиной;
• флики-в-брэйк

4. Танцевальные вариации

1.Построение композиций из основных элементов следующих танцев:

медленного и венского вальсов, быстрого фокстрота, ча-ча-ча, румбы и джайва;

2.разучивание новых связок.

Постановка

Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость).

5. Концертная деятельность, фестивали и турниры

- участие в концертах, соревнованиях, конкурсах. проведение контрольных итоговых занятий;
- участие в мероприятиях Центра;
- участие на фестивалях и выездных турнирах, соревнованиях просмотр и анализ соревнований, и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов учебной и спортивной деятельности воспитанников;
- проведение тематических праздников;
- встречи, семинары со знаменитыми танцорами и тренерами

6. Итоговое занятие. Выступление перед родителями.

Подведение итогов. Награждение выпускников объединения. Проведение открытого занятия.

Содержание учебного плана

4 год обучения

1. Введение. Техника безопасности

Техника безопасности на занятия и на переменах. Правила безопасного поведения в обществе. Беседа о противодействиях экстремизму и терроризму. Память о Беслане. План и задачи года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Комплектование группы. Выбор родительского комитета. Обсуждение и решение проблем: оформления и оборудования класса, подготовки костюмов, организации отдыха на каникулах. Демонстрация педагогом основных движений и вариаций латиноамериканских и европейских танцев.

2. Ритмика и музыкальная грамота

Повороты в танцах европейского стандарта. Вращения в латиноамериканских танцах. Изучение комплекса музыкально-двигательных элементов, обеспечивающих основу всестороннего физического развития воспитанников. Изучение поворотов на примере вращений в самбе (вольтовый поворот). Усложненный комплекс ритмических упражнений. Элементы классического экзерсиса. Совершенствование и закрепление полученных двигательных функций и навыков в согласования движений в музыке. Специальная физическая подготовка

Основными средствами СФП являются упражнения, близкие к технике танца, базовым структурам движений. Упражнения по СФП направлены на развитие специфических физических качеств, применяемых к характеру упражнений фигур каждого танца (характеру танца, музыке, ритму, балансу, ориентировке в зале, пространстве, умению владеть паркетом, статической и динамической выносливости). Совершенствование учебно—тренировочного процесса — использование инноваций различных областей науки (спортивная медицина, физиология спорта, спортивная психология).

Практика: исполнение упражнений, близких к технике танцев, базовым структурам движений; взаимодействие в паре; подводящие движения и фазы движений; волны и взмахи.

3. Азбука латиноамериканских и европейских танцев

1.Элементы европейской программы (танцы: медленный вальс, танго, венский вальс, медленный и быстрый фокстроты.)

Техника медленного вальса

(теория) Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции медленного вальса.

Практика:

1.Закрытые перемены с ПН и ЛН Closed Changes

2.Натуральный поворот Natural Turn

3.Обратный поворот Reverse Turn

4.Натуральный спин поворот Natural Spin Turn

5. Виск вперед Whisk fwd

6. Шассе из ПП Chasse from PP

(Синкопированное шассе)

7. Перемена хезитейшн Hesitation Change

8. Импетус Impetus

(Закрытый импетус) (Closed Impetus)

9. Внешняя перемена Outside Change

10. Обратное корте Reverse Corte

11. Виск назад Back Whisk

12. Основное плетение Basic Weave

13.Плетение в ритме вальса Weave in Waltz time

14. Двойной обратный спин Double Reverse Spin

15. Обратный пивот Reverse Pivot

(Закрытый телемарк) (Closed Telemark)

Техника танго

(теория) Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции танго.

Практика:

1. Ход с ЛН и ПН Walk

2. Прогрессивный боковой шаг Progressive Side Step

3. Прогрессивное звено Progressive Link

4. Закрытый променад Closed Promenade

5. Рокк поворот Rock Turn

6. Закрытое окончание Closed Finish

7. Открытый обратный поворот. Open Reverse Turn,

партнерша в 2-а плана Lady Outside

8. Корте назад Back Corte

9. Открытое окончание Open Finish

10. Открытый обратный поворот Open Reverse Turn,

партнерша в линию Lady in Line

11. Обратный поворот Progressive Side Step

на прогрессивном боковом шаге Reverse Turn

12. Открытый променад Open Promenade

13. Роки на ЛН и ПН L.F. and R.F. Rocks

14. Натуральный твист поворот Natural Twist Turn

15. Натурал. променадный пов. Natural Promenade Turn

Техника венского валса:

Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции венского вальса.

Практика:

1.Натуральный поворот Natural Turn

2. Обратный поворот Reverse Turn

3. Шаги перемены вперед Forward Change Steps

с ПН и ЛН (Reverse to Natural,

Natural to Reverse)

4. Шаги перемены назад Backward Change Steps

с ПН и ЛН (Reverse to Natural,

Natural to Reverse)

Техника медленного фокстрота:

Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции медленного фокстрота.

Практика:

1. Ход Walk

2. Перо Feather

3. Тройной шаг Three Step

4. Натуральный поворот Natural Turn

5. Обратный поворот Reverse Turn

6. Перо окончание Feather Finish

7. Импетус Impetus

(Закрытый импетус) (Closed Impetus)

8. Натуральное плетение Natural Weave

9. Перемена направления Change of Direction

10. Основное плетение Basic Weave

11. Плетение после 1-4 шага Weave after 1-4 Reverse
обратной волны Wave
12. Телемарк Telemark

Техника квикстепа

Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции квикстепа.

Практика:

1. Ход Walk
2. Четвертной поворот направо Quarter Turn to R
3. Натуральный поворот Natural Turn
4. Прогрессивное шассе Progressive Chasse
5. Локк вперед Forward Lock
6. Натурал. поворот с хезитейшн Natural Turn with Hesitation
7. Натуральный пивот поворот Natural Pivot Turn
8. Натуральный спин поворот Natural Spin Turn
9. Обратный шассе поворот Chasse Reverse Turn
(МББ)
10. Импетус Impetus
(Закрытый импетус) (Closed Impetus)
11. Локк назад Back Lock
12. Обратный пивот (М, Б, и) Reverse Pivot
13. Прогрессивное шассе направо Progressive Chasse to R
14. Типл шассе направо Tipple Chasse to R
15. Бегущее окончание Running Finish

Техника Ча-ча-ча. Теория. Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции ча-ча-ча.

Практика:

1. Ча-ча-ча Шассе налево и направо Cha-cha-cha Chasse to L & R,
2. Тайм степ Time Step
3. Основное движение на месте Basic Movement in Place
4. Закрытое осн. движение Closed Basic
5. Чек (Нью-Йорк) Check (New York)
- из открытой ПП - from Open PP
- из открытой КПП - from Open CPP
6. Рука в руке Hand to Hand

7. Спот пов. влево, вправо, Spot Turns to L or R, including
вкл. Свитч и пов. Switch and Underarm Turns под рукой
8. Боковые шаги влево и вправо Side Steps to L & R
9. Ча-ча-ча Локк шассе Cha-cha-cha Locks fwd &
вперёд и назад bkwd
10. Открытое осн. движение Open Basic
11. Плечо к плечу Shoulder to Shoulder
12. Три ча-ча-ча вперед, назад Three Cha-cha-cha fwd; bkwd
13. Назад и обратно There and Back
14. Beep Fan
15. Хоккейная клюшка Hockey Stick
16.Алемана,Alemana

Техника Самбы. Теория. Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции самбы.

Практика:

1. Основные движения - Basic Movements – Natural -
- Натуральное – Обратное, - Reverse – Side – Progressive
- Боковое - Прогрессивное
2. Самба Виски влево,вправо Samba Whisks to L and R
(также с поворотом (also with Lady's Underarm turn,
п-ши под рукой, Вольта Volta Spot Turns to R & L
спот повороты впаво и for Lady)
влево для п-ши)
3. Самба ходы – променад. Samba Walks – Promenade –
- боковые - стационарные - Side – Stationary
4. Ритм баунс Rhythm Bounce
5. Бота фого в продвижении Travelling Boto Fogos
(вперед, назад) (Forward , Back)
6. Бота фого в ПП и КПП Boto Fogos to PP and CPP
7. Обратный поворот Reverse Turn
8. Корта джака Corta Jaca
9. Закрытые рокки Closed Rocks
10. Разновидности движения Volta Movements:
Вольта:
- Вольта с пов. влево Volta Turning to Left
- Вольта с пов. вправо Volta Turning to Right
- Вольта с продвижением Travelling Volta
- Спот вольта Spot Volta

- Круговая вольта Circular Volta
(по терминологии Имперского общества учителей танца)
11. Крисс-кросс бота фого - Criss Cross Bota Fogos
(Теневые бота фого) (Shadow Bota Fogos)
12. Аргентинские кроссы Argentine Crosses
13. Соединения «Вольт»:
- Вольта с продвижением Travelling Voltas to R & L –
вправо, влево-Крисс-кросс Criss Cross
- Мэйпул (Продолженный Maypole (Continuous Volta Spot turn
Вольта спот пов. вправо, to R & L)
влево) - Сольная вольта на месте Solo Spot Volta

Техника Румбы. Теория. Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции румбы.

Практика:

1. Основные движения - Basic Movements – Closed – Open –
Закрытое – Открытое - - In place– Alternative
На месте- Альтернативное
2. Прогресс. ход вперед,назад Progressive Walks fwd, bkwd
(в ЗП или ОП) (in CP or OpP)
3 Спот пов. вправо, влево Spot Turns to R; to L, including
вкл.Свитч и пов. Switch and Underarm Turns
под рукой
4. Рука в руке Hand to Hand
5. Плечо к плечу Shoulder to Shoulder
6. Кукарача Cucarachas
7. Боковой шаг Side Step
8. Веер Fan
9. - Алемана из веерной поз. -Alemana from Fan Position
- Алемана из Откр.поз., -Alemana from Open Position
в Л руке п-ра П рука п-ши Left to Right Hand Hold
- Алемана с окончанием - Alemana checked to Open CPP
в откр.КПП
10. Хоккейная клюшка Hockey Stick

11. Натуральное раскрытие Natural Opening Out Movement

12. Закрытый хип твист Closed Hip Twist

(по имперскому обществу)

13. Натуральный волчок Natural Top (ending A or B)

(окончание А или В)

14. Нью-Йорк в ЛБП или ПБП New York to Left or Right Side Position

Чек из открытой ПП - Check from Open PP

Чек из открытой КПП - Check from Open CPP

Техника Пасодобля. Теория. Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции пасодобля.

Практика:

1. Аппель Appel

2. Основное движение - Basic Movement – March –

Марш – Сюр Плейс Sur Place

3. Шассе вправо, влево, Chasses to R & L -

вкл.подъем including Elevations

4. Дрег Drag

5. Перемещение – (Атака) Deplacement – (Attack)

6. Променадное звено, вкл. Promenade Link – including

Закрытый променад Closed Promenade

7. Экарт (Фолловей Виск) Ecart (Fallaway Whisk)

8. Променад Promenade

9. Разделение Separation

- Разделение с ходами Separation with Lady's Cape Walks

плаща дамы

10. Фолловей окончание Fallaway Ending to

к разделению Separation

11. Восемь Huit

12. Шестнадцать Sixteen

13. Твист поворот Twist Turn

14. Променад в контр Promenade to Counter

променад Promenade

15. Большой круг Grand Circle

Техника джайва. Теория. Музыкальные и технические сравнительные характеристики, фигуры, вариации, композиции джайва.

Практика:

1. Шассе влево, вправо Chasses to L & R
2. Осн. движение на месте Basic in Place
3. Осн. фолловей движение Basic in Fallaway
(Фолловей рок)
4. Фолловей раскрытие Fallaway Throwaway
5. Звено Link
6. Перемена мест слева Change of Place L to R
направо
7. Перемена мест справа Change of Place R to L
налево
8. Смена рук за спиной Change of Hands behind Back
9. Хлыст Whip
10. Американский спин American Spin
11. Променадные ходы Promenade Walks
(медленные и быстрые) (Slow & Quick)
12. Стой и иди Stop and go
13. Хлыст раскрытие Whip Throwaway
14. Двойной хлыст с кроссом Double Cross Whip
15. Ветряная мельница Windmill
16. Испанские руки Spanish Arms
17. Раскручивание от руки Rolling off the Arm
18. Простой спин Simple Spin
19. Смена мест справа налево Change of Place R to L
с двойным спином with Double Spin
20. Обратный хлыст Reverse Whip
21. Изогнутый хлыст Curly Whip
22. Перекрученное фолловей Overturned Fallaway
раскрытие Throwaway
23. Перекрученная смена мест

4. Танцевальные вариации

1.Построение композиций из основных элементов следующих танцев:
медленного и венского вальсов, танго, быстрого и медленного фокстротов, ча-ча-ча, самбы, румбы, пасодобля и джайва;
2.разучивание новых связок.

Постановка

Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Изучение сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе.

Репетиция – отработка техники исполнения движения (темп, ритм, повторяемость).

5. Концертная деятельность, фестивали и турниры

- участие в концертах, соревнованиях, конкурсах. проведение контрольных итоговых занятий;
- участие в мероприятиях Центра;
- участие на фестивалях и выездных турнирах, соревнованиях просмотр и анализ соревнований, и их обсуждение;
- участие в открытых рейтинговых турнирах и Чемпионатов РТС;
- регулярное подведение итогов учебной и спортивной деятельности воспитанников;
- проведение тематических праздников;
- встречи, семинары со знаменитыми танцорами и тренерами

6. Итоговое занятие. Выступление перед родителями.

Подведение итогов. Награждение выпускников объединения. Проведение открытого занятия.

Раздел 3. Формы контроля и оценочные материалы

Способы проверки:

• контрольные занятия;

• открытое занятие;

• зачеты (теоретические и практические);

• участие в концертах, фестивалях, смотрах танцевального творчества;

• участие в соревнованиях.

Механизм оценки достижений воспитанников

Тематическое планирование занятий в группах по бальным танцам предусматривает проведение серии ***контрольных итоговых занятий, конкурсов, концертов.*** Основные цели подобных мероприятий это:

• привлечение к занятиям широких масс детей, подростков и молодежи, сохранение контингента занимающихся в течение всего учебного года;

• приобщение учащихся к танцевальной культуре, начальное хореографическое образование средствами бальной хореографии и массовых танцев;

• текущий контроль за освоением изучаемого материала.

Проведение таких мероприятий приурочено с одной стороны к окончанию очередного цикла обучения (октябрь, декабрь, февраль, май), с другой стороны — к праздничным или торжественным датам, участию в соревнованиях разного уровня. Интеграция с праздниками — актуальный метод подведения промежуточных уровней подготовки танцоров, стимуляции к дисциплине и качеству занятий.

Привязка к праздникам позволит избежать ситуации «контрольной работы», хотя контрольные» тоже не исключаются и используются в зависимости от сложившегося стереотипа поведения, эмоционального состояния группы. - «КР» может стать приоритетным вариантом, исполняя дисциплинирующую роль. Проведение контроля в рамках праздничных мероприятий предпочтительно, т.к. и количество и разнообразие тематики, и возможность сценарной проработки праздников существенно шире. Целесообразно создание новых форм с традиционной для конкретного коллектива тематикой («день юного танцора» и тд). Существенное значение имеет разнообразие наградного материала, характерное для праздничных и торжественных мероприятий. Значительное влияние на элементы системы осуществления контроля оказывает численный и возрастной состав детей

Формы подведения итогов.

Контроль освоения программы обучающимися 1 года занятий осуществляются по циклам. * первый цикл (сентябрь-октябрь): проведение занятия с повторением программы, изученной за цикл (16 занятий, 2 — 3 танца), открытое занятие для родителей;

• второй цикл (ноябрь-декабрь): контроль осуществляется в форме участия в концерте, возможность участия в которых широко предоставляются новогодними праздниками. На концерты планируются все возрастные группы и танцы всех имеющихся в наличии танцевальных уровней детей;

• третий цикл (январь-март): удачной формой контроля служат празднично-тематические концерты, посвященные 23 февраля и 8 марта;

• четвертый цикл (апрель-май): итоговые концерты, отчетный концерт коллектива, где приветствуется максимальное участие во всех проводимых мероприятиях во всех возможных форматах (парное исполнение, групповое) с награждением участников грамотами.

Для танцоров 2 и 3 годов обучения квалификационным подведением итогов циклов являются соревнования Федерации танцевального спорта, рейтинговые и клубные турниры различных уровней, результаты которых отражены в спортивных классификационных документах танцоров, сайте МФТС.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы (литература, сайты, методические материалы)

Специфика обучения спортивно-бальным танцам связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения. Преодолеть трудности помогает осуществление индивидуального подхода при одинаковых заданиях для всех. При этом учитывается тип личности, уровень подготовки ребенка, его умение сосредоточиться на разных аспектах задания.

Для обучения танцам детей до 8 лет необходимо использовать игровой принцип. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом.

Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для детей работа покажется интересной.

Следующий важный принцип работы на первых этапах обучения – принцип многократного повторения изучаемых движений в максимальном количестве всевозможных сочетаний. Длительное изучение и проработка небольшого количества движений дает возможность прочного их усвоения, что послужит фундаментом дальнейшего образовательного процесса.

Для того чтобы облегчить обучающимся усвоение тем образовательной программы, занятие делится на три части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть – включает построение воспитанников на середине зала и настрой на занятие (взаимные приветствия детей и педагога), маршировку, бег и вспомогательные корригирующие упражнения на полу для подготовки мышц, суставов и связок к нагрузке.

Основная часть – постановка корпуса, ног, рук и головы для формирования осанки, выработка выворотности ног в упражнениях у станка и на середине зала, развитие гибкости, отработка шага, прыжка, развитие силы и выносливости.

Европейская программа. Изучение и совершенствование базовых движений медленного вальса, венского вальса и быстрого фокстрота. Разучивание простой хореографии на основе базовых движений европейских танцев.

Латиноамериканская программа. Изучение и совершенствование базовых фигур танцев ча-ча-ча, румбы и джайва. Совершенствование простой хореографии на основе базовых движений латиноамериканских танцев. Изучение взаимодействия между партнерами в паре.

Заключительная часть – включает, в основном, движения для развития танцевально-ритмической координации и выразительности. Они также направлены на то, чтобы снять нервное и физическое напряжение, поднять эмоциональный тонус у детей. В этой части разучиваются и повторяются музыкальные композиции.

Ведущими методами обучения детей танцевальному искусству являются:

наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);

объяснение методики исполнения движения;

демонстрация иллюстраций (наглядные пособия, видеоматериал).

Таким образом, основные методы, применяемые при обучении:

качественный показ;

словесное (образное) объяснение;

сравнение;

контраст;

повторение.

Ребенок должен знать бальную терминологию, пользоваться ею на занятии. Использование точной, грамотной терминологии позволит постепенно отойти от практического показа, разовьет внимательность воспитанников и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица, играть с ними в «маски» (грустная, веселая, сердитая).

Особое внимание уделяется музыкальному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер.

В разделе «Танцевальные композиции» включены современные мелодии для стимуляции эмоциональной и актерской выразительности воспитанников.

Список литературы

1. Уолтер Лайред. Техника Латиноамериканских танцев. - С.П., 1999
2. «Техника европейских танцев» Гай Говард перевод с английского Аркадия Белогородского 2001г.
3. «Пересмотренная техника исполнения латиноамериканских танцев» (перевод с англ.яз. и редакция Ю.Пина. Лондон-Санкт-Петербург 1996 г.)
4. Алекс Мур, Техника Европейских танцев. - С.П., 2005
5. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983.
6. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч. I,II. – Челябинск: ЧГИК, 1993.
7. Буданова Г.П. Материалы по определению качества обучения в дополнительном образовании. – М., 1999.
8. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М., 1989.
9. Гюнтер Х. Джазовый танец. История, теория, практика. – Берлин, 1982.
10. Захаров Р. Записки балетмейстера. – М., 1976.
11. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей школ искусств. – М., 1988.
12. Кон И.С. Психология ранней юности. – М., 1989.
13. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1968.
14. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, 1971.

4.2. Материально-технические условия реализации программы

К материально - техническим условиям реализации программы относятся:

наличие достаточно большого помещения с паркетом для практических занятий спортивными бальными танцами;

спортивное оснащение (станок, коврики для растяжки);

- наличие зеркал в зале;

аппаратура для обеспечения минимальных звуковых и световых эффектов;

наличие костюмов для выступлений.

Для того чтобы развивать и поддерживать интерес обучающихся к искусству танца, необходимо организовать посещение театров и концертов других творческих коллективов, где были бы представлены различные направления танца.