**C:\Users\OGONEK1\Desktop\карпеева танцы.tif**

**Содержание:**

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы).

1.2. Цели и задачи программы.

1.3. Содержание программы.

1.4. Планируемые результаты.

II. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график.

2.2. Условия реализации программы.

2.3. Формы аттестации.

2.4. Оценочные материалы;

2.5. Методические материалы.

2.6. Список литературы.

2.7. Соответствие программы нормативным документам.

**I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы:**

**1.1.Пояснительная записка.**

В нравственном и эстетическом воспитании молодежи среди других искусств важное место занимает танец. Бальный танец, выделившийся в последнее время в самостоятельный вид танцевального искусства, становится все более популярным среди детей.

Дополнительное образование детей предоставляет возможность каждому ребёнку попробовать себя в различных видах деятельности. Благодаря посещению занятий детского образовательного объединениязачастуюопределяетсявыбор будущей профессии. Поэтому название дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности "Спортивныебальные танцы" не случайно. Данная программа позволяет ребенку сделать первый шаг, войти в мир танца.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Спортивныебальныетанцы" предназначена для учреждений дополнительного образования детей, а именно муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Ульяновска «Дошкольно юношеского центра № 3» и реализуется в объединенииспортивного бального танца. Объединение существует с 2015 года. За время существования объединения программа несколько раз дорабатывалась. Последние изменения внесены в 2019 году.

В основе данной программы положены методические рекомендации по обучению детей современному и спортивно-бальному танцам, а также обобщён опыт проведения занятий, выдержана преемственность с типовой программой училища культуры по классу хореографии.

Дополнительность программы.

Бальный танец, как вид хореографии, соединяет в себе спорт и искусство. В последнее время его стали называть спортивным, т.к. физическая нагрузка, которая приходится на танцора во время танца, приравнивается к физической нагрузке спортсменов, например, легкой атлетики (три минуты венского вальса приравнивается к бегу спортсмена на 200 метров, с полной выкладкой).Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программатесно связана со школьным курсом физической культуры. Дети, начинающие заниматься в студии с семилетнего возраста, через два года поправляют осанку и укрепляют общую физическую подготовку. На последующих годах обучения физическая подготовка – основополагающее слагаемое репетиционного процесса. Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он произошел, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа расширяет кругозор, тем самым углубляя школьный курс мировой и художественной культуры, истории и георгафии.

**Актуальность и новизна данной программы**.

Программа «Спортивные бальные танцы»адаптирована на учащегося, не имеющего специальной хореографической подготовки. Данная программа позволяет постепенно развивать общее состояние тела ребенка, прививая гибкость, пластичность, осанку. Если в полной мере невозможно повлиять на физическое развитие ребенка, то необходимо создать благополучный социальный климат в данном коллективе, обществе. Без благополучного социального климата в коллективе не получится полноценного приобретения результата в исполнительском уровне, так как современные особенности человека заставляют его учиться сочетать историко-культурное наследие и современное видение мира. Совмещение культуры народов мира и научных технологий – главная задача программы. Интерес к занятиям спортивными бальными танцами традиционно высок, поэтому проблемы набора учащихся на 1 год обучения в объединении спортивного бального танца нет. Эти занятия обеспечивают реализацию потребности личности в самопознании, саморазвитии, самовыражении, создают дополнительные возможности для профессиональной подготовки обучающихся.

Актуальным и интересным для всех возрастных категорий, учащихся в обучениибальным танцам является то, что помимо основных элементов классического экзерсиса в обучение включены музыкально-ритмические упражнения, учебно-тренировочная работа ведется на основе европейских и латиноамериканских танцев, включены музыкальные игры для детей младшего школьного возраста, а также основы актерского мастерства хореографии и спорта. Программа содержит в себе вариативность в обучении бальным танцам в части набора учащихся и составления танцев по возрастам и степени подготовленности. Работа в коллективе ведется по оригинальной методике, включающей в себя знания, умения и навыки бального танца, азы классического танца, элементы художественной гимнастики, современные направления хореографии – модерн, джаз, дыхательной гимнастики. На стартовом и базовом уровнях программы это позволяет обучить учащихся основам современного бального танца;на продвинутом уровне программыпроходит обучение по более сложному алгоритму, позволяющемучащимся старшего возраста успешно выступать на различных конкурсах. Программа «Спортивные бальные танцы» является одним из эффективных инструментов формирования универсальных учебных действий, которые актуальны в образовании и существование объединения уже более 3 лет лучшее тому подтверждение.

Новизна программы в том, что она дополнена новым дидактическим материалом и включает в себя использование новых принципов в технике бальных танцев.

**Отличительные особенности.**

В спортивном танце нет точного текста танцевальной партии, пошагового описания логического хода событийности. Композиция в спортивном танце не несет в себе практически никакого подтекста, не имеет какой-либо определенной сюжетной линии. Педагог, ставящий композицию паре, берет для себя несколько критериев: ряд последовательных фигур должен соответствовать уровню и классу пары; внимание уделяется так же соответствию физической и технической оснащенности пары со сложностью исполнения фигуры, музыкальности исполнения в зависимости от класса танцующих. Далее идет кропотливая каждодневная отработка с выходом на паркет.

Отличительные особенности программы:

-условия набора детей в коллектив 1 года обучения: набор ведется с 7 лет парами (мальчик- девочка), исходя из специфики бального танца (это парный танец), учащийся должен иметь медицинский допуск к занятиям хореографией, комплекция детей должна соответствовать стандартам физического развития ребенка, допускаемым в парных танцах.

- после первого месяца занятий, педагогом осуществляется отбор детей в ансамбль, как правило, это 12 пар – 12 мальчиков и 12 девочек, происходит новое формирование пар соответственно возрасту, комплекции, роста, психологических особенностей.

- программа допускает добор детей на различных годах обучения, в случае ухода одного из партнеров или уменьшения численного состава ансамбля, согласно требованиям, прописанным ранее, а также уровню специальной подготовки (предыдущий опыт занятий бальными танцами или другим хореографическим направлением), а также индивидуальным особенностям ребенка.

Данная программа предполагает организацию педагогом не только занятий, творческих отчетов и выступлений, но и организацию досуга детей, их родителей, что в дальнейшем складывается в добрые традиции коллектива. Традиционными в коллективе стали: «Посвящение в танцоры» юных участников коллектива, праздничные тематические встречи, «Конкурс бального танца», совместный отдых, походы, празднование любимых календарных дат, окончания года. В процессе обучения педагогом ведется тесное сотрудничество с родителями участников коллектива. От решения финансовых вопросов (затраты на пошив сценических костюмов, покупку специализированной обуви, аккредитация за участие в конкурсах и т.д), а также решения психологических проблем, возникающих в процессе развития ребенка на трудных жизненных этапах становления его личности (возрастные кризисы, межличностные отношения между девочками и мальчиками, разрешение конфликтных ситуаций т.д). Родители активно принимают участие в творческой жизни коллектива, организации мероприятий различного характера, привлекают спонсоров. Многолетние занятия в коллективе дают учащимся возможность, охотно подражая педагогу, который демонстрирует танцевальное мастерство, определить танец как свою будущую профессию. Педагог способствует развитию осознанной мотивации к занятиям хореографией. Программа позволит привить любовь к танцевальному искусству и поможет воспитать профессиональных танцоров или педагогов-хореографов. Конечно же, не каждый учащийся выберет своей профессией хореографию, но он будет яркой, уверенной в себе, способной на многое Личностью.

Данная программа учитывает различия развития психики мальчиков и девочек и строится с учетом этих половых различий.

Инновационность.

Актуальность использования инновационных технологий на занятиях, обусловлена тем, что для современной образовательной практики характерно требование к повышению уровня знаний и практических навыков, необходимых для успешного осуществления профессиональной деятельности педагога, соответствующей новейшим достижениям в области педагогики, психологии, культурологи. Инновационность программы заключается в использовании ИКТ технологий: в подаче теоретического материала (видеоролики, мультимедиа материалы), в быстром реагировании на современные требования социума, учёте потребностей и интересов учащихся в изменении репертуара.

Понятие «хореография» включает в себя сочинение танца, балета, воспроизведение фольклорного танца, запись и передача движений, фиксирующих тот или иной танец от педагога к ученику.

Особое значение приобретает взаимодействие традиционных и инновационных педагогических подходов к подготовке участников хореографических коллективов. К традиционным методам подготовки педагогов-хореографов мы относим методы и рекомендации по изучению танцевальной техники, построения и разучивания танцевальных комбинаций, изучение истории становления и развития искусства танца, общее эстетическое развитие танцоров. Такой подход гарантирует гармоничное развитие личности учеников, повышает их вовлечение и эффективность работы педагога.

Инновационные методы включают в себя следующие компоненты:

* современные педагогические технологии развития лидерских и диалогических способностей;
* педагогические аспекты творческой деятельности;
* этнопедагогический подход к обучению, воспитанию и развитию;
* методы развития межличностного общения в коллективе;
* интеграцию в процессе создания коллективного творческого продукта танцевального коллектива;
* методы создания художественной среды средствами хореографии.

Можно выделить два направления в понимании инновации: в одном случае инновация представляется в качестве результата творческого процесса в виде новой продукции (техники), технологии, метода и т.д.; в другом – как процесс введения новых элементов, подходов, принципов.

***Характеристика учащихся, для которых предназначается программа.***

При отборе учащихся в объединение педагог обращает внимание на внешние сценические данные, а также проводит проверку его профессиональных данных, таких как: выворотность ног, состояние стоп, подъем, танцевальный шаг, гибкость тела, прыжок, устойчивость, темперамент, координацию движений. Правильный отбор для обучения танцу - это успешное решение одной из главных задач учебно-воспитательной работы. Наиболее благоприятный возраст для работы в объединении 7-14 лет.

*Младший школьный возраст (7-10 лет).*

Начало семилетнего возраста знаменуется кризисом. К этому времени происходит резкие изменения на физическом уровне: быстрый рост в длину, изменение пропорций тела, ломка координации движений. Однако главные перемены в изменении его поведения. Внешними проявлениями этого кризиса являются манерничанье, кривлянье, демонстративные формы поведения. Ребенок стремится что-то показать своим поведением, придумывает новый образ, хочет показать то, чего нет на самом деле. Особое внимание заслуживает стремление включиться в общественную жизнь, занять определенную социальную позицию. Это можно реализовать в объединениях дополнительного образования. Развитие психики детей этого возраста осуществляется главным образом на основе ведущей деятельности — учения. Учение для младшего школьника выступает как важная общественная деятельность, которая носит коммуникативный характер. В процессе учебной деятельности младший школьник не только усваивает знания, умения и навыки, но и учится ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия. Новообразованием младшего школьного возраста являются произвольность психических явлений, внутренний план действий, рефлексия

*Средний школьный возраст. (11-13) лет*

Тема подросткового возраста, очевидно, иллюстрирует многогранность и сложность самого понятия «возраст». В наше время подростковый период считается от 11 до 15 лет. Это период значительной перестройки организма подростка. Развитие мышечной и костной ткани значительно опережает развитие психики. Педагог выступает в роли внимательного товарища, реагирующего на все проблемы и переживания ученика. Однако именно период с 11 до 13 лет считается психологами наиболее оптимальным для развития как многих двигательных, так и творческих способностей. На занятиях хореографией у детей в подростковый период возрастают возможности для достижения поставленных творческих и двигательных задач.Подростковый период считается «кризисным», такая оценка обусловлена многими качественными сдвигами в развитии подростка. Именно в этом возрасте происходят интенсивные и кардинальные изменения в организации ребенка на пути к биологической зрелости и полового созревания. Анатомо физиологические сдвиги в развитии подростка порождают психологические новообразования: чувство взрослости, развитие интереса к противоположному полу, пробуждение определенных романтических чувств. Характерными новообразованиями подросткового возраста есть стремление к самообразованию и самовоспитанию, полная определенность склонностей и профессиональных интересов.

*Старший школьный возраст. (14 лет и старше)*

Социальная ситуация развития характеризуется в первую очередь тем, что старший школьник стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Ему предстоит выйти на путь трудовой деятельности и определить свое место в жизни. В этот период значительно расширяется объём деятельности ребенка, меняется его характер, в структуре личности происходят ощутимые перемены, обусловленные перестройкой ранее сложившихся структур и возникновением новых образований, закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и установок. Ведущая деятельность в юношеском возрасте - познавательная. В старшем школьном возрасте связь между познавательными и учебными интересами становится постоянной и прочной. Проявляется большая избирательность к учебным предметам и одновременно - интерес к решению самых общих познавательных проблем и к выяснению их мировоззренческой и моральной ценности. И всё это происходит на фоне физиологического и психического развития подростка, на фоне его духовного становления. Отсюда подростковый возраст характеризуется как переходный, сложный, трудный, критический.

Критерии такой периодизации включают в себя комплекс признаков, расцениваемых как показатели биологического возраста: размеры тела и органов, массу, окостенение скелета, развитие желез внутренней секреции, степень полового созревания, мышечную силу. В этой схеме учтены особенности мальчиков и девочек. Однако вопрос о критериях биологического возраста, в том числе выявление наиболее информативных показателей, отражающих функциональные возможности организма, которые могли бы явиться основой возрастной периодизации, требует дальнейшей разработки. Каждый возрастной период характеризуется своими специфическими особенностями. Переход от одного возрастного периода к последующему обозначают как переломный этап индивидуального развития, или критический период. Продолжительность отдельных возрастных периодов в значительной степени подвержена изменениям.

**Объём и срок освоения программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на 1872 учебных часа.

Учебный материал распределён на два этапа обучения:

**Стартовый уровень**.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 год обучения | (2 раза х 2 часа х 36 недель) | 144 часов | 7-8 лет |
|  |  |  |  |

**Базовый уровень.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 год обучения | (3 раза х 2 часа х 36 недель) | 216 часов | 8-11 лет |
| 2 год обучения | (3 раза х 2 часа х 36 недель) | 216 часов | 11-14 лет |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

Одно занятие длится 45 минут. Следующее занятие проводится через 15 минут перемены.

Занятия проходят 2, либо 3 (в зависимости от года обучения) раза в неделю по 2 часа.

Форма обучения – очная.

Зачисление в детское образовательное объединение происходит по желанию ребёнка и письменного согласия родителей. К занятиям допускаются учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний. На каждый уровень сложности программы могут быть зачислены учащиеся по итогам входящей диагностики. Они могут остановиться на любом уровне освоения программы, а также могут переходить на другие уровни, минуя какие-либо года обучения.

Учебный материал распределён на два уровня обучения: стартовый и базовый.

Стартовый уровень призван выявить из числа обучающихся одарённых детей, имеющих склонности, способности и интерес к занятиям хореографией.

Базовый уровень – этап, непосредственно направленный на достижение основной цели программы – развитие эстетического вкуса в условиях дополнительного образования детей, расширение культурного пространства самореализации личности ребёнка, допрофессиональная подготовка в области хореографического искусства.

**Структура стартового уровня программы**

Учебный год имеет следующую структуру (1 год обучения):

1. Общая физическая подготовка. Данный раздел направлен на развитие гибкости, выносливости, т.е. укрепление и развитие физической формы обучающегося.
2. Гимнастика. Пластика. Раздел включает в себя занятия специальными упражнениями, направленными на развитие умений, являющихся базовыми при обучении танцам (растяжку, эластичность мышц и т.п.). Упражнения на развитие мышц стопы, выворотности, гибкости, пластичности тела
3. Азбука музыкального движения. Данный раздел способствует активизации музыкального восприятия учащихся через движение и выявление их музыкальных способностей.
4. Спортивный бальный танец. Изучаются: Европейский танец (изучение танца медленный вальс), Латиноамериканский танец (изучение танца ча ча ча), Постановка концертных номеров (постановка простейших детских бальных танцев)

**Структура базового уровня программы**

Структура обучения одинакова и включает в себя следующие разделы:

1. Азбука музыкального движения (активизация музыкального восприятия детей через движение и выявление их музыкальных способностей)
2. Пластика (Упражнения на развитие мышц стопы, выворотности, гибкости, пластичности тела)
3. Офп (Упражнения для улучшения физического состояния обучающихся)
4. Концертная деятельность. Учебные часы раздела отведены на участие в концертной деятельности объединения, подготовки выступлений для родителей.
5. Спортивный бальный танец. Европейский танец (изучение танца медленный вальс), Латиноамериканский танец (изучение танца ча ча ча), Постановка концертных номеров (постановка простейших детских бальных танцев).
6. Сценическая подготовка и практика

**Структурные компоненты учебного процесса**

Формы организации учебного процесса:

|  |  |
| --- | --- |
| **Стартовый уровень** | * групповая |
| **Базовый уровень** | * групповая, * работа в мини-группах (постановочные занятия), * индивидуальная |
|  |  |

**Построение занятия в объединении бального танца. Составные части занятия.**

В объединенииспортивного бального танца принята такая же форма организации учебных занятий, как и в танцевально-спортивных клубах: группа занимается по времени с учётом уровня танцевальных навыков и возраста.

В начале занятия группа занимает положение в зале в шахматном порядке: первые линии - девушки, задние линии - юноши, иногда построение в зале может быть попарно, т.е. дама справа от партнёра, также в линии и в шахматном порядке. Педагог здоровается с группой, делает поклон, группа отвечает поклоном.

Занятие состоит из разминки, тренажа современной бальной хореографии, изучения танцевальных комбинаций.

Разминка. Уупражнения помогают усвоить правильное взаимодействие разных частей тела, развить координацию движений, память и внимание.

Тренаж современной бальной хореографии.Это – непосредственное разучивание танцевального материала.

Разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца. Этот метод является традиционным и широко используется при обучении.

Иизучение и исполнение танцевальных вариаций.

Подведение итогов.

Участие объединения спортивного бального танца в концертах ДООЦ «Огонек» является важнейшим моментом в процессе подготовки, так как именно в ходе концертной деятельности проявляются все стороны подготовки, а также ошибки, которые не всегда можно увидеть в процессе учебно-творческих и постановочных занятий. Уровень концерта должен соответствовать уровню психической, физической и специальной подготовки и органически вплетаться в образовательный процесс.

По окончании концерта необходимо сделать анализ результатов выступления, указав на допущенные ошибки и пути их устранения.

Бальный танец включает в себя следующие разделы:

- первый - общая физическая подготовка. Дети развивают свои физические, скоростные и силовые данные.

- второй - азбука музыкального движения, включает в себя коллективно порядковые и ритмичные упражнения, развитие ориентации и мышечного чувства, формирование умения выполнять пространственный рисунок и самоконтроля за выполнением движения. На первых занятиях- это виды шагов и бега в различных рисунках, затем в виде отдельных элементов танца на середине и ритм разминки для детей школьного возраста, в дальнейшем воспитание происходит непосредственно на танцевальных движениях.

- третий раздел - это танцевальная импровизация под музыку – это этюды и экспромты на заданную и свободную тему, развивающая творческое воображение, пластику и координацию детей. В задания на импровизацию включаются темы, близкие возрасту учащихся. В этот раздел так же входит постановка концертных номеров и концертная практика, как способ самовыражения детей.

- четвертый - спортивный бальный танец. Это группа танцев, сохраняющих постоянную популярность. В эту «обязательную программу», которую в той или иной степени стараются освоить большинство танцевальных коллективов, входят: европейские танцы - танго, быстрый и медленный фокстроты, венский и медленный вальсы; латиноамериканские танцы - самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв. Эти танцы, разнообразные по ритму, пластике и характеру, имеют богатую хореографию, которая позволяет импровизировать и создавать множество композиций и демонстрировать виртуозную технику на конкурсе или концерте.

* 1. **Цели и задачи программы.**

**Цель** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы **«**Спортивные бальные танцы» - создание условий для формирования гармонично развитой личности учащегося, успешно адаптирующейся в условиях современной жизни, посредством спортивных бальныхтанцев и тесного сотрудничества педагога, и родителей.

**Задачи:**

*образовательные:*

* познакомитьсисториейразвитиябальныхисовременныхспортивныхтанцев;
* познакомить с основными понятиями и терминами классического и спортивного бального танца;
* обучить технике исполнения спортивного бального танца (европейская и **л**атиноамериканскаяпрограммы**);**
* обучить основам построения рисунка танца.

*развивающие:*

* формировать навыки участия в турнирах и конкурсах;
* формировать умения и навыки исполнения спортивного танца в пар.
* развивать чувство ритма и музыкальность, моторно-двигательную и логическую память;
* развивать рабочий «аппарат» (опорно-двигательную систему) обучающихся;
* развивать художественно-эстетический вкус;
* развить творческую инициативу и способности к самовыражению в танце;
* совершенствовать общую физическую подготовку (развитие гибкости, выносливости и т.п.), а также музыкальные задатки (чувство ритма, мелодичности).

*воспитательные:*

* воспитывать музыкально-хореографическую и общую культуру;
* формировать устойчивый позитивный интерес к творческой деятельности;
* формировать коммуникативные навыки;
* формировать умения сотрудничества и сотворчества в коллективе;
* воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, эмоциональную отзывчивость на состояние других детей и людей.
* способствовать распространению влияния эстетики бального танца среди сверстников, одноклассников учащихся студии;
* содействовать становлению адекватной самооценки ребенка, через переживание ситуации успеха, ощущение значимости своих действий.

**Стартовый уровень.**

**Цель первого года обучения** – освоение азов ритмики, азбуки классического танца, несложных элементов историко-бытовых и бальных танцев.

**Задачи:**

*образовательные:*

* начальное обучение технике и тактике азов ритмики;
* изучение правил выполнения базовых упражнений;

*развивающие:*

* развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики бального танца.
* развитие слаженных групповых действий;
* развитие художественного вкуса;

*воспитательные:*

* воспитание интереса к танцам;
* воспитание выносливости, аккуратности, пунктуальность.
* формирование чувства коллективизма, ответственности;
* формирование аккуратности, пунктуальности.

**Базовый уровень.**

**Цель первого года обучения** – формирование базовой технико-тактической, физической подготовки. Активная концертная деятельность.

Задачи:

*образовательные:*

*с*овершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса, освоение репертуара историко-бытовых и массовых бальных танцев,

знакомство с современными танцевальными направлениями.

*развивающие:*

развитие актерского мастерства;

и воспитанию способности к танцевальной музыкальной импровизации.

**Задачи:**

*образовательные:*

* обучить правилам постановки в пару;
* изучить постановку корпуса, 1-3 и подготовительной позиции рук, 1-3,6 позиции ног;
* изучить основные шаги, прыжки, подскоки, скачки, подскоки;
* научить отличать характерные движения для латиноамериканской и европейской программы;
* познакомить с понятием «рисунок танца»;
* обучить выполнению простейших элементов танца;

*развивающие:*

* развивать чувство ритма, мелодичность;
* развивать координацию движений и чувство равновесия;
* развивать способность ориентироваться;
* развивать слаженных групповых действий;
* способствовать развитию художественного вкуса;
* способствовать выработки правильной осанки;

*воспитательные:*

* прививать любовь к классическому и народному танцу;
* способствовать формированию чувства коллективизма, ответственности;
* развивать аккуратность, пунктуальность.

**Цель второго года обучения** – закрепление умений и навыков, полученных на первом году обучения.

**Задачи:**

*образовательные:*

* закрепить умение самостоятельно менять движения со сменой музыкальных фраз;
* закрепить знания по характерным движениям для латино-американской и европейской программы;
* знания понятия «рисунок танца»;
* правильное выполнкение простейших элементов танца;

*развивающие:*

* поощрять творческое исполнение разученных танцевальных движений;
* развивать координацию движений, чувство равновесия, ритма;
* развивать умения согласованно с группой выполнять танцевальные движения;

*воспитательные:*

* способствовать развитию художественного вкуса;
* развивать трудолюбие, дисциплинированность, уважение к окружающим;
* способствовать усвоению культуры публичных выступлений.

* 1. **Содержаниепрограммы**

**Учебный план первого года обучения. Стартовый уровень.144 часа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Форма аттестации, контроля |
| Всего | Теория | Практика |  |
| 1 | Введение в программу. Инструктаж по ТБ. | 1 | 1 | 0 | Собеседование. |
| 2 | Азбука музыкального движения (активизация музыкального восприятия детей через движение и выявление их музыкальных способностей)  Классическая хореография  (здесь необходимо научить обучающихся грамотности и культуре танцевального движения)  Музыкальные игры. (Помогают научить обучающихся через «язык тела» доносить до окружающих свои мысли, чувства, переживания) | 36 | 13 | 23 | Смотр знаний умений и навыков (текущий) |
| 3 | Ритмика  (Музыкально-ритмические занятия включают в себя всевозможные разминочные движения на месте под музыку, для развития чувства ритма и элементарной организации своих движений в согласовании с музыкой) | 8 | 1 | 7 | Учебное занятие контроля знаний.  Зачёт |
| 4 | Пластика (Упражнения на развитие мышц стопы, выворотности, гибкости, пластичности тела) | 7 | 1 | 6 | Учебное занятие контроля знаний. Зачёт |
| 5 | Офп (Упражнения для улучшения физического состояния обучающихся) | 20 | 2 | 18 | Творческий отчёт. Выполнение творческого задания. |
| 6 | Спортивный бальный танец  Европейский танец (изучение танца медленный вальс)  Латиноамериканский танец (изучение танца ча ча ча)  Постановка концертных номеров (постановка простейших детских бальных танцев) | 72 | 10 | 62 |  |
| 7 | Итоговое занятие | 2 | 0.5 | 1.5 | Творческий отчёт. Выполнение творческого задания |
|  | Итого | 144 | 28 | 116 |  |

**Содержание программы.**

1. Введение в программу. Инструктаж по ТБ. Всего - 1 час.

Теория – 1 час. Знакомство с программой обучения в студии спортивного бального танца.Правила поведения учащихся на занятиях. Смотр данных учащихся.

1. Азбука музыкального движения. Всего часов – 36.

Теория 13 часов.

Объяснение и ознакомление с музыкально-игровыми упражнениями: «слушай сигнал», «музыкальные змейки», «быстро в круг», «ясно и буря», «ищи своего командира», «Кот и мыши», «Птички без домика», «Чей кружок быстрее соберется», «Самолетики «Займи свой круг», «день-ночь».

Практика 23 часа.

Обучение и выполнение музыкально-игровых упражнений. Закрепление музыкально-игровых упражнений. Практическое закрепление пройденных музыкально-игровых упражнений и их импровизация.

1. Ритмика. Всего – 8 часов.

Теория 1 час

Объяснение и ознакомление с комплексом упражнений на повышение гибкости суставов, улучшение эластичности мышц и свя­зок Объяснение и ознакомление с традиционным классическим эк­зерсисом у станка Объяснение и ознакомление с традиционным классическим эк­зерсисом на середине зала. Объяснение и ознакомление с упражнениями на наращивание силы мышц.

Практика 7 часов

Обучение и выполнение комплекса упражнений на повышение гибкости суставов, улучшение эластичности мышц и свя­зок. Обучение и выполнение упражнений на наращивание силы мышц. Обучение и выполнениетрадиционного классического эк­зерсиса у станка Обучение и выполнениетрадиционного классического эк­зерсиса на середине зала. Закрепление пройденного материала. Итоговое занятие по партерной разминке.

1. Пластика. Всего – 7 часов.

Теория 1 час.

Объяснение и ознакомление с танцевальными комбинациями. Объяснение и ознакомление с танцевальными движениями и упражнениями на восстановление дыхания. Объяснение и ознакомление с упражнениями на координацию, на развитие гибкости, на растяжку. Объяснение и ознакомление с комплексом упражнений на повышение гибкости суставов, улучшение эластичности мышц и свя­зок.

Практика 6 часов

Обучение и выполнение упражнений на координацию, на развитие гибкости, на растяжку. Обучение и выполнение упражнений и связок движений на координацию и ритм. Разминка и закрепление танцевальных движений и упражнений на восстановление дыхания. Обучение, выполнение, закрепление и импровизация танцевальных движений. Разминка и практическое закрепление танцевальных комбинаций Разминка, изучение танцевальных комбинаций и их импровизация. Итоговое практическое занятие по ритмической гимнастике

1. ОФП. Всего – 20 часов.

Теория – 2 часа.

Обьяснение правильного выполнения упражнений (ходьба, бег, прыжки).

Обьяснение техники безопасности при выполнении упражнений(ходьба, бег, прыжки).

Практика – 18 часов

**Ходьба** – обычная в умеренном темпе, на носках, на пятках, высоко поднимая колени, перекатом с пятки на носок, левым правым боком с пятки на носок (двумя ногами вместе), на внешней и внутренней стороне стопы, скрестным шагом, выпадами, спиной вперед и т. д.

**Бег**

по прямой и дугам; змейкой (с высоким подниманием колен); широким, мелким шагом с захлестыванием голени; скрестным шагом; прыжками, замедляясь и ускоряясь; с перепрыгиванием препятствий; прыжками; с изменением направления; челночный; поднимая вперед прямые ноги; старты из различных положений спиной вперед; приставным шагом; различные сочетания бега.

**Прыжки**

Подскоки на носках; на одной, на двух ногах; подпрыгивая с ноги на ногу; спрыгивание с различной высоты с прыжком вверх и перепрыгиванием через препятствие; в длину и высоту с места; со скакалкой, вращая ее вперед, назад, на двух ногах, попеременно меняя ноги с продвижением вперед

1. Спортивный бальный танец. Всего -72 часа.

Теория – 10 часов.

История развития танцевального спорта

История бальных танцев

Ознакомление с изучаемым движением, создание о нем предварительного представления.

Обьяснение испонения простых по исполнению движений, и схожими с фигурами бальных танцев.

Практика – 62 часа.

Европейская программа:

Изучение музыкального размера танца – Медленный вальс.

Выполнение упражнений: Подьем на носки, спуски в коленях, постановка подготовительной позиции для рук,

Изучение фигуры «Правый квадрат», «Левый квадрат», «Правый поворот», «Левый поворот»

Латино-американская программа:

Изучение музыкального размера танца – Ча Ча Ча.

Выполнение упражнений: Марширование на месте, смена ног в такт с музыкой, постановка рук,

Изучение фигуры «Тайм степ», «Основной шаг».

Изучение музыкального размера танца – Самба

Выполнение упражнений: Сгибание разгибание колен в такт с музыкой,

Разучивание движений: «Баумс», «Ход вперед-назад», «самба ход на месте» , «виск»

1. Итоговое занятие. Всего 2 часа.

Теория – 0.5 часа. Подведение итогов обучения за год.

Практика. Выступления обучающихся с лучшими номерами, этюдами.

**Учебный план первого года обучения. Базовый уровень.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Форма аттестации, контроля |
| Всего | Теория | Практика |  |
| 1 | Введение в программу. Инструктаж по ТБ. | 1 | 1 | 0 | Собеседование. |
| 2 | Азбука музыкального движения (активизация музыкального восприятия детей через движение и выявление их музыкальных способностей)  Классическая хореография  (здесь необходимо научить обучающихся грамотности и культуре танцевального движения)  Музыкальные игры. (Помогают научить обучающихся через «язык тела» доносить до окружающих свои мысли, чувства, переживания) | 36 | 13 | 23 | Смотр знаний умений и навыков (текущий) |
| 3 | Ритмика  (Музыкально-ритмические занятия включают в себя всевозможные разминочные движения на месте под музыку, для развития чувства ритма и элементарной организации своих движений в согласовании с музыкой) | 8 | 1 | 7 | Учебное занятие контроля знаний.  Зачёт |
| 4 | Пластика (Упражнения на развитие мышц стопы, выворотности, гибкости, пластичности тела) | 7 | 1 | 6 | Учебное занятие контроля знаний. Зачёт |
| 5 | Офп (Упражнения для улучшения физического состояния обучающихся) | 20 | 2 | 18 | Учебное занятие контроля знаний. Зачёт |
| 6 | Спортивный бальный танец  Европейский танец (изучение танца медленный вальс)  Латиноамериканский танец (изучение танца ча ча ча)  Постановка концертных номеров (постановка простейших детских бальных танцев) | 112 | 10 | 102 | Учебное занятие контроля знаний. Зачёт |
| 7 | Сценическая подготовка и практика | 32 | 2 | 30 | Творческий отчёт. Выполнение творческого задания. |
|  | Итого | 216 | 30 | 186 |  |

**Содержание программы.**

1. Введение в программу. Инструктаж по ТБ. Всего - 1 час.

Теория – 1 час. Знакомство с программой обучения с в студии спортивного ба… Инструктаж.. Смотр данных учащихся.

1. Азбука музыкального движения. Всего часов – 36.

Теория 13 часов.

Практика 23 часа.

1. Ритмика. Всего – 8 часов.

Теория 1 час

Практика 7 часов

1. Пластика. Всего – 7 часов.

Теория 1 час.

Практика 6 часов

1. ОФП. Всего – 20 часов.

Теория – 2 часа.

Практика – 18 часов

1. Спортивный бальный танец. Всего -112 часа.

Теория – 10 часов.

Практика – 102 часа.

1. Сценическая подготовка и практика. Всего – 32 часа.

Теория – 2 часа.

Практика – 30 часов.

**Учебный план второго года обучения. Базовый уровень.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Форма аттестации, контроля |
| Всего | Теория | Практика |  |
| 1 | Введение в программу. Инструктаж по ТБ. | 1 | 1 | 0 | Собеседование. |
| 2 | Азбука музыкального движения (активизация музыкального восприятия детей через движение и выявление их музыкальных способностей)  Классическая хореография  (здесь необходимо научить обучающихся грамотности и культуре танцевального движения)  Музыкальные игры. (Помогают научить обучающихся через «язык тела» доносить до окружающих свои мысли, чувства, переживания) | 36 | 13 | 23 | Смотр знаний умений и навыков (текущий) |
| 3 | Ритмика  (Музыкально-ритмические занятия включают в себя всевозможные разминочные движения на месте под музыку, для развития чувства ритма и элементарной организации своих движений в согласовании с музыкой) | 8 | 1 | 7 | Учебное занятие контроля знаний.  Зачёт |
| 4 | Пластика (Упражнения на развитие мышц стопы, выворотности, гибкости, пластичности тела) | 7 | 1 | 6 | Учебное занятие контроля знаний. Зачёт |
| 5 | Офп (Упражнения для улучшения физического состояния обучающихся) | 20 | 2 | 18 | Учебное занятие контроля знаний. Зачёт |
| 6 | Спортивный бальный танец  Европейский танец (изучение танца медленный вальс)  Латиноамериканский танец (изучение танца ча ча ча)  Постановка концертных номеров (постановка простейших детских бальных танцев) | 112 | 10 | 102 | Учебное занятие контроля знаний. Зачёт |
| 7 | Сценическая подготовка и практика | 32 | 2 | 30 | Творческий отчёт. Выполнение творческого задания. |
|  | Итого | 216 | 30 | 186 |  |

**Содержание программы.**

1. Введение в программу. Инструктаж по ТБ. Всего - 1 час.

Теория – 1 час. Знакомство с программой обучения с в студии спортивного ба… Инструктаж.. Смотр данных учащихся.

1. Азбука музыкального движения. Всего часов – 36.

Теория 13 часов.

Практика 23 часа.

1. Ритмика. Всего – 8 часов.

Теория 1 час

Практика 7 часов

1. Пластика. Всего – 7 часов.

Теория 1 час.

Практика 6 часов

1. ОФП. Всего – 20 часов.

Теория – 2 часа.

Практика – 18 часов

1. Спортивный бальный танец. Всего -112 часа.

Теория – 10 часов.

Практика – 102 часа.

1. Сценическая подготовка и практика. Всего – 32 часа.

Теория – 2 часа.

Практика – 30 часов.

**Содержательная часть.**

1 тема -Введение.

Цель: Ознакомление учащихся и родителейсизучаемымкурсом. Определение

уровняикачестваисходныхзнаний, умений, навыков.

Задачи:

Образовательные:

- ознакомлениеобучающихсясобязательнойпрограммойбальной

хореографии;

- привитиеинтересакзанятиямпообучениюспортивнымибальнымитанцами.

Развивающие:

- развитиеуменийразличатьмузыкальныйматериалпокаждомутанцубальнойпрограммы.

- развитьумениеправильновестисебяназанятииивнимательнослушатьпедагога

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся;

- воспитаниекоммуникативныхнавыков;

Теория: Содержаниеиформыработывколлективе. Знакомствосучащимисяиродителями.

Практика: Составлениерасписаниязанятий, распределениепогруппам. Проведениевходнойдиагностики.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показательныевыступления.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютучащиеся: элементарныекоординационныедвижения, основныевидышага.

Раздел 1. Азбукамузыкальногодвижения,

Классическаяхореография

Тема:осанкаипостановкакорпуса

Цель: Получитьэлементарныенавыкивладениясвоимтелом.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиемышечногостроениятела.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: Понятияопостановкекорпуса, рук, ногиголовы

Практика: Работаголовы, плеч, рук, бедер, коленей, стоп. Упражнениянаукреплениеосанки.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показучителя.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: ощущениеподтянутогокорпуса

Литература: 1, 2.

Тема:позициирук

Цель: Получитьэлементарныенавыкипластикирук.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиепластикитела.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: Понятияопостановкерукипальцеввхореографии

Практика: Работаплеч, рук. Изучение 1-3 хореографическихпозицийрук. Упражненияназакреплениеэтойтемы.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показучителя.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: пластикаихореографическаяграмотность.

Литература: 1, 2.

Тема:позицииног

Цель: Получитьнавыкиграмотнойработыстоп.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиеэластичностистоп.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: Понятияопостановкеногвхореографии

Практика: Работастоп. Изучение 1-6 хореографическихпозицийног. Упражненияназакреплениеэтойтемы.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показучителя.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: хореографическаяграмотность.

Литература: 1, 2.

Темафокусвглазахипонятиеовращении

Цель: Получитьэлементарныенавыкивращательныхдействий.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиевестибулярногоаппарата.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: Понятияопостановкестержняиточке.

Практика: поворотыголовы. Упражненияназакреплениеэтойтемы.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показучителя.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: координацияихореографическаяграмотность.

Литература: 1, 2.

Тема:«Плие»

Цель: Получитьэлементарныенавыкикоординацииивыворотности.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиемышечноготонуса.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: Понятияплиевхореографии

Практика: Работав 1 и 2 позицииног. Координациядвиженияспозициямирук. Упражненияназакреплениеэтойтемы.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показучителя.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: координацияихореографическаяграмотность.

Литература: 1, 2.

Тема:Релеве-хореографическаяработастоп

Цель: Получитьэлементарныенавыкикоординацииног.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиепластикитела.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: Понятияоспускахиподъемахвстопе

Практика: Упражненияназакреплениеэтойтемы. Простыекомбинациисизученнымиранеедвижениями.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показучителя.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: хореографическаяграмотность.

Литература: 1, 2.

7.Тематандюбатманиположениесвободнойноги

Цель: Получитьэлементарныенавыкикоординациителаивыворотностистоп.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиевыворотностистоп.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: Понятияоопорнойисвободнойногевхореографии

Практика: Работаколенистоп. Изучениеупражненияв 1 хореографическойпозиции. Упражненияназакреплениеэтойтемы.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показучителя.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выворотность, координацияихореографическаяграмотность.

Литература: 1, 2.

8.Тема:Понятие- ронде

Цель: Получитьэлементарныенавыкикоординацииивыворотностиног.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиевыворотностиног.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: чтотакоерондиправилаисполнения.

Практика: Работаногистоп. Упражненияназакреплениеэтойтемы.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: координацияихореографическаяграмотность.

Литература: 1, 2.

Темапрыжкивхореографии

Цель: Получитьэлементарныенавыкикоординациииукрепитьмышечныйтонусног.

Задачи:

Образовательные:

- приобретениенеобходимыхдвигательныхнавыков.

Развивающие

- развитиекоординационныхспособностей;

- развитиефизическогосостояниетела.

Воспитательные:

- выработкавнимания, внутреннейсобранности.

Теория: видыпрыжков

Практика: использованиедвиженияплиеиправилосанкидлявыполненияпростогопрыжкав 1, 6 позицияхног. Упражненияназакреплениеэтойтемы.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: координацияихореографическаяграмотность. Увеличениемышечноготонуса.

Литература: 1, 2.

Музыкально–хореографическиеигры.

Тема:Игрынавнимание

Цель: Научитьобучающихсячерезигруконцентрироватьипереключатьвнимание.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- повышениевнимания.

Развивающие

- умениелогическимыслить;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- развитиеэстетическоговкусаобучающегося.

Теория: Ритмопластическиедвижения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: Проведениехореографическихигрсобучающимися: ужирафапятна, повторизапедагогом, зеркалоидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениеконцентрироватьипереключатьвниманиевпредлагаемыхобстоятельствах.

Литература: 4, 5.

Тема:Игрынакоординацию

Цель: Научитьобучающихсячерезигрукоординироватьсвоидвижения.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- повышениекоординации.

Развивающие

- умениескоординироватьразличныечаститела;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- развитиеэстетическоговкусаобучающегося.

Теория: Ритмопластическиедвижения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: Проведениехореографическихигрсобучающимися: автобус, лягушата, веселыйзайчик, помирилисьидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениекоординироватьразличныечастителавпредлагаемыхдвижениях.

Литература: 4, 5.

Тема:Игрынаразвитиемузыкальности

Цель: Научитьобучающихсячерезигрувосприниматьиразличатьмузыкальныеразмерыижанры.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- повышениемузыкальностииритмичности.

Развивающие

- умениеслышатьмузыку;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- развитиеэстетическоговкусаобучающегося.

Теория: Ритмопластическиедвижения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: Проведениехореографическихигрсобучающимися: тыпохлопайрукамиипотопайногами, солнышкоидождик, самолетыидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениеразличатьислышатьхарактермузыки, умениевыделятьслабыеисильныедоли.

Литература: 4, 5.

Темаигрынаскоростьреакции

Цель: Научитьобучающихсячерезигрупереключатьсяибыстрореагироватьнасменуобстоятельств.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- повышениевниманияилабильности.

Развивающие:

- скоростьмышления;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- развитиеэстетическоговкусаобучающегося.

Теория: Ритмопластическиедвижения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: Проведениехореографическихигрсобучающимися: деньночь, муз. стульчик, переоденьюбкуидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениебыстропереключатьвниманиевпредлагаемыхобстоятельствах.

Литература: 4, 5.

Тема:Игрынаразвитиехореографическойпамяти

Цель: Научитьобучающихсячерезигрузапоминатьмаксимальновозможныйнабордвиженийзанаименьшийсрок.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- развитиехореографическойпамяти.

Развивающие:

- развитиемышечнойпамяти;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- развитиеэстетическоговкусаобучающегося.

Теория: Ритмопластическиедвижения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: отрывкииздетскихтанцевспоказомибез, конкурснасамоеточноеповторениеидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениевнимательноследитьзапоказомтренера, развитиемышечнойпамяти.

Литература: 4, 5.

Тема:Игрынавзаимодействиевпаре

Цель: Научитьобучающихсячерезигрувзаимодействоватьсосвоимпартнером.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- усилениесплоченностивпаре.

Развивающие:

- умениечувствоватьсвоегопартнера;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- воспитаниекачествличности: поддержкапартнера, отзывчивостьдоброта.

Теория: парныедвижения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: Проведениехореографическихигрсобучающимися: ручеек, воротца, конкурсымеждупаридр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениеподдержатьпартнера, навыкиработывпаре.

Литература: 4, 5.

Тема:Игрынаработувгруппе

Цель: Научитьобучающихсячерезигруработатьвгруппе.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- знаниепростыхисложныхперестроений.

Развивающие:

- умениеработатьвколлективе;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- культураповедениявобществе.

Теория: Хореографическиепостроения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: изучениехореографическихперестроений: круг, квадрат, линияидр., командныеигры

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениенайтисвоеместовгруппе, навыквыполнениясинхронныхдействий, подготовкакпостановочнойработе

Литература: 4, 5.

Тема: Игрынаразвитиефантазии

Цель: Научитьобучающихсячерездвиженияпередаватьразличныеобразы.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- увеличениетанцевальнойлексики.

Развивающие:

- умениепередаватьфантазиидвижениями;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- расширениекругозора

- развитиеэстетическоговкусаобучающегося.

Теория: Ритмопластическиедвижения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: Проведениехореографическихигрсобучающимися: мореволнуется, раздватринапартнерапосмотри, играживыекартинки, хореографическиеэтюдыидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениетворческимыслитьипередаватьдвижениямисвоифантазии.

Литература: 4, 5.

Тема:игрынаразвитиеэмоциональностидетей

Цель: Научитьобучающихсячерездвижениявыражатьсвоиэмоции.

Задачи:

Образовательные:

- осознаниесебявпредлагаемыхобстоятельствах;

- умениевыражатьсвоиэмоциичерезтанец.

Развивающие:

- развитиетворческогопотенциаларебенка;

- пробуждениеположительныхэмоций;

- проявлениеинициативы;

- развитие, творческихспособностейвцелом.

Воспитательные:

- развитиеэстетическоговкусаобучающегося.

Теория: Ритмопластическиедвижения. Предлагаемыеобстоятельства, сопровождающиеигру.

Практика: Проведениехореографическихигргрустныйклоунивеселыйклоун, покажисвоюсемью, музыкальныйкрокодилидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: развитиевыразительностидвижений, умениеосозноватьсвоиэмоции.

Литература: 4, 5.

Ритмика

Тема:Упражнениянасогласованиедвиженийсмузыкойвмедленномритме.

Цель: Активизироватьмузыкальноевосприятиедетейчерездвижениеипомочьвыявитьихмузыкальныеспособности.

Задачи:

Образовательные:

- передачавдвиженииритмапрослушанногомузыкальногопроизведения.

Развивающие:

- умениевнимательнослушатьмузыкувовремядвижения;

- начинатьизаканчиватьдвижениевместесмузыкой.

Воспитательные:

- позволитьобучающимсясвободнофантазироватьвэтомразделепрограммы.

Теория: медленный, умеренныйтемпыихарактертакихмузыкальныхпроизведений.

Практика: Исполнениехореографическиеэтюдов, исходяизмузыкальногоматериала.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, прослушиваниеразличногомузыкальногоматериала, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: передачамузыкальногоматериаласпомощьюдвижений.

Литература: 2, 4.

ТемаУпражнениянасогласованиедвиженийсмузыкойвбыстромритме.

Цель: Активизироватьмузыкальноевосприятиедетейчерездвижениеипомочьвыявитьихмузыкальныеспособности.

Задачи:

Образовательные:

- передачавдвиженииритмапрослушанногомузыкальногопроизведения.

Развивающие:

- умениевнимательнослушатьмузыкувовремядвижения;

- начинатьизаканчиватьдвижениевместесмузыкой.

Воспитательные:

- позволитьобучающимсясвободнофантазироватьвэтомразделепрограммы.

Теория: быстрыйтемпиеговариации, ихарактертакихмузыкальныхпроизведений.

Практика: Исполнениехореографическиеэтюдов, исходяизмузыкальногоматериала.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, прослушиваниеразличногомузыкальногоматериала, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: передачамузыкальногоматериаласпомощьюдвижений.

Литература: 2, 4.

Тема:Основныедетскиедвижения.

Цель: познакомитьучащихсясэлементамидетскоготанца.

Задачи:

Образовательные:

- расширитьтанцевальнуюлексикуобучающихся .

Развивающие:

- умениесвободнооперироватьвыученнымидвижениями;

- начинатьизаканчиватьдвижениевместесмузыкой.

Воспитательные:

- позволитьобучающимсясвободнофантазироватьвэтомразделепрограммы.

Теория: понятиегалоп, полька, подскок, пружинка.

Практика: Исполнениехореографическиеэтюдовсиспользованиемданныхдвижений,

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, прослушиваниеразличногомузыкальногоматериала, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: качествоисполненияизучаемыхдвижений. .

Литература: 2, 4.

Тема:детскиетанцыдиско.

Цель: познакомитьучащихсясэлементамидетскоготанцадиско.

Задачи:

Образовательные:

- расширитьтанцевальнуюлексикуобучающихся.

Развивающие:

- умениесвободнооперироватьвыученнымидвижениями;

- начинатьизаканчиватьдвижениевместесмузыкой.

- развитиекоординациителаобучающегося

Воспитательные:

- позволитьобучающимсясвободнофантазироватьвэтомразделепрограммы.

Теория: понятиесложнойипростойкоординации.

Практика: Исполнениехореографическиеэтюдов: ярисуюсолнце, мымаленькиедети, неразлучныедрузья.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, прослушиваниеразличногомузыкальногоматериала, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: качествоисполненияизучаемыхдвижений.

Литература: 2, 4.

Тема: Основысвободнойкоординациитела.

Цель: познакомитьучащихсястанцевальныминаправлениямисвободнойкоординации.

Задачи:

Образовательные:

- расширитьтанцевальныйкругозоробучающихся.

Развивающие:

- умениесвободнооперироватьвыученнымидвижениямиразличныхтанцевальныхнаправлений;

- начинатьизаканчиватьдвижениевместесмузыкой.

Воспитательные:

- позволитьобучающимсясвободнофантазироватьвэтомразделепрограммы.

Теория: понятиеджазмодерн, хип-хоп, клубнаялатина.

Практика: Исполнениехореографическихэтюдовсиспользованием, конкретноготанцевальногонаправления.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, прослушиваниеразличногомузыкальногоматериала, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: расширениетанцевальногокругозораучащегося, навыкивладениятелом.

Литература: 2, 4.

Тема:Танцевальнаяаэробика.

Цель: научитьучащихсядвигатьсявритмемузыки.

Задачи:

Образовательные:

- пополнитьлексическийзапасдвижений.

Развивающие:

- развитиеритмичностиивыносливости

- умениесвободнооперироватьвыученнымидвижениями;

- начинатьизаканчиватьдвижениевместесмузыкой.

Воспитательные:

- позволитьобучающимсясвободнофантазироватьвэтомразделепрограммы.

Теория: ознакомитьдетейсосновнымидвижениямитанцевальнойаэробики.

Практика: Исполнениехореографическиекомбинацийсиспользованиемданныхдвижений,

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, прослушиваниеразличногомузыкальногоматериала, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: качествоисполненияизучаемыхдвижений, умениеритмичнодвигатьсявтемпемузыки.

Литература: 2, 4.

Пластика.

Тема:Подготовкателатанцоракупражнениямнапластику.

Цель: подготовитьмышцытелакзанятиюпластикой.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьребенкасамостоятельноготовитьтелокзанятиюпластикой.

Развивающие:

- умениесвободнооперироватьвыученнымидвижениями;

- уметьсамостоятельноопределитьготовностьтелакрастяжкам.

Воспитательные:

- умениесамостоятельноорганизоватьтренировочныйпроцесс.

Теория: мышцы, растяжка, гибкость.

Практика: Исполнениеподготовительныхупражнений,

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература, коврик.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: качествоисполненияподготовительныхупражнений.

Литература: 2, 4.

Тема:пластикатела.

Цель: развитьуобучающихсяпластикутела.

Задачи:

Образовательные:

- научитьучащихсяпластичнодвигаться.

Развивающие:

- умениесвободнооперироватьвыученнымидвижениями;

- начинатьизаканчиватьдвижениевместесмузыкой.

Воспитательные:

- позволитьобучающимсясвободнофантазироватьвэтомразделепрограммы.

Теория: понятиеволна, принципыразработкибоковибедер.

Практика: исполнениеволнвразличныхплоскостях, упражнениянаразработкубоковибедер

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: качествоисполненияизучаемыхдвижений. .

Литература: 2, 4.

Тема: Пластикарук.

Цель: Повышениегибкостисуставов, улучшениеэластичностимышцрук.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкампластическихдвижений.

Развивающие:

- умениесвободнооперироватьвыученнымидвижениями;

Воспитательные:

- развиватьаккуратностьисамостоятельность.

Теория: понятиеволнаруками.

Практика: Исполнениеупражненийдляразработкисуставоврук, волныруками

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: качествоисполненияизучаемыхдвижений, эластичностьмышциподвижностьсуставоврук.

Литература: 2, 4.

Тема:Упражнениянагибкость.

Цель: Повышениегибкостивтеле, улучшениеэластичностимышц.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкампластическихдвижений.

Развивающие:

- умениесвободнооперироватьвыученнымидвижениями

Воспитательные:

- развиватьаккуратностьисамостоятельность.

Теория: понятиепрогиб, наклон.

Практика: Исполнениеупражненийдляразработкигибкости: качалочка, ласточка, корзиночка, кошечкаидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература, коврик.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: эластичностьмышциподвижностьпозвоночника.

Литература: 2, 4.

Тема: Растяжки.

Цель: Повышениеэластичностимышцтела.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкамдвиженийнарастяжкумышц.

Развивающие:

- умениесамостоятельнооперироватьвыученнымидвижениями

Воспитательные:

- развиватьаккуратностьисамостоятельность.

Теория: понятиерастяжка, наклон.

Практика: Исполнениеупражненийдлярастяжки: книжечка, лягушка, бабочкаидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература, коврик.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: эластичностьмышцтела.

Литература: 2, 4.

Тема:Шпагаты.

Цель: Повышениеэластичностимышц, высокиепоказателиврастяжке.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкамвыполнениядвиженияшпагат.

Развивающие:

- умениесамостоятельновыполнятьупражнениянарастяжку.

Воспитательные:

- развиватьаккуратностьисамостоятельность.

Теория: понятиешпагат.

Практика: Исполнениепродольныхипоперечныхшпагатов

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература, коврик.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: эластичностьмышцикачествоисполненияупражнений.

Литература: 2, 4.

2Раздел. Общаяфизическаяподготовка

Тема:Упражнениянавыносливость.

Цель: Повышениевыносливостиорганизмаобучающегося.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкамразвитиявыносливости.

Развивающие:

- развиватьсилумышц

Воспитательные:

- развитьсилуволи.

Теория: понятиебег.

Практика: различныевидыбега

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература,

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: уметьраспределятьсилыимобилизоватьскрытыересурсыорганизма

Литература: 2, 4.

Тема:Прыжки

Цель: Повышениевыносливостиикоординацииорганизмаобучающегося.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкамразвитиявыносливости.

Развивающие:

- развиватьсилумышцикоординацию

Воспитательные:

- развитьсилуволи.

Теория: понятиепрыжоклягушка, мячик, вдлинуидр.

Практика: различныевидыпрыжков

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература,

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: уметьраспределятьсилыимобилизоватьскрытыересурсыорганизма, развитиекоординации.

Литература: 2, 4.

Тема:Упражненияназакачкуверхнегоплечевогопояса.

Цель: Повышениевыносливостиорганизмаобучающегосяисилыверхнегоплечевогопояса.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкамразвитиясилы.

Развивающие:

- развиватьсилумышц

Воспитательные:

- развитьсилуволи.

Теория: понятиеподтягивание, отжимание.

Практика: подтягивания, отжимания

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература,

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: уметьраспределятьсилыимобилизоватьскрытыересурсыорганизма, уметьсамостоятельноприменятьданныеупражнения

Литература: 2, 4.

Тема: Упражненияназакачкумышцног.

Цель: Повышениевыносливостиорганизмаобучающегосяисилымышцног.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкамразвитиясилы.

Развивающие:

- развиватьсилумышц

Воспитательные:

- развитьсилуволи.

Теория: понятиеприседания, напрыжки.

Практика: приседания, напрыжки

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература,

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: уметьраспределятьсилыимобилизоватьскрытыересурсыорганизма, уметьсамостоятельноприменятьданныеупражнения

Литература: 2, 4.

Тема: Упражнениянамышцыпресса.

Цель: Повышениевыносливостиорганизмаобучающегосяисилыпресса.

Задачи:

Образовательные:

- обучитьнавыкамразвитиясилы.

Развивающие:

- развиватьсилумышц

Воспитательные:

- развитьсилуволи.

Теория: понятиепресс.

Практика: книжечка, уголок, березкаидр.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература,

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: уметьраспределятьсилыимобилизоватьскрытыересурсыорганизма, уметьсамостоятельноприменятьданныеупражнения

Литература: 2, 4.

Раздел 3.Спортивныйбальныйтанец.

Подразделевропейскийтанец

Тема: Знакомствосевропейскойпрограммойтанцев

Цель: ознакомитьучащихсяснаправлениемевропейскихтанцев.

Задачи:

Образовательные:

-введениеучащихсявосновнуюдисциплинупрограммы.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характеревропейскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподевропейскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: информацияобисториивозникновенияиразвитиятанцевевропейскойпрограммы

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема:Постановкавпарудляевропейскойпрограммы

Цель: ознакомитьучащихсяспарнымтанцеваниемевропейскихтанцев.

Задачи:

Образовательные:

-научитьдетейправильностановитьсявпару.

Развивающие:

- научитьдетейприниматьправильноеположениетеладляданнойпрограммы

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: техническиехарактеристикипарывевропейскойпрограмме.

Практика: постановкадетейвпары, выборпартнера.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениесамостоятельноприглашатьсвоегопартнеранатанецивставатьснимвпару

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема:Медленныйвальс

Цель: ознакомитьучащихсястанцеммедленныйвальс.

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанцамедленныйвальс.

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характермедленноговальса, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, изучениеспусковподъемовмедленноговальса.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчетмедленноговалса, уметьхлопатьвритмиисполнятьподготовительноедвижение.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Движениямедленноговальса

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямимедленноговальса.

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: правыйилевыйквадрат

Практика: исполнениеправогоилевогоквадрата

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанцамедленныйвальс

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Работастопывтанцемедленныйвальс

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопывэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопу.

Развивающие:

- развитькоординациюстоп

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характеревропейскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподевропейскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопывдвиженияхмедленноговальса

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Принципдвижениявевропейскойпрограмме

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымипринципамидвижениявевропейскихтанцах.

Задачи:

Образовательные:

-выучитьпринципыдвиженияевропейскойпрограммы.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характердвиженияевропейскоготанца

Практика: освоитьшагивперед - назадвсторону

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала, беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: свободновладетьпринципомдвижениявевропейскихтанцахиуметьихиспользоватьвосновныхдвижениях

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Контактвевропейскихтанцах

Цель: ознакомитьучащихсясправиламиконтактавевропейскихтанцах

Задачи:

Образовательные:

-научитьстоятьпарывконтакте.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: контактиеготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподевропейскуюмузыку, основныедвижения

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьпарыправильностоятьвконтакте

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Расположениелинийвзаледлятанцевевропейскойпрограммы

Цель: ознакомитьучащихсяснаправлениемлинийвевропейскихтанцах.

Задачи:

Образовательные:

-ознакомитьдетейснаправлениемлинийвзале.

Развивающие:

- развитьориентировкувпространстве

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: линиятанца, направлениевдиагональидр.

Практика: свободныеэтюдыподевропейскуюмузыкуссоблюдениемнаправлениялиний

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениесвободноориентироватьсявзале.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Составлениесхемытанцамедленныйвальсизизученныхдвижений

Цель :составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыку.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецмедленныйвальспосоставленнойсхеме

Литература: 6, 7, 8, 9.

8. Тема: Танецквикстеп

Цель: ознакомитьучащихсястанцемквикстеп

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, рассказобисториитанца, подготовительныедвижения.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчеттанца, уметьиспользоватьритммузыки.

Литература: 6, 7, 8,

Тема: Основныедвиженияквикстепа

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямиквикстепа.

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Ознакомлениеспринципамиисполненияфигурдвнноготанца

Практика: исполнениефигурсповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9

Тема: Работастопыитехникаисполненияфигурвтанцеквикстер

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопывэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопу.

Развивающие:

- развитькоординациюстоп

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характеревропейскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподевропейскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопыитехническиеприемыисполненияфигур, относящихсякданномутанцу

Литература: 6, 7, 8, 9

Тема: Составлениесхемытанцаквикстепизизученныхдвижений

Цель: составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыку.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме, сувеличениемуровнясложности.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Танецвенскийвальс

Цель: ознакомитьучащихсястанцем

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, рассказобисториитанца, подготовительныедвижения.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчеттанца, уметьиспользоватьритммузыки.

Литература: 6, 7, 8,

Тема: Основныедвижениявенскоговальса

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямитанца

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Ознакомлениеспринципамиисполненияфигурдвнноготанца

Практика: исполнениефигурсповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9

14. Темаработастопыитехникаисполненияфигурвтанцевенскийвальс

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопывэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопу.

Развивающие:

- развитькоординацию

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характеревропейскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподевропейскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопыитехническиеприемыисполненияфигур, относящихсякданномутанцу

Литература: 6, 7, 8, 9

Тема: Составлениесхемытанцавенскийвальсизизученныхдвижений

Цель :составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыку.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме, сувеличениемуровнясложности.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Танецтанго

Цель: ознакомитьучащихсястанцем

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, рассказобисториитанца, подготовительныедвижения.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчеттанца, уметьиспользоватьритммузыки.

Литература: 6, 7, 8,

Тема: Основныедвижениятанго

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямитанца

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Ознакомлениеспринципамиисполненияфигурдвнноготанца

Практика: исполнениефигурсповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9

Тема: Работастопыитехникаисполненияфигурвтанцетанго

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопывэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопу.

Развивающие:

- развитькоординацию

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характеревропейскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподевропейскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопыитехническиеприемыисполненияфигур, относящихсякданномутанцу

Литература: 6, 7, 8, 9

Тема: Составлениесхемытанцатангоизизученныхдвижений

Цель: составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыку.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме, сувеличениемуровнясложности.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Танецмедленныйфокстрот

Цель: ознакомитьучащихсястанцем

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, рассказобисториитанца, подготовительныедвижения.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчеттанца, уметьиспользоватьритммузыки.

Литература: 6, 7, 8,

Тема: Основныедвижениятанцамедленныйфокстрот

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямитанца

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Ознакомлениеспринципамиисполненияфигурдвнноготанца

Практика: исполнениефигурсповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9

Тема: Работастопыитехникаисполненияфигурвтанцемедленныйфокстрот

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопывэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопу.

Развивающие:

- развитькоординацию

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характеревропейскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподевропейскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопыитехническиеприемыисполненияфигур, относящихсякданномутанцу

Литература: 6, 7, 8, 9

Тема: Составлениесхемытанцамедленныйфокстротизизученныхдвижений

Цель:составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыку.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме, сувеличениемуровнясложности.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Латиноамериканскиетанцы.

1.Темазнакомствослатиноамериканскойпрограммойтанцев

Цель: ознакомитьучащихсяснаправлениемлатинскихтанцев.

Задачи:

Образовательные:

-введениеучащихсявосновнуюдисциплинупрограммы.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характерлатинскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподлатинскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: информацияобисториивозникновенияиразвитиятанцевлатиноамериканскойпрограммы

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема:Постановкавпарудлялатинскойпрограммы

Цель: ознакомитьучащихсяспарнымтанцеваниемлатинскихтанцев.

Задачи:

Образовательные:

-научитьдетейправильностановитьсявпару.

Развивающие:

- научитьдетейприниматьправильноеположениетеладляданнойпрограммы

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: техническиехарактеристикипарывлатинскойпрограмме.

Практика: постановкадетейвпары, выборпартнера.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениесамостоятельноприглашатьсвоегопартнеранатанецивставатьснимвпаре

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Танецча-ча-ча

Цель: ознакомитьучащихсясданнымлатиноамериканскимтанцем

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, подготовительныедействия.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчет, уметьхлопатьвритмиисполнятьподготовительноедвижение.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Движениятанцача-ча-ча

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямитанца.

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: ознакомитьсхарактернымнаборомдыижений

Практика:исполнениефигурданноготанцасповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Работастопитехническиеособенностивтанцеча-ча-ча

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопитехникойисполнениявэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопуитело.

Развивающие:

- развитькоординацию

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характерлатинскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподлатинскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопывдвиженияхитехническиеособенноститанца.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Принципдвижениявлатинскойпрограмме

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымипринципамидвижениявлатинскихтанцах.

Задачи:

Образовательные:

-выучитьпринципыдвижениялатинскихтанцев.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характердвижениялатинскоготанца

Практика: освоитьшагивперед -назадвсторону

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: свободновладетьпринципомдвижениявлатинскихтанцахиуметьихиспользоватьвосновныхдвижениях

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема:взаимодействиевпаревлатинскихтанцах

Цель: ознакомитьучащихсясправиламивзаимодействиявлатинскихтанцах

Задачи:

Образовательные:

-научитьпарыосновамвзаимодействиявпаре.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория:взаимодействиеиеготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподлатинскуюмузыку, основныедвижения

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьпарыправильновзаимодействоватьвтанце.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Расположениелинийвзаледлятанцевлатинскойпрограммы

Цель: ознакомитьучащихсяснаправлениемлинийвлатинскихтанцах.

Задачи:

Образовательные:

-ознакомитьдетейснаправлениемлинийвзале.

Развивающие:

- развитьориентировкувпространстве

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: линиятанца, направлениевдиагональидр.

Практика: свободныеэтюдыподлатинскуюмузыкуссоблюдениемнаправлениялиний

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениесвободноориентироватьсявзале.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Составлениесхемытанцачачачаизизученныхдвижений

Цель:составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыкусповышениемуровнясложности.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема:танецсамба

Цель: ознакомитьучащихсясданнымлатиноамериканскимтанцем

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, подготовительныедействия.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчет, уметьхлопатьвритмиисполнятьподготовительноедвижение.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Движениятанцасамба

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямитанца.

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: ознакомитьсхарактернымнаборомдыижений

Практика:исполнениефигурданноготанцасповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Работастопитехническиеособенностивтанцесамба

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопитехникойисполнениявэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопуитело.

Развивающие:

- развитькоординацию

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характерлатинскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподлатинскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопывдвиженияхитехническиеособенноститанца.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Составлениесхемытанцасамбаизизученныхдвижений

Цель :составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыкусповышениемуровнясложности.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Танецджайв

Цель: ознакомитьучащихсясданнымлатиноамериканскимтанцем

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, подготовительныедействия.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчет,уметьхлопатьвритмиисполнятьподготовительноедвижение.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Движениятанцаджайв

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямитанца.

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: ознакомитьсхарактернымнаборомдыижений

Практика:исполнениефигурданноготанцасповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала: беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Работастопитехническиеособенностивтанцеджайв

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопитехникойисполнениявэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопуитело.

Развивающие:

- развитькоординацию

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характерлатинскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподлатинскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопывдвиженияхитехническиеособенноститанца.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Темасоставлениесхемытанцаджайвизизученныхдвижений

Цель :составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыкусповышениемуровнясложности.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема:танецрумба

Цель: ознакомитьучащихсясданнымлатиноамериканскимтанцем

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, подготовительныедействия.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчет, уметьхлопатьвритмиисполнятьподготовительноедвижение.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Движениятанцарумба

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямитанца.

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: ознакомитьсхарактернымнаборомдыижений

Практика:исполнениефигурданноготанцасповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема:работастопитехническиеособенностивтанцерумба

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопитехникойисполнениявэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопуитело.

Развивающие:

- развитькоординацию

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характерлатинскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподлатинскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопывдвиженияхитехническиеособенноститанца.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Темасоставлениесхемытанцарумбаизизученныхдвижений

Цель :составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыкусповышениемуровнясложности.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Танецпассодобль

Цель: ознакомитьучащихсясданнымлатиноамериканскимтанцем

Задачи:

Образовательные:

-выучитьритмиподготовительныедвижениятанца

Развивающие:

- подготовитьбазудлядальнейшегоизученияфигуртанца

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характертанца, егоритмисчет.

Практика: прослушиваниемузыкальногоматериала, подготовительныедействия.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: знатьсчет, уметьхлопатьвритмиисполнятьподготовительноедвижение.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Движениятанцапассодобль

Цель: ознакомитьучащихсясосновнымидвижениямитанца.

Задачи:

Образовательные:

-научитьправильноисполнятьзаданныедвижения.

Развивающие:

- развитьинтерескданнойпрограмметанцев

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: ознакомитьсхарактернымнаборомдыижений

Практика:исполнениефигурданноготанцасповышениемуровнясложности

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьточноисполнятьосновныедвижениятанца

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Работастопитехническиеособенностивтанцепассодобль

Цель: ознакомитьучащихсясработойстопитехникойисполнениявэтомтанце.

Задачи:

Образовательные:

- научитьправильноиспользоватьстопуитело.

Развивающие:

- развитькоординацию

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: Характерлатинскоготанца, егоистория, еготехническиехарактеристики.

Практика: свободныеэтюдыподлатинскуюмузыку

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: выучитьсхемуработыстопывдвиженияхитехническиеособенноститанца.

Литература: 6, 7, 8, 9.

Тема: Составлениесхемытанцапассодобльизизученныхдвижений

Цель:составитьсхемуизизученныхдвижений.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсоединятьзнакомыедвижениявсхемутанца.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьилогику

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятиясхема, конкурс

Практика: составлениеиисполнениесхемытанцаподмузыкусповышениемуровнясложности.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьтанецпосоставленнойсхеме

Литература: 6, 7, 8, 9.

Постановкаконцертныхномеров

Концертныйномер

Тема: Разучиваниедвиженийтанца

Цель:разучитьдвиженияктанцу.

Задачи:

Образовательные:

- расширитьлексикутанцевальныхдвижений.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамять.

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятияподготовкакконцерту,

Практика: разучиваниеиотработкадвиженийктанцу.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьдвиженияктанцуподмузыку.

Тема: Разучивание перестроений танца

Цель:разучитьсхемуперестроенийктанцу.

Задачи:

Образовательные:

- научитьсяперестраиватьсяизоднойфигурывдругую.

Развивающие:

- развитьориентировкувпространстве.

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятияподготовкакконцерту,

Практика: разучиваниеиотработкасхемыперестроенийктанцу.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсяисполнятьперестроенияктанцуподмузыку.

Тема:Отработкасинхронностиисполнениядвижений

Цель: выполнитьдвиженияиперестроенияктанцусинхронно.

Задачи:

Образовательные:

-научитьсинхронномутанцувгруппе.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьиориентировкувпространстве.

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: понятияподготовкакконцерту,

Практика: многократныйповтордляулучшениясинхронности.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: научитьсясинхронноисполнятьдвиженияиперестроенияктанцуподмузыку.

Тема:артистизмвконцертныхномерах

Цель:расставитьэмоциональныеакцентывтанце

Задачи:

Образовательные:

-научитьдетейтанцеватьвыразительно.

Развивающие:

-развитьвдетяхэмоциональность.

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусауобучающихся

Теория: артистизм, артист, сцена

Практика: простановкавыразительныхпозиций.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которыеприобретаютобучающиеся: умениеобщатьсясозрителемидоноситьдонегосмыслихарактертанца.

Тема: Отработкаиподготовкатанцаквыходудетейнасцену.

Цель:собратьвединоецелоедвижение, перестроение, артистизм.

Задачи:

Образовательные:

- научитьдетейдвигатьсяиперестраиватьсябезошибок.

Развивающие:

- развитьмышечнуюпамятьипространственноемышление.

Воспитательные:

- воспитаниеэстетическоговкусаиответственностиуобучающихся

Теория: понятияподготовкакконцерту,

Практика: отработкатанца. Многократныеповторения.

Оборудованиеиматериалы: Хореографическийкабинет, музыкальныйцентр, CDзаписи, литература.

Методыиформыподачиматериала:беседа, рассказ, наглядныепособия, показпедагога.

Видыиспособыработы: групповой.

Знания, умения, навыки, которые приобретаютобучающиеся: научитьсябезошибочноисполнятьтанецподмузыку.

**33. Тема занятия:** Премьера номера

Цель:подготовить детей к публичным выступлениям.

Задачи:

Образовательные:

- научить детей не бояться выступлений перед аудиторией.

Развивающие:

- развить уверенность в себе.

Воспитательные:

- воспитание эстетического вкуса и культуры поведения во время выступления у обучающихся.

Теория: зритель, костюм и др

Практика: выступление перед родителями группы или перед другой группой.

Оборудование и материалы: Хореографический кабинет, музыкальный центр, CDзаписи, литература, костюмы

Методы и формы подачи материала: беседа, рассказ, наглядные пособия.

Виды и способы работы: групповой.

Знания, умения, навыки, которые приобретают обучающиеся: научиться уверенно чувствовать на сцене во время выступления, получить навыки сценической практик

ПрогнозируемыерезультатыРезультатыучитываютсяприменительнокотдельнойличностиивыражаютсявсформированностиеекачеств, знаний, уменийинавыков, чертхарактера. Ожидаемыйрезультатопределяетсявзависимостиотвозрастнойгруппыиэтапаосвоенияпрограммы: развитиятворческогомышления, памяти, воображения, нестандартногомышления, умениявыразитьсвоичувства; приобретениеиразвитиекоммуникативныхспособностей, активности, сообразительности, уменияимпровизировать, двигаясьподмузыку; формированиеобщейкультуры; овладениеосновнымитанцевальнымидвижениями; формированиепредставленийотанцевальнойкультуре, развитиепрофессиональногоинтереса; приобретениеизакреплениетеоретическихзнанийипрактическихумений; поразвитиютворческойиндивидуальности, приобретениепреподавательскихнавыковприработевкачествепомощникаруководителяколлектива. Основнымипоказателямитанцевальнойкультурыиэстетическоговоспитанностиобучающихся, прошедшихполныйобъемобучения, можносчитать: выразительностьиграмотностьисполнения; сдержанностьиблагородствоманеры; осмысленноеотношениектанцукаккхудожественномупроизведению, отражающемучувствоимысли, национальнуюспецификуисоциальныйхарактер; пониманиевыразительностиотдельныхэлементовтанцаимузыкивпередачеопределенногосодержания; способностьсамостоятельнооцениватьхореографическоепроизведение. Ожидаемыеэффектыреализациипрограммы: 14 1.Овладениенавыкамибальнойхореографии. 2.Развитиехудожественноговкусаиповышениенравственно-эстетическойкультурыобучающихся. 3.Возможностьреализациитворческогопотенциалаличностиребенкачерезвключениевразныеформысоциально-культурнойдеятельности. 4.Развитиекоммуникативныхкачествличностиребенка. 5.Появлениеэмоциональнойустойчивости. 6.Формированиекультурыздоровогообразажизнииправилличнойгигиены. 7.Снижениезаболеваний, связанныхснарушениямиосанкииплоскостопия.

**1.4. Планируемые результаты.**

**Стартовый уровень.**

К **концу первого года**обучения, обучающиеся должны **знать**:

* названия основных упражнений и правила их выполнения.
* правила подготовки к занятию;
* названия основных упражнений и правила их выполнения.

Обучающиеся должны **уметь**:

* правильно выполнять изученные упражнения.

**Базовый уровень.**

К **концу первого года** обучения обучающиеся должны **знать**:

* названия основных элементов танца;
* правила выполнения изученных позиций корпуса, рук, ног;
* основные отличия латино-американской и европейской программы танца.

Обучающиеся должны **уметь**:

* перестраиваться по команде педагога;
* координировать движения и соблюдать рисунок танца;
* начинать и заканчивать движения с началом и окончанием музыки;
* соблюдать подтянутость корпуса при исполнении любых движений;
* правильно, в соответствии с музыкой исполнять танцевальные номера.

К **концу второго года обучения** обучающиеся должны **знать**:

* характерные движения для латино-американской и европейской программы;
* понятие «рисунок танца»;
* правильно выполнять элементы танца;
* основные методы и формы организации учебно-творческой и постановочной работы.

Обучающиеся должны **уметь**:

* соблюдать подтянутость корпуса при исполнении любых движений;
* методически правильно и артистично выполнять движения.
* методику движенийлатиноамериканской и европейской программы;
* алгоритм составления танцевальных комбинаций;
* приёмы создания танцевального образа.
* работать самостоятельно, а также в составе постановочной группы.
* выявлять недостатки в собственной подготовке и работать самостоятельно над их устранением.
* выявлять недостатки в собственной подготовке и работать самостоятельно над их устранением;
* анализировать просмотренный танец, выявляя достоинства, недостатки, творческие находки постановщика.

**Календарный учебный график второго года обучения216 часов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Месяц** | **Число** | **Время проведения занятий** | **Форма занятий** | **Количество часов** | **Тема занятий.** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1 | сентябрь | 1 |  | Р.-РС.-РП.-Б. | 2 | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Проверка данных обучающихся. | СШ №70 | Беседа |
| 2 | сентябрь | 4 |  | Р.-РП.-РЗ | 2 | Повтор пройденного материала за 2 год обучения. | СШ №70 | Текущая |
| 3 | сентябрь | 6 |  | Р.-ПГ.-РФ. | 2 | Знакомство с понятием «рисунок» танца. Изучение художественного образа. | СШ №70 | Текущая |
| 4 | сентябрь | 8 |  | РП.-Б. | 2 | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 5 | сентябрь | 11 |  | РП.-Б. | 2 | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 6 | сентябрь | 13 |  | РП.-Б. | 2 | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 7 | сентябрь | 15 |  | РП.-РЗ | 2 | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 8 | сентябрь | 18 |  | РП.-РЗ | 2 | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 9 | сентябрь | 20 |  | Р.-ЗС | 2 | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 10 | Сентябрь | 22 |  | Б. |  | Закрепление изученного материала. | СШ №70 | ГР. |
| 11 | Сентябрь | 25 |  | Б. РЗ |  | Спортивные бальные танцы.  Европейская программа | СШ №70 | З.-ГР. |
| 12 | Сентябрь | 27 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Контрольный срез |
| 13 | Сентябрь | 29 |  | Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 14 | Октябрь | 2 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 15 | Октябрь | 4 |  | РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Практическое занятие |
| 16 | Октябрь | 6 |  | РЗ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 17 | Октябрь | 9 |  | РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 18 | октябрь | 11 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 19 | Октябрь | 13 |  | РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 20 | Октябрь | 16 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 21 | Октябрь | 18 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 22 | Октябрь | 20 |  | Р.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ГР. |
| 23 | Октябрь | 23 |  | Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ГР. |
| 24 | Октябрь | 25 |  | Р.-РП.-ЭЗ-.Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 25 | Октябрь | 27 |  | Р.-ПР.-РФ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 26 | ноябрь | 1 |  | Р.-РП.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 27 | ноябрь | 3 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 28 | ноябрь | 6 |  | Р.-РП.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Контрольный срез |
| 29 | ноябрь | 8 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 30 | ноябрь | 10 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 31 | ноябрь | 13 |  | Р.-РЗ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 32 | ноябрь | 15 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 33 | ноябрь | 17 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 34 | ноябрь | 20 |  | Р.-РЗ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 35 | ноябрь | 22 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 36 | ноябрь | 24 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа. | СШ №70 | Контрольный срез |
| 37 | ноябрь | 27 |  | Р. |  | Закрепление изученного материала. | СШ №70 | ПР. |
| 38 | ноябрь | 29 |  | ПГ. |  | Контрольное занятие. | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 39 | Декабрь | 1 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 40 | Декабрь | 4 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 41 | Декабрь | 6 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 42 | Декабрь | 8 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 43 | Декабрь | 11 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 44 | Декабрь | 13 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 45 | Декабрь | 15 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 46 | Декабрь | 18 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 47 | Декабрь | 20 |  | ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 48 | Декабрь | 22 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 49 | Декабрь | 25 |  | РП.-РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 50 | Декабрь | 27 |  | РП.-РЗ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | З. |
| 51 | Декабрь | 29 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая. |
| 52 | Январь | 3 |  | РФ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | ГР. |
| 53 | Январь | 5 |  | Б. |  | Открытое занятие | СШ №70 | ГР. |
| 54 | Январь | 8 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 55 | Январь | 10 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 56 | Январь | 12 |  | Р.-ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 57 | Январь | 15 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 58 | Январь | 17 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 59 | Январь | 19 |  | Р.-ПГ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Контрольный срез |
| 60 | Январь | 22 |  | РФ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 61 | январь | 24 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 62 | Январь | 26 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 63 | Январь | 29 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 64 | Январь | 31 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 |  |
| 65 | Февраль | 2 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 66 | Февраль | 5 |  | Р.-РП.-ПГ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 67 | Февраль | 7 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 11 | Февраль | 9 |  | Б. РЗ |  | Спортивные бальные танцы.  Европейская программа | СШ №70 | З.-ГР. |
| 12 | Февраль | 12 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Контрольный срез |
| 13 | Февраль | 14 |  | Б. |  | Контрольное занятие | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 14 | Февраль | 16 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 15 | Февраль | 19 |  | РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Практическое занятие |
| 16 | Февраль | 21 |  | РЗ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 17 | Февраль | 23 |  | РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 18 | Февраль | 26 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 19 | Февраль | 28 |  | РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 20 | Март | 2 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 21 | Март | 5 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 22 | Март | 7 |  | Р.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ГР. |
| 23 | Март | 9 |  | Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ГР. |
| 24 | Март | 12 |  | Р.-РП.-ЭЗ-.Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 25 | Март | 14 |  | Р.-ПР.-РФ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 26 | Март | 16 |  | Р.-РП.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 27 | Март | 19 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 28 | Март | 21 |  | Р.-РП.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Контрольный срез |
| 29 | Март | 23 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 30 | Март | 26 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 31 | Март | 28 |  | Р.-РЗ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 32 | Март | 30 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 33 | Апрель | 2 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 34 | Апрель | 4 |  | Р.-РЗ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 35 | Апрель | 6 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 36 | Апрель | 9 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Контрольный срез |
| 37 | Апрель | 11 |  | Р. |  | Закрепление изученного материала. | СШ №70 | ПР. |
| 38 | Апрель | 13 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 39 | Апрель | 16 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 40 | Апрель | 18 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 41 | Апрель | 20 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 42 | Апрель | 23 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 43 | Апрель | 25 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 44 | Апрель | 27 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 45 | Апрель | 30 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 46 | Май | 2 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 47 | Май | 4 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 48 | Май | 7 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 49 | Май | 11 |  | РП.-РЗ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 50 | Май | 14 |  | РП.-РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | З. |
| 51 | Май | 16 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая. |
| 52 | Май | 18 |  | РФ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ГР. |
| 53 | Май | 21 |  | Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ГР. |
| 54 | Май | 23 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 55 | Май | 25 |  | Р.-ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 56 | Май | 28 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 57 | Май | 30 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |

Формы занятий и формы контроля.

|  |  |
| --- | --- |
| Р.- | разминка |
| РП.- | Работа в паре |
| РЗ.- | работа на середине зала |
| РФТ.- | разучивание фигур танца. |
| Б.- | беседа |
| ГР.- | генеральная репетиция |
| КЗ.- | Контрольное Занятие |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Месяц** | **Число** | **Время проведения занятий** | **Форма занятий** | **Количество часов** | **Тема занятий.** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1 | сентябрь | 2 |  | Р.-РС.-РП.-Б. | 2 | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Проверка данных обучающихся. | СШ №70 | Беседа |
| 2 | сентябрь | 4 |  | Р.-РП.-РЗ | 2 | Повтор пройденного материала за 2 год обучения. | СШ №70 | Текущая |
| 3 | сентябрь | 6 |  | Р.-ПГ.-РФ. | 2 | Знакомство с понятием «рисунок» танца. Изучение художественного образа. | СШ №70 | Текущая |
| 4 | сентябрь | 9 |  | РП.-Б. | 2 | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 5 | сентябрь | 11 |  | РП.-Б. | 2 | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 6 | сентябрь | 13 |  | РП.-Б. | 2 | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 7 | сентябрь | 16 |  | РП.-РЗ | 2 | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 8 | сентябрь | 18 |  | РП.-РЗ | 2 | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 9 | сентябрь | 20 |  | Р.-ЗС | 2 | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 10 | Сентябрь | 25 |  | Б. |  | Закрепление изученного материала. | СШ №70 | ГР. |
| 11 | Сентябрь | 27 |  | Б. РЗ |  | Спортивные бальные танцы.  Европейская программа | СШ №70 | З.-ГР. |
| 12 | Сентябрь | 30 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Контрольный срез |
| 13 | Октябрь | 2 |  | Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 14 | Октябрь | 4 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 15 | Октябрь | 7 |  | РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Практическое занятие |
| 16 | Октябрь | 9 |  | РЗ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 17 | Октябрь | 11 |  | РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 18 | октябрь | 14 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 19 | Октябрь | 16 |  | РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 20 | Октябрь | 18 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 21 | Октябрь | 21 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 22 | Октябрь | 23 |  | Р.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ГР. |
| 23 | Октябрь | 25 |  | Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ГР. |
| 24 | Октябрь | 28 |  | Р.-РП.-ЭЗ-.Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 25 | Октябрь | 30 |  | Р.-ПР.-РФ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 28 | ноябрь | 1 |  | Р.-РП.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Контрольный срез |
| 29 | ноябрь | 4 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 30 | ноябрь | 6 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 31 | ноябрь | 8 |  | Р.-РЗ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 32 | ноябрь | 13 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 33 | ноябрь | 15 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 34 | ноябрь | 18 |  | Р.-РЗ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 35 | ноябрь | 20 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 36 | ноябрь | 22 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа. | СШ №70 | Контрольный срез |
| 37 | ноябрь | 25 |  | Р. |  | Закрепление изученного материала. | СШ №70 | ПР. |
| 38 | ноябрь | 27 |  | ПГ. |  | Контрольное занятие. | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 39 | ноябрь | 29 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 40 | Декабрь | 2 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 41 | Декабрь | 4 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 42 | Декабрь | 6 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 43 | Декабрь | 9 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 44 | Декабрь | 11 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 45 | Декабрь | 13 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 46 | Декабрь | 16 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 47 | Декабрь | 18 |  | ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 48 | Декабрь | 20 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 49 | Декабрь | 23 |  | РП.-РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 50 | Декабрь | 25 |  | РП.-РЗ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | З. |
| 51 | Декабрь | 27 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая. |
| 52 | Январь | 3 |  | РФ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | ГР. |
| 53 | Январь | 6 |  | Б. |  | Открытое занятие | СШ №70 | ГР. |
| 54 | Январь | 8 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 55 | Январь | 10 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 56 | Январь | 15 |  | Р.-ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 57 | Январь | 17 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 58 | Январь | 20 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 59 | Январь | 22 |  | Р.-ПГ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Контрольный срез |
| 60 | Январь | 24 |  | РФ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 61 | январь | 27 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 62 | Январь | 29 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 63 | Январь | 31 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 65 | Февраль | 3 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 66 | Февраль | 5 |  | Р.-РП.-ПГ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 67 | Февраль | 7 |  | Р.-РП.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 11 | Февраль | 10 |  | Б. РЗ |  | Спортивные бальные танцы.  Европейская программа | СШ №70 | З.-ГР. |
| 12 | Февраль | 12 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Контрольный срез |
| 13 | Февраль | 14 |  | Б. |  | Контрольное занятие | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 14 | Февраль | 17 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 15 | Февраль | 19 |  | РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Практическое занятие |
| 16 | Февраль | 21 |  | РЗ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 17 | Февраль | 24 |  | РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 18 | Февраль | 26 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 19 | Февраль | 28 |  | РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 20 | Март | 3 |  | РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 21 | Март | 5 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 22 | Март | 7 |  | Р.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ГР. |
| 23 | Март | 10 |  | Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ГР. |
| 24 | Март | 12 |  | Р.-РП.-ЭЗ-.Б. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 25 | Март | 14 |  | Р.-ПР.-РФ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 26 | Март | 17 |  | Р.-РП.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 27 | Март | 19 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 28 | Март | 21 |  | Р.-РП.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Контрольный срез |
| 29 | Март | 24 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 30 | Март | 26 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 31 | Март | 28 |  | Р.-РЗ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 32 | Апрель | 2 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 33 | Апрель | 4 |  | Р.-РЗ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 34 | Апрель | 7 |  | Р.-РЗ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 35 | Апрель | 9 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 36 | Апрель | 11 |  | Р.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Контрольный срез |
| 37 | Апрель | 14 |  | Р. |  | Закрепление изученного материала. | СШ №70 | ПР. |
| 38 | Апрель | 16 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 39 | Апрель | 18 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 40 | Апрель | 21 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 41 | Апрель | 23 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 42 | Апрель | 25 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 43 | Апрель | 28 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 44 | Апрель | 30 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 46 | Май | 2 |  | Р.-РП.-РЗ |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 47 | Май | 5 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ТЕКУЩАЯ. |
| 48 | Май | 7 |  | Р.-РП.-РЗ |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 49 | Май | 12 |  | РП.-РЗ.-Б. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 50 | Май | 14 |  | РП.-РЗ.-Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | З. |
| 51 | Май | 16 |  | ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая. |
| 52 | Май | 19 |  | РФ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | ГР. |
| 53 | Май | 21 |  | Б. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | ГР. |
| 54 | Май | 23 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |
| 55 | Май | 26 |  | Р.-ПГ. |  | ОФП.  Сценическая подготовка | СШ №70 | Текущая |
| 56 | Май | 28 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Европейская программа | СШ №70 | Текущая |
| 57 | Май | 30 |  | Р.-ПГ. |  | Спортивные бальные танцы. Латиноамериканская программа | СШ №70 | Текущая |

**Календарныйучебныйграфиктретьегогодаобучения**

**Формызанятийиформыконтроля.**

|  |  |
| --- | --- |
| Р.- | разминка |
| РП.- | Работавпаре |
| РЗ.- | работанасерединезала |
| РФТ.- | разучиваниефигуртанца. |
| Б.- | беседа |
| ГР.- | генеральнаярепетиция |
| КЗ.- | КонтрольноеЗанятие |

* 1. **Условия реализации программы:**
* наполняемость группы;
* регулярность посещения обучающимися занятий;
* наличие учебно-методической и материально-технической базы (музыкального инструмента, либо (и) музыкального центра, зеркал, хореографических станков);
* хореографический класс;
* наличие концертмейстера;
* налаженная обратная связь с обучающимися и родителями.

**Списокоборудованияиинвентаря:**

* хореографическийзал;
* зеркала;
* станки;
* магнитофон;
* музыкальноеивидеометодическоеобеспечение.
  1. **Формы аттестации**

**Учёт знаний обучающихся**

* Учёт знаний учащихся проводится путём проведения диагностики (входящей, промежуточной и итоговой). Форма учёта знаний может быть следующей: наблюдение, тестирование, зачётное выполнение элементов экзерсиса и танца, открытое занятие.
* Результативность выступлений на конкурсах и фестивалях также служит показателем успешности освоения обучающимися образовательной программы.
* Обучающиеся, показывающие высокие уровень подготовки и имеющие устойчивую мотивацию к посещению занятий, становятся солистами, могут привлекаться для участия в постановочном процессе с обучающимися более старшего года обучения.

*Формы контроля, проверки усвоенных знаний, умений, навыков.*

Оценка качества и результативности обучения на 1-2 годах проводится в форме контрольных аттестаций, самостоятельной работы, открытых занятий перед родителями, отчетных концертов, соревнований, фестивалей. В дальнейшем с помощью творческих отчетов.

Исполнени на спортивных аттестациях оценивается по трех-бальной системе:

- «1 балл»- участник танцует программу не в музыку;

- «2 балла»-участник танцует программу в музыку, но не держит линии корпуса, или держит линии корпуса, но технически не точно выполняет фигуры;

- «3 балла»-участник танцует в музыку, держит линии корпуса, технически правильно выполняет фигуры.

При проверке знаний необходимо принимать во внимание индивидуальные особенности детей, ритмичность, физическое состояние. На контрольных аттестациях проверяется физическая форма ученика, в каком темпе идет развитие физических качеств.

Открытые занятия перед родителями проходят в форме мини-концерта, куда включаются вновь разученные этюды, сложные комбинации. В конце года проводится отчетный концерт (на первом году обучения рекомендуется провести его перед родителями и родственниками). На втором и далее годах обучения используются такие формы контроля, как: контрольные аттестации, открытые занятия, концерты, фестивали, конкурсы.

*Нормативные процедуры итоговой аттестации:*

Контрольное аттестации– 2 раза в год, фестиваль - 2 раза в год; отчетный концерт.

*Основные условия реализации программы.*

Для успешной реализации программы к работе привлекаются родители, учителя, например:

- для разработки сценария концерта;

- для разработки эскизов костюмов;

- для сопровождения на концерты и экскурсии;

- для организации выступлений.

Для формирования костюмерной создан родительский комитет, который решает вопросы финансирования, утверждает их на общем собрании родителей.

* 1. **Оценочные материалы**

**Критериидиагностикиосвоенияпрограммы**

Припрохождениипрограммыиспользуетсявходная, итоговая, промежуточнаядиагностика.

Впроцессеоценкиможноиспользоватьуровни: высокий, низкий, средний.

*Музыкальность*–способностьвосприниматьипередаватьвдвиженииобразиосновныесредствавыразительности, изменятьдвижениявсоответствиисфразами, темпомиритмом. Оцениваетсясоответствиеисполнениядвиженийвмузыке (впроцессесамостоятельногоисполнения–безпоказапедагога).

Длясоответствующеговозрастапедагогопределяетразныекритериимузыкальностивсоответствиисосреднимивозрастнымипоказателямиразвитияребенка, ориентируясьнаобъемумений, раскрытыйнамивзадачах.

*Оценкаучащихся:*

В–движениявыражаютмузыкальныйобразисовпадаютстонкойнюансировкой, фразами; С–передаюттолькообщийхарактер, темпиметроритм;

Н–движениянесовпадаютстемпом, метроритмоммузыки, ориентированытольконаначалоиконецзвучания, атакженасчетипоказвзрослого.

*Эмоциональность*–выразительностьмимикиипантомимики, умениепередаватьвмимике, позе, жестахразнообразнуюгаммучувствисходяизмузыкиисодержаниякомпозиции (радость, удивление, настороженность, восторг, тревогаит.д.); умениевыразитьсвоичувстванетольковдвижении, ноивслове. Эмоциональныедетичастоподпеваютвовремядвижения, что–топриговаривают, послевыполненияупражненияждутотпедагогаоценки. Унеэмоциональныхдетеймимикабедная, движенияневыразительные.

*Оцениваетсяэтотпоказательповнешнимпроявлениям*.

В–эмоциональнооткликаетсянамузыку.

С–умереннооткликаетсянамузыку.

Н–неэмоциональновыполняетдвижения.

*Творческиепроявления*–умениеимпровизироватьподзнакомуюинезнакомуюмузыкунаосновеосвоенныхназанятияхдвижений, атакжепридумыватьсобственные, оригинальные“па”. Оценкаконкретизируетсявзависимостиотвозрастаиобученностиребенка. Творческаяодаренностьпроявляетсявособойвыразительностидвижений, нестандартностипластическихсредствиувлеченностиребенкасамимпроцессомдвиженияподмузыку. Степеньвыразительности, оригинальноститакжеоцениваетсяпедагогомвпроцессенаблюдения. Внимание–способностьнеотвлекатьсяотмузыкиипроцессадвижения.

В–ребенокправильновыполняетритмическуюкомпозициюотначаладоконцасамостоятельно.

С–выполняетснекоторымиподсказками.

Н–ребеноквыполняетсбольшимизатруднениямиисполнениекомпозициииз-зарассеянностивнимания.

*Память*–способностьзапоминатьмузыкуидвижения. Вданномвидедеятельностипроявляютсяразнообразныевидыпамяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Какправило, детямнеобходимо 6–8 повторенийкомпозицийвместеспедагогомдлязапоминанияпоследовательностиупражнений.

В–ребенокзапоминаетс 3–5 исполненийпопоказу.

С–ребенокзапоминаетс 6–8 повторений.

Н–ребенокнезапоминаетпоследовательностьдвиженийилипотребностьвбольшомколичествеповторений.

*Подвижность* {лабильность) нервныхпроцессовпроявляетсявскоростидвигательнойреакциинаизменениемузыки.

В, С–норма, эталон–этосоответствиеисполненияупражнений, умениеподчинятьдвижениятемпу, ритму, динамике, формеит.д.

Н–запаздывание, задержкаимедлительностьвдвиженииотмечаютсякакзаторможенность, ускорениедвижений, переходотодногодвижениякпоследующемубезчеткойзаконченностипредыдущего.

*Координация, ловкостьдвижений*–точность, координациярукиногпривыполненииупражнений (входьбе, общеразвивающихитанцевальныхдвижениях); правильноесочетаниедвиженийрукиногприходьбе, атакжевдругихобщеразвивающихвидахдвижений.

В–правильноеиточноеисполнениеритмическихкомпозиций 3 уровнясложности. С–исполнениеритмическихкомпозиций 2 уровнясложности. Н–исполнениеритмическихкомпозиций 1 уровнясложности.

Мониторинг результатов обучения и личностного развития воспитанников

объединений и студий.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Показатели**  **(оцениваемые параметры)** | **Критерии** | Степень выраженности **оцениваемого качества** | **Возможное количество баллов** | **Методы диагностики** |
| 1. Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана дополнительной образовательной программы. | Соответствие теоретических знаний воспитанника программным требованиям. | * минимальный уровень: воспитанник овладел менее половины объёма знаний, предусмотренных программой за конкретный период; * средний уровень: объём усвоенных знаний составляет более половины; * максимальный уровень: воспитанник освоил практически весь объём знаний. | 1  2  3 | Наблюдение,  тестирование, контрольный опрос и т.д. |
| 2. Владение  специальной терминологией. | Осмысленность, правильность использования специальной терминологии. | * минимальный уровень: воспитанник, как правило, избегает употреблять специальные термины; * средний уровень: воспитанник сочетает специальную терминологию с бытовой; * максимальный уровень: воспитанник употребляет специальные термины осознанно и в полном соответствии с их содержанием. | 1  2  3 | собеседование |
| 3. Практические умения и навыки по основным разделам учебно-тематического плана дополнительной образовательной программы. | Соответствие практических умений и навыков программным требованиям. | * минимальный уровень: воспитанник овладел менее половины объёма знаний, предусмотренных программой за конкретный период; * средний уровень: объём усвоенных знаний составляет более половины;   - максимальный уровень: воспитанник освоил практически весь объём знаний. | 1  2  3 | контрольное  задание |
| 4. Творческие навыки, достижения. | Креативность в выполнении практических заданий, творческих работ. | * начальный уровень развития креативности; * репродуктивный уровень (выполнение заданий на уровне образца); * творческий уровень (выполнение творческих работ, проектов) | 1  2  3 | контрольное задание, анализ творческой работы |
| 5. Умение работать с источниками информации, вести учебно-исследовательскую работу. | Самостоятельность в выборе и анализе источников информации, учебно-исследовательской работе. | * минимальный уровень: воспитанник испытывает затруднения при работе с источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле; * средний уровень: работает с источниками информации с помощью педагога или родителей; * максимальный уровень: работает самостоятельно. | 1  2  3 | анализ творческой работы |
| 6. Активность воспитанника в обучении. | Позиция активности воспитанника в обучении и устойчивого интереса к деятельности. | * низкий уровень: на занятиях неактивен, выполняет задания только по чётким инструкциям; * средний уровень: проявляет интерес к деятельности, активен на определённых этапах работы; * высокий уровень: проявляет активный интерес к обучению, стремится к самостоятельной творческой деятельности. | 1  2  3 | анализ творческой  работы, наблюдение |
| 7. Учебно-коммуникативные умения и навыки. | Умение слушать педагога, выступать перед аудиторией, участвовать в дискуссии. | * минимальный уровень: воспитанник испытывает затруднения в восприятии информации и нуждается в постоянной помощи и контроле; * средний уровень: активен на определённых этапах деятельности;   - максимальный уровень: высокая активность на занятиях, свободное владение информацией и логичность в построении выступления, дискуссии. | 1  2  3 | наблюдение |
| 8. Учебно-организационные умения и навыки. | Способность организовывать своё рабочее место, соблюдение правил техники безопасности, аккуратность и ответственность. | * минимальный уровень: воспитанник овладел менее половины объёма навыков безопасной деятельности, неаккуратен, неорганизован; * средний уровень: объём усвоенных навыков составляет более половины;   - максимальный уровень: воспитанник освоил практически весь объём учебно-организационных навыков. | 1  2  3 | наблюдение |
| 9. Организационно-волевые качества. | Степень развития терпения, воли, самоконтроля. | * минимальный уровень. * средний уровень. * максимальный уровень. | 1  2  3 | наблюдение |
| 10. Культура поведения. | Наличие нравственных качеств личности, соблюдение норм поведения. | * минимальный уровень. * средний уровень. * максимальный уровень. | 1  2  3 | наблюдение |
| 11. Характер отношений в коллективе. | Уровень коммуникативных качеств, степень участия в делах коллектива. | * минимальный уровень. * средний уровень. * максимальный уровень. | 1  2  3 | наблюдение |

Мониторинг результатов обучения и личностного развития воспитанников.

объединение ,

руководитель ,

группа года обучения.

.

(входная, промежуточная, итоговая диагностика)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя  воспитанника | Образовательныерезультаты | | | | | | | | Результатыличностногоразвития | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Подведение итогов мониторинга результатов обучения и личностного развития воспитанников.

Объединение:,

Педагог:,

Количествовоспитанниковвобъединении.

Результатыобразовательнойдеятельности.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид  диагностики | Колич.  детей | Низкийуровень | | Среднийуровень | | Высокийуровень | |
| колич. | % | колич. | % | колич. | % |
| входная |  |  |  |  |  |  |  |
| промежуточная |  |  |  |  |  |  |  |
| итоговая |  |  |  |  |  |  |  |

(1-1.4 –низкийуровень, 1.5-2.4 –среднийуровень, 2.5-3 –высокийуровень)

Результатыличностногоразвития.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид  диагностики | Колич.  детей | Низкийуровень | | Среднийуровень | | Высокийуровень | |
| колич. | % | колич. | % | колич. | % |
| входная |  |  |  |  |  |  |  |
| промежуточная |  |  |  |  |  |  |  |
| итоговая |  |  |  |  |  |  |  |

(1-1.4 –низкийуровень, 1.5-2.4 –среднийуровень, 2.5-3 –высокийуровень)

Средниеданныемониторингапоотдельнымпоказателям.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виддиагностики | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| входная |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| промежуточная |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| итоговая |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

* 1. **Методические материалы.**

**Группы танцев.**

Бальный танец включает в себя следующие разделы: первый - азбука музыкального движения, включает в себя коллективно порядковые и ритмичные упражнения, развитие ориентации и мышечного чувства, формирование умения выполнять пространственный рисунок и самоконтроля за выполнением движения. На первых уроках- это виды шагов и бега в различных рисунках, затем в виде отдельных элементов танца на середине и ритм разминки для детей школьного возраста, в дальнейшем воспитание происходит непосредственно на танцевальных движениях. Второй - общая физическая подготовка. Дети развивают свои физические, скоростные и силовые данные. Третий раздел - это танцевальная импровизация под музыку – это этюды и экспромты на заданную и свободную тему, развивающая творческое воображение, пластику и координацию детей. В задания на импровизацию включаются темы, близкие возрасту учащихся. В этот раздел так же входит постановка концертных номеров и концертная практика, как способ самовыражения детей. Четвертый - спортивный бальный танец.

Это группа танцев, сохраняющих постоянную популярность**. В эту «обязательную программу», которую в той или иной степени стараются освоить большинство танцевальных коллективов, входят: европейские танцы - танго, быстрый и медленный фокстроты, венский и медленный вальсы; латиноамериканские танцы - самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв**. Эти танцы, разнообразные по ритму, пластике и характеру, имеют богатую хореографию, которая позволяет импровизировать и создавать множество композиций и демонстрировать виртуозную технику на конкурсе или концерте.

В занятия по европейской программе входит изучение или отработка изученых движений:

**МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС (WALTZ)**

**Английское название**

**Фигуры класса«E»**

1. RFClosedChange (NaturaltoReverse) ЗакрытаяпеременасПН (изправого

поворота в левый)

2. LF Closed Change (Reverse to Natural) Закрытая перемена с ЛН (из левого

поворота в правый)

3. Natural Turn Правый поворот

4. Reverse Turn Левый поворот

5. Whisk Виск

6. Chasse from PP Шассе из ПП

7. Natural Spin Turn Правыйспинповорот

8. Natural Turn with Hesitation (Hesitation

Change)

Правый поворот с хэзитэйшн (Перемена

хэзитэйшн)

9. Reverse Corte Левое кортэ

10. Back Whisk Виск назад

11. Outside Change Наружная перемена

12. Progressive Chasse to Right Поступательное шассе вправо

13. Weave in Waltz Time (Basic Weave) Плетение в ритме вальса (Основное

плетение)

14. Weave (Weave from PP) Плетение (Плетение из ПП)

15. Backward Lock Step (Back Lock) (Man and

Lady)

Лок степ назад (Лок назад) (мужчина и

дама)

16. Forward Lock Step (Forward Lock) (Man and

Lady)

Лок степ вперед (Лок вперед) (мужчина и

дама)

**Фигуры класса «D»**

17. Closed Telemark Закрытый телемарк

18. Open Telemark Открытый телемарк,

19. Closed Impetus Turn (\*) Закрытый импетус поворот

20. Open Impetus Turn (\*) Открытый импетус поворот

21. Cross Hesitation Кроссхэзитэйшн

22. Wing Крыло

23. Closed Wing Закрытоекрыло

24. Double Reverse Spin Двойнойлевыйспин

25. Outside Spin Наружныйспин

26. Turning Lock to Left (Turning Lock) Поворотныйлоквлево (Поворотный

лок)

27. Turning Lock to Right Поворотныйлоквправо

28. Reverse Pivot Левый пивот

Правила СТСР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»

Приложение №1. Перечень фигур европейских танцев.

29. Drag Hesitation Дрэг хэзитэйшн

**Фигуры класса «С»**

30. Fallaway Reverse and Slip Pivot Левыйфоллэвэйислиппивот

31. Hover Corte **(см. примечание)** Ховер кортэ

32. Fallaway Whisk Фоллэвэй виск

33. Fallaway Natural Turn Фоллэвэй правый поворот

34. Running Spin Turn Бегущий спин поворот

35. Quick Natural Spin Turn **(см. примечание)** Быстрый правый спин поворот

36. Passing Natural Turn (Open Natural Turn) Проходящийправыйповорот (Открытый

правый поворот)

37. Running Finish Бегущее окончание

38. Running Cross Chasse Бегущеекроссшассе

39. Curved Feather Изогнутоеперо

40. Curved Feather from PP ИзогнутоепероизПП

41. Curved Feather to Back Feather ИзогнутоеперовПероназад

42. Curved Three Step Изогнутыйтройнойшаг

**Комментарии к перечню фигур танца «Медленный вальс»:**

1. **Фигура 31 – «Hover Corte»**. Исполнение фигуры разрешается с использованием длительности

только в 1 такт (3 счета).

2. **Фигура 35 – «Quick Natural Spin Turn»**. В качестве последующей фигуры используется шаг

3 фигуры «Виск назад» или шаг 3 фигуры «Фоллэвэй виск» на счет «1», после чего исполняется

«Быстрое крыло» на счет «2и3». Фигуры «Быстрое крыло» нет в перечне фигур танца

«Медленный вальс», и ее использование разрешается только в указанном выше случае.

**ТАНГО (TANGO)**

**Фигуры класса«D»**

1. Walk (\*\*) Ход

2. Progressive Side Step Поступательный боковой шаг

3. ProgressiveLinkПоступательноезвено

4.

Alternative Methods of Preceding any

PromenadeFigure (\*\*)

**(см. примечание)**

Альтернативные методы выхода в ПП

5. Closed Promenade Закрытый променад

6. Open Finish (\*\*) Открытое окончание

7. Open Promenade Открытыйпроменад

8. Open Reverse Turn, Lady Outside (Closed

Finish or Open Finish) (\*)

Открытый левый поворот, дама – сбоку (с

закрытым или с открытым окончанием)

9. Open Reverse Turn, Lady in Line (Closed

Finish or Open Finish) (\*)

Открытый левый поворот, дама – в линию

(с закрытым или с открытым окончанием)

10. Basic Reverse Turn Основной левый поворот

11. Progressive Side Step Reverse Turn Левый поворот на поступательном

боковом шаге

12. Natural Rock Turn (Rock Turn) Правый рок поворот (Рок поворот)

13. Back Corte Кортэ назад

14. Rock on RF(Rock Back on RF) Рок на ПН (Рок назад на ПН)

15. Rock on LF (Rock Back on LF) Рок на ЛН (Рок назад на ЛН)

16. Natural Twist Turn Правый твист поворот

17. Natural Promenade Turn Правый променадный поворот

18. Promenade Link,

including Reverse Promenade Link [2]

Променадноезвено,

включая вариант Променадное звено с

поворотом влево [2]

19. Four Step Фо степ

20. BrushТарБраштэп

21. Outside Swivel

- Outside Swivel to Right (Outside Swivel,

Method 1)

- Outside Swivel to Left (Outside Swivel,

Method 2)

- Reverse Outside Swivel (Reverse Outside

Swivel, Method 3 and Method 4)

Наружныйсвивл

- Наружный свивл вправо (Наружный

свивл, метод 1)

- Наружный свивл влево (Наружный

свивл, метод 2)

- Наружный свивл в повороте влево

(Наружный свивл в повороте влево,

методы 3 и 4)

22. Fallaway Promenade Фоллэвэй променад

23. Four Step Change Фостепперемена

24. Back Open Promenade Открытый променад назад

25. Five Step Файв степ

26. Reverse Five Step Файв степ в повороте влево

27. WhiskВиск

28. Back Whisk Вискназад

29. Fallaway Four Step Фоллэвэйфостеп

**Фигурыкласса «С»**

30. Chase Чейс

31. Fallaway Reverse and Slip Pivot Левыйфоллэвэйислиппивот

32. Closed Telemark Закрытыйтелемарк

33. Open Telemark Открытыйтелемарк

34. Outside Spin Наружныйспин

35. Passing Natural Turn

(Open Natural Turn)

Проходящий правый поворот (Открытый

правый поворот)

36. Reverse Pivot Левый пивот

**Комментарии к перечню фигур танца «Танго»:**

**Фигура 4 – «Alternative Methods of Preceding any Promenade Figure»** (Альтернативные

методы выхода в ПП): не разрешается исполнение методов №10 и №13 (см. [2] стр. 99

английского издания), представляющих собой окончания к фигурам «Oversway» и «Contra

Check», которые не входят в перечень разрешенных фигур в танце танго для классов «D» и «С».

**ВЕНСКИЙ ВАЛЬС (VIENNESE WALTZ)**

**Фигуры класса «Е»**

1. Natural Turn Правый поворот

**Фигуры класса «D» и «С»**

2. Reverse Turn Левыйповорот

3. RF Forward Change Step – Natural to Reverse ПеременавпередсПН – изправого

поворота в левый

4. LF Forward Change Step – Reverse to Natural Перемена вперед с ЛН – из левого

поворота в правый

5. LF Backward Change Step – Natural to Reverse Перемена назад с ЛН – из правого

поворота в левый

6. RF Backward Change Step – Reverse to Natural Перемена назад с ПН – из левого поворота

в правый

**МЕДЛЕННЫЙ ФОКСТРОТ (FOXTROT)**

**№**

**п/п**

**Фигуры класса «С»**

1. Feather Step Перо (Перошаг)

2. Reverse Turn Левыйповорот

3. Three Step Тройнойшаг

4. Natural Turn Правыйповорот

5. Closed Impetus Turn (\*) Закрытый импетус поворот

6. Feather Finish Перо-окончание

7. Feather Ending ПероизПП

8. ReverseWaveЛеваяволна

9. Weave (Basic Weave) Плетение (Основное плетение)

10. Change of Direction Смена направления

11. Natural Weave Правое плетение

12. Closed Telemark Закрытый телемарк

13. Open Telemark Открытый телемарк

14. Passing Natural Turn from PP (Open Natural

Turn from PP)

Проходящий правый поворот из ПП

(Открытый правый поворот из ПП)

15. Outside Swivel Наружный свивл

16. Open Impetus Turn (\*) Открытый импетус поворот

17. Weave from PP Плетение из ПП

18. Top Spin Топспин

19. Natural Telemark Правыйтелемарк

20. Hover Feather Ховерперо

21. Hover Telemark Ховертелемарк

22. Quick Natural Weave from PP Быстрое правое плетение из ПП

23. Natural Twist Turn Правый твист поворот

24. Quick Open Reverse Turn Быстрый открытый левый поворот

25. Reverse Pivot Левыйпивот

26. Hover Cross Ховеркросс

27. Curved Feather Изогнутоеперо

28. Back Feather Пероназад

Правила СТСР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»

Приложение №1. Перечень фигур европейских танцев. Страница 12

**№**

**п/п**

**Английское название Русское название**

29. Curved Feather from PP ИзогнутоепероизПП

30. Fallaway Reverse and Slip Pivot Левыйфоллэвэйислиппивот

31. Lilting Fallaway with Weave Ending (Bounce

Fallaway with Weave Ending)

Баунсфоллэвэйсплетение-окончанием

32. Natural Zig-Zag from PP ПравыйзигзагизПП

33. Extended Reverse Wave Продолженная левая волна

34. Curved Three Step Изогнутыйтройнойшаг

35. Double Reverse Spin Двойнойлевыйспин

36. Natural Hover Telemark Правыйховертелемарк

37. Outside Spin Наружныйспин

38. Outside Change Наружнаяперемена

39. ProgressiveChasse to Right Поступательноешассевправо

40. Running Finish Бегущееокончание

41. Hover Corte Ховеркортэ

42. Whisk Виск

43. Back Whisk Вискназад

Правила СТСР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»

Приложение №1. Перечень фигур европейских танцев. Страница 13

**КВИКСТЕП (QUICKSTEP)**

**№**

**п/п Английское название Русское название**

**Фигуры класса «Е»**

1. Quarter Turn to Right Четвертной поворот вправо

2. Quarter Turn to Left (Heel Pivot) Четвертной поворот влево (Каблучный

пивот)

3. Natural Turn at a corner (Natural Turn) Правыйповоротнауглузала (Правый

поворот)

4. Natural Pivot Turn Правый пивот поворот

5. Natural Spin Turn Правый спин поворот

6. NaturalTurnwithHesitationПравыйповоротсхэзитэйшн

7. ProgressiveChasseПоступательноешассе

8. ForwardLockStep (ForwardLock) Локстепвперед (Локвперед)

9. Backward Lock Step (Back Lock) Локстепназад (Локназад)

10. Progressive Chasse to Right Поступательноешассевправо

11. Reverse Turn (Chasse Reverse Turn) Левыйповорот (Левыйшассеповорот)

12. Tipple Chasse to Right Типплшассевправо

13. Running Finish **(см. примечание)** Бегущее окончание

14. Natural Turn Backward Lock Step Running

Finish (\*)

Правый поворот, лок стэп назад, бегущее

окончание

15. Cross Chasse Кросс шассе

16. Tipple Chasse to Left Типпл шассе влево

17. Outside Change Наружная перемена

18. V 6 Ви 6

**Фигуры класса «D»**

19. Closed Impetus Turn (\*) Закрытый импетус поворот

20. Reverse Pivot Левыйпивот

21. Double Reverse Spin Двойнойлевыйспин

22. Quick Open Reverse Turn (\*) Быстрый открытый левый поворот

23. Running Right Turn Бегущий правый поворот

24. Four Quick Run Четыре быстрых бегущих

25. Closed Telemark Закрытыйтелемарк

26. Zig-Zag Backward Lock Step Running Finish

(\*)

Зигзаг, лок степ назад, бегущее окончание

Правила СТСР «О танцах, допустимых фигурах и музыкальном сопровождении»

Приложение №1. Перечень фигур европейских танцев. Страница 14

**№**

**п/п Английское название Русское название**

**Фигуры класса «С»**

27. Change of Direction Смена направления

28. Cross Swivel Кросс свивл

29. Fishtail Фиштэйл

30. Six Quick Run Шесть быстрых бегущих

31. Hover Corte Ховеркортэ

32. Tipsy to Right Типсивправо

33. Tipsy to Left Типсивлево

34. Rumba Cross Румбакросс

35. Running Cross Chasse Бегущеекроссшассе

36. Open Impetus Turn Открытый импетус поворот

37. Open Telemark Открытый телемарк

38. Outside Spin Наружный спин

39. Passing Natural Turn (Open Natural Turn) Проходящий правый поворот (Открытый

правый поворот)

40. Fallaway Reverse and Slip Pivot Левый фоллэвэй и слип пивот

41. Turning Lock to Right Поворотныйлоквправо

42. Curved Feather Изогнутоеперо

43. Curved Feather from PP ИзогнутоепероизПП

**Комментарии к перечню фигур танца «Квикстеп»:**

**Фигура 13 – «Running Finish»**. В классах «Е» и «D» разрешено исполнение фигуры с

окончанием только в открытой позиции. В классе «С» разрешено исполнение этой фигуры с

окончанием как в открытой, так и в променадной позиции (ПП).\_\_

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **САМБА (SAMBA)** | **Английское название** | **Русское название** |
| **Фигуры класса «Е»** | | |
| 1. | Basic Movements:  – Natural  – Reverse  – Progressive  – Side  – Outside | Основные движения:  – с ПН  – с ЛН  – поступательное  – в сторону  – наружное |
| 2. | Rhythm Bounce | Ритм баунс |
| 3. | Samba Whisks to Left or to Right (Whisks) | Самба виски влево или вправо (Виски) |
| 4. | Volta Spot Turn for Lady to Right or Left (Whisks with Lady’s Underarm Turn) | Вольта поворот дамы на месте вправо или влево (Виски с поворотом дамы под рукой) |
| 5. | Promenade Samba Walks (Samba Walks in PP) | Променадный самба ход (Самба ход в ПП) |
| 6. | Side Samba Walk | Самба ход в сторону |
| 7. | Stationary Samba Walks | Самба ход на месте |
| 8. | Travelling Botafogos (Travelling Bota Fogos Forward) | Ботафого в продвижении вперед |
| 9. | Travelling Bota Fogos Back (\*\*) | Бота фого в продвижении назад |
| 10. | Shadow Botafogos (Criss Cross Bota Fogos) (\*) | Теневые ботафого (Крисс кросс бота фого) |
| 11. | Promenade Botafogo (Bota Fogos to Promenade and Counter Promenade Position) | Променадная ботафого (Бота фого в променад и контр променад) |
| 12. | Simple Volta to Right or Left in Close Hold (Travelling Volta to Right or Left in Closed Hold) | Простая вольта вправо и влево в закрытой позиции (Вольта в продвижении вправо и влево в закрытой позиции) |
| 13. | Travelling Voltas to Right or Left (Criss Cross Voltas) | Вольта в продвижении вправо и влево (Крисс кросс вольта) |
| 14. | Solo Volta Spot Turn (\*) | Сольный вольта поворот на месте |
| 15. | Continuous Volta Spot Turn to Right or Left (Maypole) | Непрерывный вольта поворот на месте вправо или влево (Мэйпоул) |
| 16. | Reverse Turn **(см. примечание)** | Левый поворот |
| **Фигуры класса «D»** | | |
| 17. | Corta Jaca | Корта джака |
| 18. | Close Rocks on Right Foot and Left Foot (Closed Rocks) | Закрытые роки на ПН и ЛН (Закрытые роки) |
| 19. | Open Rocks to Right and Left (Open Rocks) | Открытые роки вправо и влево (Открытые роки) |
| 20. | Backward Rocks on RF and LF (Back Rocks) | Роки назад на ПН и ЛН (Закрытые роки) |
| 21. | Plait | Коса |
| 22. | Rolling off the Arm | Раскручивание |
| 23. | Argentine Crosses | Аргентинские кроссы |
| 24. | Three Step Turn for Lady **(см. примечание)** | Спиральный поворот дамы на трёх шагах |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Английское название** | **Русское название** |
| 25. | Samba Locks in Open CPP or in Open PP (\*) | Самба локи в открытой контр ПП и открытой ПП |
| 26. | Samba Side Chasses | Самба шассе в сторону |
| 27. | Dropped Volta | Дроппт вольта |
| **Фигуры класса «С»** | | |
| 28. | Methods of Changing Feet (Foot Changes) | Методы смены ног (Смены ног) |
| 29. | Botafogos in Shadow Position | Ботафого в теневой позиции |
| 30. | Travelling Voltas in Shadow Position (\*) | Вольта в продвижении в теневой позиции |
| 31. | Dropped Volta in Shadow Position | Дроппт вольта в теневой позиции |
| 32. | Shadow Circular Volta (\*\*) | Вольта по кругу в теневой позиции |
| 33. | Corta Jaca in Shadow Position | Корта джака в теневой позиции |
| 34. | Contra Botafogos (\*) | Контра бота фого |
| 35. | Circular Voltas to Right or Left (Roundabout) | Вольта по кругу вправо или влево (Карусель) |
| 36. | Natural Roll | Правый ролл |
| 37. | Reverse Roll (\*\*) | Левый ролл |
| 38. | Promenade to Counter Promenade Runs | Бег в променад и контр променад |
| 39. | Drag | Дрэг |
| 40. | Cruzados Walks in Shadow Positio (\*) | Крузадо шаги в теневой позиции |
| 41. | Cruzados Locks in Shadow Position (\*) | Крузадо локи в теневой позиции |
| 42. | Carioca Runs | Кариока ранс |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ЧА-ЧА-ЧА (CHA-CHA-CHA) №**  **п/п** | | **Английское название** | | | | | **Русское название** | | | | |
| **Фигуры класса «E»** | | | | | | | | | | | |
| 1. | | Cha Cha Cha Chasses and Alternatives:  - Chasse to Right and to Left (\*),  - Compact Chasse,  - Lock Forward and Backward (\*),  - Ronde Chasse,  - Hip Twist Chasse (Twist Chasse),  - Slip Close Chasse (Slip Chasse),  - Split Cuban Break Chasse (\*\*) | | | | | Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения:  - Шассе вправо и влево  - Компактное шассе,  - Лок вперед и назад,  - Ронд шассе,  - Хип твист шассе (Твист шассе),  - Слип клоус шассе (Слип шассе),  - Сплит кьюбэн брэйк шассе | | | | |
| 2. | | Time Step (\*) | | | | | Тайм степ | | | | |
| 3. | | Close Basic (Closed Basic Movement) | | | | | Основное движение в закрытой позиции | | | | |
| 4. | | Open Basic (Open Basic Movement) | | | | | Основное движение в открытой позиции | | | | |
| 5. | | Fan **(см. примечание)** | | | | | Beep | | | | |
| 6. | | Hockey Stick | | | | | Хоккейная клюшка | | | | |
| 7. | | Spot Turn to Left or to Right | | | | | Поворот на месте влево или вправо | | | | |
| 8. | | Switch Turn to Left or to Right (\*\*) | | | | | Поворот-переключатель влево или вправо | | | | |
| 9. | | Underarm Turn to Left or to Right | | | | | Поворот под рукой влево и вправо | | | | |
| 10. | | Check from Open CPP and Open PP (New York) | | | | | Чек из открытой контр ПП и открытой ПП (Нью-Йорк) | | | | |
| 11. | | Shoulder to Shoulder | | | | | Плечо к плечу | | | | |
| 12. | | Hand to Hand | | | | | Рука к руке | | | | |
| 13. | | Three Cha Cha Chas | | | | | Три ча-ча-ча | | | | |
| 14. | | Side Steps (to Left or Right) (\*\*) | | | | | Шаги в сторону (влево или вправо) | | | | |
| 15. | | There And Back (\*\*) | | | | | Туда и обратно | | | | |
| 16. | | Natural Top | | | | | Правый волчок | | | | |
| 17. | | Natural Opening Out Movement (\*\*) | | | | | Раскрытие вправо | | | | |
| 18. | | Closed Hip Twist вредакции [2-2] | | | | | Закрытый хип твист | | | | |
| 19. | | Alemana | | | | | Алемана | | | | |
| 20. | | Open Hip Twist | | | | | Открытый хип твист | | | | |
| **Фигуры класса «D»** | | | | | | | | | | | |
| 21. | | Cross Basic **(см. примечание)** | | | | | Кросс бэйсик | | | | |
| 22. | | Reverse Top | | | | | Левый волчок | | | | |
| 23. | | Opening Out From Reverse Top | | | | | Раскрытие из левого волчка | | | | |
| №  п/п | | Английское название | | | | | Русское название | | | | |
| 24. | | Curl | | | | | Локон | | | | |
| 25. | | Spiral (\*\*) | | | | | Спираль | | | | |
| 26. | | Rope Spinning (\*\*) | | | | | Роуп спиннинг | | | | |
| 27. | | Aida (\*\*) | | | | | Аида | | | | |
| 28. | | CubanBreak  в том числе в виде фигур (в редакции  [1-1]):  – Cuban Break in Open Position,  – Cuban Break in Open CPP | | | | | Кубинский брэйк  в том числе в виде фигур (в редакции  [1-1]):  – Кубинский брэйк в открытой позиции,  – Кубинский брэйк в открытой контр ПП | | | | |
| 29. | | SplitCubanBreak  в том числе в виде фигур (в редакции  [1-1]):  – Split Cuban Break in Open CPP;  – Split Cuban Break From Open CPP and Open PP | | | | | Дробный кубинский брэйк  в том числе в виде фигур (в редакции  [1-1]):  – Дробный кубинский брэйк в открытой контр ПП;  – Дробный кубинский брэйк из открытой контр ПП и открытой ПП | | | | |
| 30. | | Chase (\*\*) | | | | | Чейс | | | | |
| 31. | | Opening Out to Right в редакции [1-2] | | | | | Усложнённое раскрытие вправо | | | | |
| 32. | | Advanced Hip Twist  – Close Hip Twist в редакции [1-1]  – Advanced Hip Twist в редакции [2-2] | | | | | Усложнённый хип твист | | | | |
| 33. | | Turkish Towel | | | | | Турецкое полотенце | | | | |
| **Фигуры класса «С»** | | | | | | | | | | | | |
| 34. | | | Guapacha Timing (“whappacha”) | | | | | Ритм «гуапача» | | | | |
| 35. | | | Cha Cha Cha Chasses and Alternatives:  - Runaway Chasse | | | | | Ча-ча-ча шассе и альтернативные движения:  – Ранэвэй шассе (Бегущее шассе) | | | | |
| 36. | | | Close Hip Twist Spiral (Hip Twist Spiral) | | | | | Закрытый хип твист со спиральным окончанием (Хип твист со спиральным окончанием) | | | | |
| 37. | | | Open Hip Twist Spiral (Development of Hip Twist Spiral) | | | | | Открытый хип твист со спиральным окончанием (Развитие фигуры Хип твист со спиральным окончанием) | | | | |
| 38. | | | Sweetheart | | | | | Возлюбленная | | | | |
| 39. | | | Follow My Leader | | | | | Следуй за мной | | | | |
| 40. | | | Methods of Changing Feet (Foot Changes) | | | | | Методы смены ног (Смены ног) | | | | |
| 41. | | | Syncopated Open Hip Twist | | | | | Синкопированный открытый хип твист | | | | |
| 42. | | | Continuous Circular Hip Twist | | | | | Непрерывный хип твист по кругу | | | | |
| РУМБА (RUMBA) №  п/п | | | Английское название | | | | | Русское название | | | | |
| **Фигуры класса «D»** | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | | | Basic Movement (Closed Basic Movement) | | | | | Основное движение (Основное движение в закрытой позиции) | | | | | |
| 2. | | | Open Basic Movement (\*\*) | | | | | Основное движение в открытой позиции | | | | | |
| 3. | | | Alternative Basic Movements (\*) | | | | | Альтернативные основные движения | | | | | |
| 4. | | | Progressive Walks Forward or Back (\*) | | | | | Поступательные шаги вперед или назад | | | | | |
| 5. | | | Progressive Walks Forward in Right Side Position or in Left Side Position (\*\*) | | | | | Поступательные шаги вперед в правой боковой позиции или в левой боковой позиции | | | | | |
| 6. | | | Side Steps to Left or Right (\*\*) | | | | | Шаги в сторону влево и вправо | | | | | |
| 7. | | | Cucarachas | | | | | Кукарача | | | | | |
| 8. | | | Side Steps and Cucarachas | | | | | Шаги в сторону и кукарача | | | | | |
| 9. | | | Fan **(см. примечание)** | | | | | Веер | | | | | |
| 10. | | | Hockey Stick | | | | | Хоккейная клюшка | | | | | |
| 11. | | | Sport Turn to Left or Right | | | | | Поворот на месте влево или вправо | | | | | |
| 12. | | | Switch Turn to Left or Right (\*\*) | | | | | Поворот-переключатель влево или вправо | | | | | |
| 13. | | | Underarm Turn to Right or Left | | | | | Поворот под рукой вправо или влево | | | | | |
| 14. | | | Check from Open CPP and Open PP  (New York) | | | | | Чек из открытой контр ПП и открытой ПП (Нью-Йорк) | | | | | |
| 15. | | | Shoulder to Shoulder (\*) | | | | | Плечо к плечу | | | | | |
| 16. | | | Hand to Hand | | | | | Рука к руке | | | | | |
| 17. | | | Natural Top | | | | | Правый волчок | | | | | |
| 18. | | | Natural Opening Out to Right  вредакции [1-2] | | | | | Раскрытие вправо | | | | | |
| 19. | | | Natural Opening Out Movement (\*\*) | | | | | Раскрытие вправо | | | | | |
| 20. | | | Opening Out to Right and Left | | | | | Раскрытие вправо и влево | | | | | |
| 21. | | | Close Hip Twist (\*) | | | | | Закрытый хип твист | | | | | |
| 22. | | | Alemana | | | | | Алемана | | | | | |
| 23. | | | Open Hip Twist | | | | | Открытый хип твист | | | | | |
| 24. | | | Advanced Opening Out Movement | | | | | Усложнённое раскрытие | | | | | |
| 25. | | | Advanced Hip Twist (\*\*) | | | | | Усложнённый хип твист | | | | | |
| 26. | | | Reverse Top | | | | | Левый волчок | | | | | |
| 27. | | | Opening Out From Reverse Top | | | | | Раскрытие из левого волчка | | | | | |
| 28. | | | Fallaway (Aida) | | | | | Фоллэвэй (Аида) | | | | | |
| №  п/п | | | Английское название | | | | | Русское название | | | | | |
| 29. | | | Cuban Rocks, счет «2.3.41» | | | | | Кубинские роки, счет «2.3.41» | | | | | |
| 30. | | | Spiral | | | | | Спираль | | | | | |
| 31. | | | Curl | | | | | Локон | | | | | |
| 32. | | | Rope Spin (Rope Spinning) | | | | | Роуп спин (Роуп спиннинг) | | | | | |
| 33. | | | Fencing (см. примечание) | | | | | Фэнсинг | | | | | |
| 34. | | | Sliding Doors | | | | | Скользящие дверцы | | | | | |
| **Фигуры класса «С»** | | | | | | | | | | |
| 35. | Habanera Rhithm **(см. примечание)** | | | | | «Хабанера-ритм» | | | | |
| 36. | Progressive Walks Forward In Shadow Position (Kiki Walks) | | | | | Поступательные шаги вперед в теневой позиции (Кики вокс) | | | | |
| 37. | Syncopated Cuban Rocks | | | | | Синкопированные кубинские роки | | | | |
| 38. | Three Threes | | | | | Три тройки | | | | |
| 39. | Three Alemanas | | | | | Три алеманы | | | | |
| 40. | Continuous Hip Twist | | | | | Непрерывный хип твист | | | | |
| 41. | Continuous Circular Hip Twist (Circular Hip Twist) | | | | | Непрерывный хип твист по кругу (Хип твист по кругу) | | | | |
| 42. | Runaway Alemana | | | | | Ранэвей алемана (Бегущая алемана) | | | | |
| 43. | Syncopated Open Hip Twist | | | | | Синкопированный открытый хип твист | | | | |
| ПАСОДОБЛЬ (PASO DOBLE) №  п/п | Английское название | | | | | Русское название | | | | |
| **Фигуры класса «С»** | | | | | | | | | | |
| 1. | Appel | | | | | Аппель | | | | |
| 2. | Syncopated Appel | | | | | Синкопированный аппель | | | | |
| 3. | Sur Place | | | | | На месте | | | | |
| 4. | Basic Movement | | | | | Основное движение | | | | |
| 5. | March | | | | | Марш | | | | |
| 6. | Chasse to Right | | | | | Шассе вправо | | | | |
| 7. | Chasse to Left | | | | | Шассе влево | | | | |
| 8. | Chasse to Left ended to PP | | | | | Шассе влево, законченное в ПП | | | | |
| 9. | Elevations to Left and Right (\*) | | | | | Шассе вправо и влево с подъемом и без подъема | | | | |
| 10. | Attack в редакции [1-1] | | | | | Атака | | | | |
| 11. | Deplacement (also Attack and Slip Attack) (\*\*) | | | | | Перемещение (включая Атаку и Слип атаку) | | | | |
| 12. | Drag (\*\*) | | | | | Дрэг | | | | |
| 13. | Promenade Close | | | | | Променадная приставка | | | | |
| 14. | Promenade Link (\*\*) | | | | | Променадное звено | | | | |
| 15. | Promenade | | | | | Променад | | | | |
| 16. | Fallaway Whisk (Ecart) | | | | | Фоллэвэй виск (Экар) | | | | |
| 17. | Huit | | | | | Восемь | | | | |
| 18. | Separation | | | | | Разъединение | | | | |
| 19. | Separation to Fallaway Whisk | | | | | Разъединение в фоллэвэй виск | | | | |
| 20. | Separation with Lady’s Caping Walks | | | | | Разъединение с обходом дамы вокруг мужчины (движение типа «плащ») | | | | |
| 21. | Fallaway Ending to Separation (\*\*) | | | | | Фоллэвей-окончание к разъединению | | | | |
| 22. | Sixteen | | | | | Шестнадцать | | | | |
| 23. | Twist Turn | | | | | Твист поворот | | | | |
| 24. | Promenade to Counter Promenade | | | | | Променад в контр-променад | | | | |
| 25. | Grand Circle | | | | | Большой круг | | | | |
| 26. | Open Telemark (\*\*) | | | | | Открытый телемарк | | | | |
| 27. | La Passe | | | | | Ла пасс | | | | |
| 28. | Banderillas | | | | | Бандерильи | | | | |
| 29. | Syncopated Separation | | | | | Синкопированное разъединение | | | | |
| 30. | Fallaway Reverse (\*) | | | | | Левый фоллэвэй | | | | |
| №  п/п | Английское название | | | | | Русское название | | | | |
| 31. | Spanish Line (\*) | | | | | Испанская линия | | | | |
| 32. | Flamenco Taps | | | | | Фламенко тэпс | | | | |
| 33. | Twists | | | | | Твисты | | | | |
| 34. | Chasse Cape (\*) | | | | | Шассе плащ | | | | |
| 35. | Travelling Spins from PP | | | | | Вращения в продвижении из ПП | | | | |
| 36. | Travelling Spins from CPP | | | | | Вращения в продвижении из контр ПП | | | | |
| 37. | Farol | | | | | Фарол | | | | |
| 38. | Farol includung Fregolina (\*) | | | | | Фарол, включая Фреголину | | | | |
| 39. | Coup de Pique (\*\*) в редакции [2-3] | | | | | Удар пикой | | | | |
| 40. | Left Foot Variation | | | | | Вариация с левой ноги | | | | |
| 41. | Methods of Changing Feet | | | | | Методы смены ног | | | | |
| 42. | Alternative Entries to PP | | | | | Альтернативные методы выхода в ПП | | | | |
| ДЖАЙВ (JIVE) №  п/п | Английское название | | | | | Русское название | | | | |
| **Фигуры класса «E»** | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | | | | Alternative to Jive Chasse  - Forward Lock;  - Backward Lock  - Single Step timed S  - Tap Step timed QQ  - Flick Close timed QQ | | | | | Альтернативные методы исполнения «Шассе» «Джайва» :  - Лок вперед;  - Лок назад;  - Один шаг, счет «М»  - «Тэп-степ» («Удар-шаг»), счет «ББ»  - «Флик-приставка», счет «ББ» | | | | | |
| 2. | | | | Basic in Place | | | | | Основное движение на месте | | | | | |
| 3. | | | | Basic in Fallaway (Fallaway Rock) | | | | | Основное движение из позиции фоллэвэй (Фоллэвэй рок) | | | | | |
| 4. | | | | Change of Place Right to Left (\*) | | | | | Смена мест справа налево | | | | | |
| 5. | | | | Change of Places Right to Left with Change of Hands (\*\*) | | | | | Смена мест справа налево со сменой рук | | | | | |
| 6. | | | | Change of Place Left to Right (\*) | | | | | Смена мест слева направо | | | | | |
| 7. | | | | Change of Places Left to Right with Change of Hands (\*\*) | | | | | Смена мест слева направо со сменой рук | | | | | |
| 8. | | | | Change of Hands Behind Back | | | | | Смена рук за спиной | | | | | |
| 9. | | | | Link | | | | | Звено | | | | | |
| 10. | | | | Double Link (\*\*) | | | | | Двойное звено | | | | | |
| 11. | | | | Fallaway Throwaway  – Fallaway Throwaway вредакции [1-1]  – Fallaway Throwaway и Overturned Fallaway Throwaway вредакции [2-5] | | | | | Фоллэвэй троуэвэй | | | | | |
| 12. | | | | AmericanSpin | | | | | Американский спин | | | | | |
| 13. | | | | Stop and Go | | | | | Стоп энд гоу | | | | | |
| 14. | | | | Whip | | | | | Хлыст | | | | | |
| 15. | | | | Double Cross Whip (Double Whip) | | | | | Двойной кросс хлыст (Двойной хлыст) | | | | | |
| 16. | | | | Throwaway Whip (\*) | | | | | Троуэвэй хлыст | | | | | |
| 17. | | | | Double Whip Throwaway (\*\*) | | | | | Двойной хлыст троуэвэй | | | | | |
| 18. | | | | Toe Hill Swivels (\*) | | | | | Тоу хил свивлз (Носок – каблук свивлы) | | | | | |
| 19. | | | | Promenade Walks (Slow and Quick) (Walks) | | | | | Променадный ход (медленный и быстрый) (Шаги) | | | | | |
| 20. | | | | Hip Bump (Left Shoulder Shove) (\*) | | | | | Удар бедром (Толчок левым плечом) | | | | | |
| №  п/п | | | | Английское название | | | | | Русское название | | | | | |
| **Фигуры класса «D»** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21. | | | | | Flick Ball Change (Alternatives to 1.2 of Link) | | | | | Флик болл чеиндж (Альтернативные методы исполнения шагов 1-2 фигуры Звено) | | | | | |
| 22. | | | | | Jive Breaks | | | | | Брэйки в «Джайве» | | | | | |
| 23. | | | | | Overturned Fallaway Throwaway:  – Overturned Fallaway Throwaway вредакции [1-1];  – Development of Overturned Fallaway Throwaway вредакции [2-5] | | | | | Перекрученный фоллэвэй троуэвэй | | | | | |
| 24. | | | | | Overturned Change of Place Left to Right (\*) | | | | | Перекрученная смена мест слева направо | | | | | |
| 25. | | | | | Simple Spin | | | | | Простой спин | | | | | |
| 26. | | | | | Mooch (\*\*) | | | | | Муч | | | | | |
| 27. | | | | | Curly Whip | | | | | Кёли вип | | | | | |
| 28. | | | | | Reverse Whip | | | | | Левый хлыст | | | | | |
| 29. | | | | | Windmill | | | | | Ветряная мельница | | | | | |
| 30. | | | | | Chicken Walks | | | | | Шаги цыпленка | | | | | |
| 31. | | | | | Rolling off the Arm | | | | | Раскручивание | | | | | |
| 32. | | | | | Spanish Arms | | | | | Испанские руки | | | | | |
| 33. | | | | | Miami Special (\*\*) | | | | | Майами спешиал | | | | | |
| 34. | | | | | Flicks into Break | | | | | Флики в брэйк | | | | | |
| 35. | | | | | Stalking Walks, Flicks and Break (\*\*) | | | | | Крадущиеся шаги, флики и брэйк | | | | | |
| **Фигуры класса «С»** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 36. | | | | | Change of Place Right to Left with Double Spin (\*) | | | | | Смена мест справа налево с двойным поворотом | | | | | |
| 37. | | | | | Shoulder Spin (\*\*) | | | | | Шоулдер спин | | | | | |
| 38. | | | | | Chugging (\*\*) | | | | | Чаггин | | | | | |
| 39. | | | | | Catapult (\*\*) | | | | | Катапульта | | | | | |
| 40. | | | | | The Laird Break | | | | | Брэйк Лайерда | | | | | |

Открытое занятие

Тема занятия: «Латиноамериканская программа на примере ча-ча-ча.

Закрепление пройденного материала».

Цель занятия: Обучение эмоциональной выразительности исполнения, умению правильно стоять в паре, точности передачи стиля и манеры исполнения танца.

Задачи.

*Образовательные:*

Разучить правильное положение партера и партнерши в паре во время исполнения танца.

*Развивающие:*

- способствовать развитию музыкальной памяти, чувства ритма;

- развивать навыки коллективного взаимодействия;

- развивать координацию движений, музыкальный слух;

- способствовать выработке легкости движений, осанки;

- развивать физические данные ребенка, память, внимание.

*Воспитательные:*

- способствовать развитию интереса к хореографическому творчеству;

- воспитывать вежливое отношение к партнеру(ше);

- формировать чувство ответственности за результат коллективной деятельности.

Оборудование занятия:

- акустическая система;

- элементы танцевальных костюмов.

Методы и форма подачи материала: беседа, рассказ, показ педагога.

Виды работы: групповой.

Основные этапы занятия:

1. Подготовительный этап:Встреча с педагогом, между собой (посмотри кто рядом). Поклон.

2. Организация начала занятия. Вступительное слово. Инструктаж по ТБ. Знакомство с темой занятия.

3. Разминка.

4. Знакомство с новым материалом. Латиноамериканская программа. Основные движения Ча-ча-ча. Правильная постановка партнёров в паре.

5. Практическая работа. Разучивание технически правильного построения пары по частям. Свободные этюды под европейскую музыку. Исполнение фигур с повышением уровня сложности.

6. Коллективная работа. Коллективное исполнение ча-ча-ча с применением новой темы. Работа над чистотой исполнения.

7. Показательный номер.

8. Подведение итогов. Оценка педагогом качества проделанной работы и исполнения номера. Задание на дом. Поклон.

Самоанализ занятия

Цель занятия: Обучение эмоциональной выразительности исполнения, умению правильно стоять в паре, точности передачи стиля и манеры исполнения танца.

Задачи: *Образовательные:*

Разучить правильное положение партера и партнерши в паре во время исполнения танца.

*Развивающие:*

- способствовать развитию музыкальной памяти, чувства ритма;

- развивать навыки коллективного взаимодействия;

- развивать координацию движений, музыкальный слух;

- способствовать выработке легкости движений, осанки;

- развивать физические данные ребенка, память, внимание.

*Воспитательные:*

- способствовать развитию интереса к хореографическому творчеству;

- воспитывать вежливое отношение к партнеру(ше);

- формировать чувство ответственности за результат коллективной деятельности.

Оборудования и материалы:

Оборудование занятия:

- акустическая система;

- элементы танцевальных костюмов.

Методы и форма подачи материала: беседа, рассказ, показ педагога.

Виды работы: групповой

Использование методов организации и осуществления познавательной деятельности: беседа, демонстрация, практическая работа, работа с педагогом, самостоятельная работа.

Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности: похвала педагога детей за правильное исполнение задания.

Методы контроля и самоконтроля: анализ выполненной деятельности.

Эмоциональное состояние учащихся:

Начало занятия – напряжение

Середина занятия – заинтересованное включение в коллективную деятельность

Окончание занятия – удовлетворение от правильно выполненной работы, переживание чувства успешности, радости открытий.

Взаимодействие, учебное сотрудничество:

Дети легко шли на контакт, были доброжелательно настроены на предлагаемую деятельность, легко воспринимали инструкции педагога, не потеряли рабочий темп занятия.

Стиль общения, управление деятельностью:

На занятии использован демократический стиль общения - проявление доверия и уважения к учащимся, стремление наладить эмоциональный контакт с каждым; в общении с учащимися преобладали положительные оценки.

Последовательность построения занятия:

Занятие было построено вертикально, по принципу от простого к сложному.

Познавательный и личностный результат(*реализация поставленных задач*)

Все цели и задачи реализованы полностью.

Открытое занятие

Целевая аудитория: группа 3-го года обучения.

Тема занятия: «Правильная постановка партнёров в паре на примере Медленного вальса.

Закрепление пройденного материала».

Цель занятия: Обучение эмоциональной выразительности исполнения, умению правильно стоять в паре, точности передачи стиля и манеры исполнения танца.

Задачи.

*Образовательные:*

Разучить правильное положение партера и партнерши в паре во время исполнения танца.

*Развивающие:*

- способствовать развитию музыкальной памяти, чувства ритма;

- развивать навыки коллективного взаимодействия;

- развивать координацию движений, музыкальный слух;

- способствовать выработке легкости движений, осанки;

- развивать физические данные ребенка, память, внимание.

*Воспитательные:*

- способствовать развитию интереса к хореографическому творчеству;

- воспитывать вежливое отношение к партнеру(ше);

- формировать чувство ответственности за результат коллективной деятельности.

Оборудование занятия:

- акустическая система;

- элементы танцевальных костюмов.

Методы и форма подачи материала: беседа, рассказ, показ педагога.

Виды работы: групповой.

Основные этапы занятия:

1. Подготовительный этап:Встреча с педагогом, между собой (посмотри кто рядом). Поклон.

2. Организация начала занятия. Вступительное слово. Инструктаж по ТБ. Знакомство с темой занятия.

3. Разминка.

4. Знакомство с новым материалом. Европейская программа. Основные движения Медленного вальса. Правильная постановка партнёров в паре.

5. Практическая работа. Разучивание технически правильного построения пары по частям. Свободные этюды под европейскую музыку. Исполнение фигур с повышением уровня сложности.

6. Коллективная работа. Коллективное исполнение Медленного вальса с применением новой темы. Работа над чистотой исполнения.

7. Показательный номер.

8. Подведение итогов. Оценка педагогом качества проделанной работы и исполнения номера. Задание на дом. Поклон.

Самоанализ занятия

Цель занятия: Обучение эмоциональной выразительности исполнения, умению правильно стоять в паре, точности передачи стиля и манеры исполнения танца.

Задачи: *Образовательные:*

Разучить правильное положение партера и партнерши в паре во время исполнения танца.

*Развивающие:*

- способствовать развитию музыкальной памяти, чувства ритма;

- развивать навыки коллективного взаимодействия;

- развивать координацию движений, музыкальный слух;

- способствовать выработке легкости движений, осанки;

- развивать физические данные ребенка, память, внимание.

*Воспитательные:*

- способствовать развитию интереса к хореографическому творчеству;

- воспитывать вежливое отношение к партнеру(ше);

- формировать чувство ответственности за результат коллективной деятельности.

Оборудования и материалы:

Оборудование занятия:

- акустическая система;

- элементы танцевальных костюмов.

Методы и форма подачи материала: беседа, рассказ, показ педагога.

Виды работы: групповой

Использование методов организации и осуществления познавательной деятельности: беседа, демонстрация, практическая работа, работа с педагогом, самостоятельная работа.

Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности: похвала педагога детей за правильное исполнение задания.

Методы контроля и самоконтроля: анализ выполненной деятельности.

Эмоциональное состояние учащихся:

Начало занятия – напряжение

Середина занятия – заинтересованное включение в коллективную деятельность

Окончание занятия – удовлетворение от правильно выполненной работы, переживание чувства успешности, радости открытий.

Взаимодействие, учебное сотрудничество:

Дети легко шли на контакт, были доброжелательно настроены на предлагаемую деятельность, легко воспринимали инструкции педагога, не потеряли рабочий темп занятия.

Стиль общения, управление деятельностью:

На занятии использован демократический стиль общения - проявление доверия и уважения к учащимся, стремление наладить эмоциональный контакт с каждым; в общении с учащимися преобладали положительные оценки.

Последовательность построения занятия:

Занятие было построено вертикально, по принципу от простого к сложному.

Познавательный и личностный результат(*реализация поставленных задач*)

Все цели и задачи реализованы полностью.

**Ментодические рекомендации**

**«Методика обучения**

**современной бальной хореографии в объединении спортивного бального танца.**

Задачи педагога-хореографа – выявление, раскрытие и развитие хореографических способностей каждого воспитанника.

Современная хореография, благодаря распространению массовой культуры, оказалась в числе наиболее востребованных видов искусства и играет большую роль в духовной жизни подрастающего поколения, расширяет диапазон идейно-эмоционального воздействия на нравственно-эстетический облик подростков, юношей и девушек.

I. Современный бальный танец как средство воспитания.

Современный бальный танец – это самостоятельная форма искусства, где по-новому соединились движения, музыка, свет и краски, где тело действительно обрело свой полнокровный язык. Современный танец убеждает людей в том, что искусство есть продолжение жизни и постижения себя, что им может заниматься каждый, если преодолеет в себе лень и страх перед незнакомым.

Современный бальный танец в отличие от классического танца впитывает в себя всё сегодняшнее, современное, его окружающее. Он подвижен, непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, создает новую пластику. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Сейчас в нашей стране происходит подъем современного бального танца, он живет и активно развивается. Существуют различные школы бального танца, которые отличаются своеобразным стилем хореографии. Ведь современная хореография – это, прежде всего, авторская хореография. Она стремится выразить все устремления сложного противоречивого внутреннего мира человека, помогает понять самих себя, запутавшихся в сложном лабиринте собственных действий и помыслов.

Бальный танец играет немаловажную роль в воспитании молодёжи. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. Конечно, в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

Освоение бальных танцев, как и любого другого вида хореографии, связано с определённой тренировкой тела. Поэтому обучение предполагает специальные тренировочные занятия, построенные на основных положениях, позициях и элементах бального танца. Эти тренировочные занятия и собственно исполнение бального танца дают значительную спортивно-физическую нагрузку. Не случайно ещё в Древней Греции отмечались большие возможности танца в физическом развитии молодых людей. Особенностью танца является гармоническое развитие тела. Без гипертрофии тех или иных мышц. Систематические занятия танцем соразмерно развивает фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность. Танец учит логическому, целесообразно организованному, а потому грациозному движению. Эти качества танца поднимают значение преподавания бальной хореографии в системе воспитания.

Бальный танец оказывает также большое влияние и на формирование внутренней культуры человека. Занятия бальным танцем органически связаны с усвоением норм этики, немыслимы без выработки высокой культуры общения между людьми. Выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, простота, скромность, внимание к окружающим, их настроению, доброжелательность, приветливость – вот те черты, которые воспитываются у учащихся в процессе занятий танцем и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Поскольку учебный процесс протекает в коллективе и носит коллективный характер, занятия танцем развивают чувство ответственности перед товарищами, умение считаться с их интересами.

Бальный танец одно из средств эстетического воспитания и воспитания творческого начала в человеке. Как и всякое искусство, бальный танец способен приносить глубокое эстетическое удовлетворение. Человек, который хорошо танцует, испытывает неповторимые ощущения от свободы и лёгкости своих движений, от умения владеть своим телом, его радуют точность, красота, пластичность, с которыми он исполняет сложные танцевальные pas и т.д. Всё это само по себе уже служит источником эстетического удовлетворения. В танцевальном искусстве красота и совершенство формы неразрывно связаны с красотой внутреннего содержания танца. В этом единстве заключена сила его воспитательного воздействия. Исполнение танца, в том числе и бального, несёт в себе элементы художественного творчества. Танцующий стремится в красивой, эстетически совершенной форме танца выразить своё настроение, эмоции, проявляет свои внутренние качества, выражает своё мировоззрение. Активным, творческим, пробуждающим в человеке художественное начало является и сам процесс обучения танцу. Осваивая танцевальную лексику, человек не просто пассивно воспринимает красивое, он преодолевает определённые трудности, проделывает определённую немалую работу, для того чтобы эта красота стала ему доступна. Познав красоту в процессе творчества, человек глубже чувствует прекрасное во всех его проявлениях: в искусстве, в жизни. Его художественный вкус становится более тонким, эстетические оценки явлений жизни и искусства - более зрелыми.

Бальный танец является эффективным средством организации досуга молодёжи, культурной формой отдыха. Танцевальное искусство, давая выход энергии молодёжи, наполняет её бодростью, удовлетворяет потребность человека в празднике, в зрелище, игре. Бальный танец выступает также средством массового общения людей. Даёт возможность содержательно провести время, познакомиться, подружиться. В часы досуга молодёжь заполняет танцевальные залы, приходит на вечера танца, танцевальные площадки, в парки и Дворцы культуры, танцует на семейных праздниках, на вечерах отдыха, в ресторанах, клубах – везде танец несёт людям радость, украшает их жизнь и быт. Это делает интерес к бальному танцу неизменным.

II. Методика обучения современному бальному танцу.

2.1. Методы обучения бального танца.

Танец является неотъемлемой частью пластической культуры человека. Воспитание танцевально-пластической культуры начинается с познания и развития опорно-двигательного аппарата танцора. Чтобы пройти через сознательное управление своим телом к бессознательному использованию танцевальных движений, необходимо научиться выполнять простейшие танцевальные упражнения и движения.

На занятиях в нашемобъединениииспользуются различные методы обучения: словесный, практический, проблемно-поисковый, самостоятельная работа.

Словесный метод носит теоретический характер. На занятиях проходит знакомство обучающихся с краткой характеристикой современных бальных стилей танца.

Методический показ не может обойтись без словесных объяснений. Они должны быть кратки, точны, образны и конкретны. С первых занятий обучающиеся знакомятся с хореографическими терминами и условными выражениями. В словесном методе очень важна интонация. Словом, можно стимулировать активность подростков, но можно и ранить.

Практический метод обучения в хореографии подразумевает наглядный показ педагогом движений или комбинаций. Он сочетается с методом словесного объяснения:

* название движения или комбинации;
* показ;
* краткое описание последовательности;
* повторный показ;
* объяснение;
* осмысление.

Я никогда не использую показ и описание движений одновременно, так как это рассеивает внимание. Основная задача занятия – изучение языка движения, постижение техники.

Для развития самостоятельности мышления, творческого подхода к делу следует использовать в хореографии проблемно - поисковый метод. Танцоры с помощью практического материала, наглядного просмотра видеоклипов подготовлены к проблемному изучению материала. Они самостоятельно могут подготовить домашнее задание: придумать комбинацию (3-5 движений в разных сочетаниях).

Некоторые обучающиеся быстро придумали и показали свои наработки без стеснения. Другие объединились в микрогруппы по 2 человека и работали в команде, предлагая свои движения и сочиняя комбинации. Этим ребятам дается на подготовку время, чтобы отработать и показать свой результат. Перед показом я прошу танцоров внимательно и доброжелательно смотреть на работу сверстников. После просмотра всех комбинаций делаю корректныезамечания по доработке домашнего задания.

Иногда зрители - ученики сами объясняют недостатки комбинаций, подсказывают, что нужно добавить или исправить. При таком методе обучения проявляется активная позиция обучающихся к поиску новых сочетаний движений на основе пройденного материала, развивается интерес к искусству хореографии.

Исходя из программы, самостоятельная работа занимает достаточно мало места на занятиях хореографии. Когда учебный материал доступен для обучающихся и может быть изучен самостоятельно, важно использовать и этот метод обучения. После доработок своих комбинаций танцоры уверенно и грамотно показывают домашние задания. У многих учащихся появляется огромный интерес, они придумывают, сочиняют 2-3 комбинации. В дальнейшем, это поможет им активно участвовать в концертах, показывать свои танцевальные этюды, импровизации на конкурсах и быть уверенными на дискотеке. К сожалению, встречаются ребята, которые недостаточно смело выполняют самостоятельную работу или чувствуют себя неловко. К таким учащимсяследует найти индивидуальный подход, подсказать разные варианты сочинения.

2.2. Построение занятия в объединении спортивного бального танца. Составные части урока.

В студию приходят дети, объединённые общим желанием – научиться танцевать. Длительность занятий, их периодичность и содержание могут быть разными. В студии бального танца принята такая же форма организации учебных занятий, как и в танцевально-спортивных клубах: группа занимается по времени с учётом уровня танцевальных навыков и возраста.

В начале занятия группа занимает положение в зале в шахматном порядке: первые линии - девушки, задние линии - юноши, иногда построение в зале может быть попарно, т.е. дама справа от партнёра, также в линии и в шахматном порядке. Педагог здоровается с группой, делает поклон, группа отвечает поклоном.

Занятие состоит из разминки, тренажа современной бальной хореографии, изучения танцевальных комбинаций.

Разминка - первая часть занятия. Задачей этого этапа урока является овладение правильной постановкой корпуса, головы, ног, рук, развитие координации движений, необходимой для исполнения танцев, правильной постановкой дыхания. Педагог использует весь богатый арсенал упражнений классического, бального танца и современной танцевальной пластики. Упражнения, включаемые в разминку, помогают обучающимся приобрести выразительность и красоту в движениях. Разминка заставляет исполнителей не только разогреть мышцы, но и психологически настроиться на разучивание элементов, из которых затем сложатся танцевальные вариации.

Вот пример разминки:

повороты головы с точкой в стороны;

наклоны головы в стороны;

наклоны вперед-назад;

вращение головой;

поочередное поднятие плеч с точками, в темп;

одновременное поднятие плеч;

поочередное вращение плечами вперед и назад;

поочередные махи руками;

одновременные махи руками;

вращение рук в локтях к себе и от себя;

вращение кистями;

повороты и наклоны корпуса в стороны;

наклоны корпуса вперед-назад;

вращение корпусом;

изоляция корпусом по точкам;

покачивание бедер в сторону;

выпады в сторону, с поворотом корпуса;

подъем на носки, разворот стоп «краб»;

прыжки на месте;

прыжки вперед-назад;

прыжки вправо-влево;

прыжки «крестом».

Эти упражнения помогают усвоить правильное взаимодействие разных частей тела, развить координацию движений, память и внимание.

Вторая часть занятия - это тренаж современной бальной хореографии.

Это – непосредственное разучивание танцевального материала. Разучивание танцев проводится в следующей последовательности:

Вводное слово. Перед разучиванием нового танца я сообщаю о нём некоторые сведения. Если название не совсем понятно, даю объяснение к названию (например, полонез – старинный танец польского происхождения). Затем даю общую характеристику танцу – говорю об истории его возникновения, отмечаю характерные особенности музыки и хореографии.

Затем слушается музыка к танцу, определяется её характер, темп, музыкальный размер, ритмический рисунок, определяется строение (части музыкального предложения, фразы).

Следующий этап - разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца. Приступая к разучиванию движений, поз, переходов, рисунка, я объясняю и показываю их сам, затем тоже повторяют обучающиеся. Этот метод является традиционным и широко используется при обучении.

Целостный метод разучивания заключается в разучивании движения целиком в замедленном темпе. Этим методом удобно разучивать движения, которые нельзя разложить на отдельные самостоятельные части – шассе, балансе и т.д. Для разучивания особенно сложных движений может быть применено временное упрощение – этот метод заключается в том, что сложное движение сводится к упрощённой форме, а затем движение постепенно усложняют, приближаясь к законченной форме.

Каждый метод имеет свои достоинства и недостатки, но, используя их вместе можно добиться хороших результатов.

«При развитии танцевальных способностей следует в равной степени работать над движением рук и ног. Если внимание обращено только на ноги и забываются руки, корпус и голова – не будет достигнуто полной гармонии движений» - А. Я. Ваганова.

Этим принципом должен руководствоваться педагог, работающий в хореографических коллективах, в том числе и педагог бального танца. Одновременно с разучиванием упражнений для рук и корпуса должна вестись постоянная работа над позами и положениями в парном танце. Положения рук и позы в парном танце разучиваются сначала в положении стоя на месте, затем закрепляются на простом танцевальном шаге, и лишь когда положения рук и поза легко и естественно принимаются учащимися, можно закрепить их на шаге польки, шассе, вальса и т.д. Полезно при разучивании положений рук и поз в парном танце объяснять и показывать каждый элемент отдельно. Такой метод позволяет добиться лучшего запоминания правил исполнения, более точного повторения элементов всеми учащимися. В заключении разучивается соединение танцевальных движений, поз, переходов, рисунка в танцевальные комбинации, которые разучиваются и отрабатываются. Затем комбинации собираются в фигуры танца, а фигуры в целый танец. Фигуры танца и весь танец многократно повторяются обучающимися и в целях запоминания, и для достижения более грамотного музыкального и выразительного исполнения.

Движения – комбинации – фигуры – танец.

Целесообразно подобранные, постоянно повторяемые упражнения помогают развить тело и научиться пластике, а также помогают отработать основные шаги и элементы танцев. Я рекомендую в тренаже выполнять 2-3 комбинации изучаемого на данном занятии спортивного бального танца.

Учебно-тренировочные упражнения должны быть выразительными. Следует добиваться эмоциональности, гармоничности и координации движений, их соответствия содержанию музыки.

Третья частьзанятия предполагает изучение и исполнение танцевальных вариаций. Этот этапдает возможность применить навыки, приобретенные в разминке и тренаже, и попрактиковаться в освоении в пространстве.

Каждое занятие современной бальной хореографии дает возможность потренироваться в разных направлениях: разминка всех частей тела, отработка основных технических навыков, знакомство с различными ритмами и стилями, использование пространства. Процесс изучения техники современного бального танца идет постепенно. Выполнение новых движений поначалу требует значительной концентрации внимания, но со временем и с помощью регулярных занятиях ониисполняются автоматически. Координация движений - это навык, которому можно научить учащихся. Постоянные тренировки приведут к тому, что степень владения движением и качество исполнения вырастут. Только практический метод обучения современнойпластики даеттакой положительный результат.

2.3. Музыкальное сопровождение занятия бального танца.

Важным компонентом занятия является его музыкальное сопровождение. Как известно, музыка является ритмической основой любого танца, но далеко не ритмом ограничивается её роль. Если бы это было так, то танцевали бы только под счёт и удары. Музыка создаёт эмоциональную основу, определяет характер танца, его развитие. Связь музыки и жеста, музыки и движения органична для природы человека. Восприятие музыки в танце активно, оно вызывает действие, действие танцевальное, т.е. обусловленное той или иной хореографической образной формой, организованное во времени и пространстве. В этой созидательной активности кроются особенности музыкально-пластического воспитания – одной из задач обучения бальной хореографии. Умению слушать и понимать образный язык музыки, разбираться в основных формах и выразительных средствах, легко и непринуждённо двигаться в ритме определённой музыки, получать удовольствие от её красоты – всему этому учит танец. Безусловно, качество музыкального произведения, характер исполнения имеют первостепенное значение. Поэтому так важен отбор музыкального сопровождения. Общая черта танцевальной музыки – определённость и повторность ритмов, внятная акцентировка сильных долей, отчётливость их выражения. Отступления от этого правила редки.

В написании танцевальной музыки, в том числе бальной, имеются богатые традиции. Многие народные и бальные танцы получили отражение в творчестве ведущих композиторов и даже композиторов классиков. Это придала танцевальной музыке художественную ценность. На протяжении веков танцевальные мелодии культивировались целым рядом поколений музыкантов. Так накопились определённые традиции в создании музыки для бальной хореографии. Музыкальный материал для каждого изучаемого танца должен быть в нескольких вариантах: для разучивания – замедленный темп, для исполнения – нормальный темп. Музыка для танцев должна быть ясной и выразительной.

Музыку нельзя рассматривать только как ритмическое сопровождение, облегчающее исполнение движений. Подбирать музыку следует так, чтобы содержание танцевальной постановки целиком соответствовало характеру музыки и давало бы возможность при разработке отдельных эпизодов увязывать действие и движения с музыкой.

Подбор музыки влияет на качество хореографической постановки, она может способствовать успеху или быть причиной неудачи.

Музыка с определенным темпом, метром и ритмическим рисунком выражает и подчеркивает характерные особенности движений, помогает их исполнению.

2.4. Программа объединения спортивного бального танца.

Программа объединения спортивного бального танца может быть разделена, примерно следующим образом:

Танцы на основе историко-бытового танца – полонез, фигурный вальс, мазурка, и т.д.

Европейская программа – медленный вальс, танго, венский вальс, быстрый фокстрот, медленный фокстрот.

Латиноамериканская программа – самба, ча-ча-ча, румба, джайв, пасодобль.

III. Роль педагога в студии бального танца.

Направление работы коллектива, его конкретные задачи определяют выбор методов и приёмов обучения, индивидуальный состав и подготовленность исполнителей каждого конкретного коллектива, вносят коррективы в работу. Поэтому так важен вдумчивый, творческий подход педагога к каждому определённому коллективу. Именно такая аналитическая работа, как в начале, так и в процессе всего обучения обеспечит эффективность освоения обучающимися программы.

Наибольшую сложность для педагога представляет работа с начинающими. Они быстро устают, допускают много ошибок при исполнении, быстро забывают пройденный материал. Чтобы добиться хороших результатов в обучении и воспитании, педагог должен использовать такие приёмы, которые делают урок интересным, концентрируют внимание учащихся. Однако занимательное надо умело сочетать с малоинтересным, но необходимым, находить правильное соотношение между - занимательным и серьёзным в обучении.

Способы повышения эффективности обучения бальному танцу:

Занятия должны быть разнообразными по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев), по набору применяемых методов (беседа в виде вопросов и ответов, прослушивание музыки и самостоятельный её разбор, разучивание и повторение движений танца). При повторении необходимо избегать однообразия, скуки, вносить в знакомое движение, танец элемент новизны, предъявлять требования, ставить новые задачи.

Любое задание, которое предлагает педагог, должно соответствовать степени подготовленности к нему. Весь процесс обучения необходимо строить на сознательном усвоении знаний и навыков. Это пробуждает интерес к занятиям, повышает запоминание.

Занятия должны идти в хорошем темпе, не следует долго отрабатывать одно и то же движение, танец, долго объяснять, пытаться научить всему сразу.

На занятии следует закрепить все навыки, которые вырабатывались ранее, повторить пройденные движения и фигуры, уточнить освоенное не до конца.

Серьёзная вдумчивая работа с коллективом по обучению танцу, правильный учёт возрастных психологических особенностей позволяют выделить основную направленность в моей работе: внимание сенсорному воспитанию, развитие музыкальности, танцевальной координации движений, умения ориентироваться в пространстве, формирование первоначальных навыков и умений.

Методическиерекомендации

Влияниезанятийбальнымитанцаминапсихо-эмоциональтноеразвитиеучащихся

Танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному. Хочешь все время быть молодым – танцуй и укрепляй в танце свое здоровье.

В танце неосознанно отражается личность человека и если внимательно приглядеться, то можно очень много рассказать о характере танцующего, его привычках, страхах, особенностях взаимодействия с разными людьми и с самим собой, его фантазии, отношение к себе и к миру, и многое другое.

Если мне плохо - я танцую, хорошо - тоже танцую. Танец без эмоций многого не раскроет зрителю. Танец – это история, рассказанная с помощью движений тела, и каждый сообщает ему свои собственные эмоции.

Эмоциив переводе с греческого «впрыскивание», «выплескивание». Речь идет о способе выражения настроения.

 Эмоции - психологические состояния, отражающиеся в форме переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям. К классу эмоций относятся настроения, чувства, страсти, стрессы**.**  
       У человека главная функция эмоций состоит в том, что, благодаря эмоциям, мы лучше понимаем друг друга, не пользуясь речью.  
Танцору очень важно научиться передавать зрителю смысл танца. Главную роль здесь играют не только выученные движения, но и эмоции, чувства и настроения, поэтому на тренировочных занятиях танцами проводятся игры на развитие эмоций, например: «Танец пяти настроений», где учащимся даётся музыкальный фрагмент и предлагается исполнить импровизированный танец, характер которого соответствовал бы эмоциональной атмосфере, навеянной музыкой [1].

Также проводятся игры и упражнения: "Я и мои эмоции", направленные на знакомство с эмоциями человека, осознания своих эмоций, а также на распознавание эмоциональных реакций других детей и развитие умения адекватно выражать свои эмоции, "Музыка и эмоции" - прослушав музыкальный отрывок, дети описывают настроение музыки, какая она: веселая - грустная, довольная, сердитая, смелая - трусливая, праздничная - будничная, задушевная - отчужденная, добрая - усталая, теплая - холодная, ясная - мрачная. Играя в такие игры, хорошо ощущаешь различия в эмоциях, обращаешься к собственному опыту, вспоминая, где и когда испытывала подобные чувства.

       Танцы – вещь полезная и приятная. Оказывается, танец, действительно, может сделать человека счастливее: изучая литературу, в одной из книг прочитала, что после занятий танцами всегда приподнятое настроение – это проявление эффекта эндорфинов - «гормонов счастья», которые во время танца вырабатываются гипофизом. Это позволяет человеку обрести гармонию со своим телом, начиная ощущать легкость и душевный подъем. Учеными доказан тот факт, что танцы являются отличной профилактикой и способом лечения депрессии и стрессов.

       Учиться танцевать – очень увлекательное занятие. Это прекрасный способ провести время с друзьями**.**Благодаря музыкальному сопровождению и танцевальным движениям происходит улучшение эмоционального состояния в целом, которое ведет к повышению самооценки, восприятию жизни с совершенно новых положительных сторон, повышение уверенности в себе и самоуважения [4].

1.2. Влияние занятий танцами на физическое развитие

      Танец дарит человеку здоровье - это прекрасный лекарь. Начинать заниматься танцами можно практически с любого возраста.

Любой вид танцев, не важно бальные, современные, народные, пляски дома под любимую музыку или любые другие танцы — это все относится к физической активности. В свою очередь физическая активность является неотъемлемой частью здорового образа жизни и практически всегда оказывает полезное воздействие на организм человека. Конечно, влияние танцев на организм в зависимости от вида танцевальных упражнений может отличаться, но есть и общая польза для здоровья человека [1].

Учеными доказано, что в процессе работы, обучения, особенно, если большая часть рабочего времени сидячая, происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение двигательной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние организма.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Очень важным является и так называемый лечебный эффект.

Влияние танца на опорно – двигательный аппарат.

Танец способен улучшить состояние позвоночника. Через уже несколько тренировок вы почувствуете результат: начнете держать спину, расправите плечи, встаньте немного выше. Довольно действенным препаратом против остеохондроза является ритмичный танец, плавные же движения в танце помогают улучшить кровоснабжение и сохраняют упругость межпозвонковых дисков. Помимо этого, тренинг мышц спины во время танцевальных движений способствуют созданию надежного «корсета», который поддерживает позвоночный столб, может снимать мышечные «зажимы» (часто приводят к боли в спине). Еще один плюс танца – вы никогда не будете страдать отложением солей. Танцы не только укрепляют мышечный корсет, но и сохраняют форму груди. Происходит профилактика артрита из-за тренировки всех мышц, кистей и пальцев. Танцы делают красивыми ноги. Это не касается только проблем целлюлита (подкожный жир), а относится к преданию красоты всем мышцам ног в том числе икроножных мышц. В результате регулярными занятиями танцами укрепляется мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие и т. д. Танцы способствуют развитию хорошей осанки и красивой походки.

Даже если есть нарушение осанки или начальная стадия сколиоза, через некоторое время происходит значительное улучшение состояния спины, а при постоянных, настойчивых тренировках печальный диагноз будет забыт. Красивая походка и умение «держать себя» - одна из составляющих успеха.

Влияние танца на дыхательную систему.На дыхательную систему благотворно воздействуют все виды танца. Аргентинский вальс, танец живота, европейские бальные танцы – довольно медленные танцы, которые требуют ритмично ровного дыхания. Для быстрых танцев (латиноамериканские) легкие при постоянных занятиях увеличиваются в объеме. Это сопутствует тому, что мозг получает большее количество кислорода, в результате чего улучшается память и его работа. Занимаясь танцами, вы научитесь контролировать дыхание, справляться с другими проблемами дыхательной системы. Занятия танцами реально помогают избавиться от регулярных простудных заболеваний, бронхитов и даже облегчают течение болезни у людей, страдающих астматическими приступами. Благодаря правильному дыханию, многие процессы, протекающие в твоем организме, придут в норму, улучшится обмен веществ. Ты будешь реже простужаться, и даже заболев, значительно быстрее выздоравливать.

Влияние танца на сердечно-сосудистую систему.Способностью восстанавливать сердечно – сосудистую систему обладают все танцы. Ритмичные движения под музыку являются кардиотренингом (тренировка для сердечной мышцы). При этом восстанавливается и укрепляется вся сердечно-сосудистая система. Замечательная профилактика варикозного расширения вен у женщин – танцевальные движения, которые могут предотвратить венозный застой в ягодицах, ногах и бедрах.

Танцы улучшают кровоснабжение и защищают сердце. Итальянские исследователи доказали, что люди с сердечной недостаточностью, занимающиеся танцами как видом физической нагрузки, укрепляют здоровье, свое сердце и улучшают свое дыхание. Качество их жизни также значительно улучшается по сравнению с теми, кто занимается на велотренажерах или беговых дорожках.

Органы пищеварительного тракта.

Пользу приносят все танцы, но более всего танец живота и латина. При недостаточной физической активности у женщин возникают такие проблемы, как хронические запоры, атония кишечника и плохой отток желчи. Движения живота выполняют немаловажную роль: происходит массаж внутренних органов, улучшается кровоснабжение, нормализуется работа кишечника, это естественное избавление от болезней желудочно-кишечного тракта, улучшение цвета лица. Танец избавляет от накопления шлаков в организме, помогает безопасно для организма разблокировать записанное в теле напряжение мышц, нарушения течения энергии, подавленные эмоции, преодолеть стрессовое состояние.

Танцы помогают похудеть и придают энергии. Исследование,

опубликованное в The Scholarly Publishing and Academic Resources Coalition, показало, что еженедельные танцы улучшают физическое состояние и делают людей более энергичными**.**Когда происходят движение животом (особенно в танцах живота), активизируется процесс пищеварения, и калории быстро сжигаются. Благодаря ежедневным тренировкам происходит укрепление мышечной ткани, развитие пластичности и гибкости**,**что непременно дарит здоровье организму, возвращает молодость и красоту.

Влияние танца на физические качества.

Гибкость являетсянеотъемлемым условием здоровья, а танцы требуют большой гибкости тела. Большинство уроков танцев начинается с разминки, которая включает в себя и упражнения на гибкость. Танцоры должны стремиться к достижению полного диапазона движения для всех основных групп мышц. Чем больше диапазон движения, тем больше мышцы могут изгибаться и растягиваться. Большинство видов танца предполагает движения, которые требуют недюжинной гибкости и растяжки, поэтому люди, занимаясь танцами, становятся гибкими.

Сила определяется как способность мышц оказывать противодействие. Танцы развивают силу, заставляя мышцы сопротивляться против собственной массы тела танцора. Многие стили танца, в том числе джаз и балет, предполагают выполнение прыжков. Прыжки же требуют больших усилий от мышц ног. Поэтому ничуть не удивительно, что бальные танцы развивают силу человека, который занимается ними.

Танец – это по сути непрерывные физические упражнения. А, как известно, физические упражнения повышают выносливость. Выносливость является способностью мышц работать в течение более длительного периода времени без усталости. Регулярные занятия танцами, особенно энергичными, отлично подходят для развития выносливости.

Таким образом, танец помогает человеку в следующем:

* Повышают работоспособность и выносливость организма.
* Танцы тренируют практически все мышцы, делая их упругими и сильными тела и положительно влияют на суставную ткань.
* Тренируют мышцы спины и ног, помогая сформировать красивую осанку и походку.
* Танцы улучшают координацию движений и укрепляют вестибулярный аппарат.
* Оказывают закаливающее и общеукрепляющее действие на организм. В следствие чего снижается частота простудных заболеваний.
* Занятия танцами тренируют дыхательную систему.
* Положительно влияют на работу сердечнососудистой системы. У тренированного человека, занимающегося любым видом спорта, в том числе и танцами, мышечные стенки сердца толстые и сильные. Движения под музыку изменяют вязкость крови, разжижают ее, что является профилактикой для отложения холестериновых бляшек.
* Усиливают кровообращение, что в свою очередь увеличивает поступление кислорода в организм и благоприятно сказывается практически на всех внутренних органах и системах.
* Регулярные занятия танцами помогают сжечь лишние каллории, что способствует снижению веса. А вместе с тренировкой мышц фигура приобретает красивый подтянутый вид.
* Регулярные занятия танцами со сложными движениями улучшают мозговую деятельность и память, снижают риск возникновения болезни Альцгеймера.
* Танцы замедляют процессы старения организма, ведь не зря говорят: «Движение — это жизнь».

Различные движения, вращения, прыжки заставляют напрягаться все мышцы. В танце задействованы почти все виды мышц. До начала урока танца нужно проделать серию разминочных упражнений. Они служат для того, чтобы придать мышцам эластичность и подготовить их к интенсивной работе. При выполнении упражнений на растяжение мышц, в них вырабатываются вещества, укрепляющие способность организма противостоять инфекции [2].

       Таким образом, танцы продлевают жизнь, способствуют поддержанию общего тонуса и позволяют сохранить человеку работоспособность до последних дней жизни.

V. Используемая литература

Для педагога:

1. Гусев С.И. Детские бытовые массовые танцы. [Текст]-М., 1985.

2. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы.

[Текст]– Ростов н/Д: «Феникс», 2004.

3. Копорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. [Текст]-М., 1978.

4. Лиф И.В. Ритмика. [Текст]- М., Академия , 1999.

5. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев. – Перевод и

ред. Ю.С. Пина. [Текст]- М., С-П., 1993.

6. Немов Р.С. Общая психология: Учебная деятельность студии

образовательных учреждений среднего профессионального

образования. [Текст]-М., Гуманитарный издательский центр

ВЛАДОС, 2001.

7. Новые бальные танцы. [Текст]-М., 1980.

8. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. [Текст]-

Лондон. Имперское общество учителей танцев. Перевод и ред. Ю.С.

Пина. – М., С-П., 1992.

9. Пересмотренные направления и формы обучения танцам. – Перевод и

ред. Ю.С. Пина. [Текст]- М., С-П., 1995.

10.Светинская В.Н. Современный бальный танец. Учебное пособие.

[Текст]-М., 1976.

11.Современный бальный танец. Под редакцией В.М.Стриганова и

В.И.Уральской. [Текст]-М., Просвещение 1978.

12.Строганов В.Н. Современный бальный танец. [Текст]- М., 1975.

13.Ткаченко Т.С. Народный танец. [Текст]-М., 1980.

14.Уральская В. Разрешите пригласить! Репертуарный сборник. [Текст]-

М., 1973.

15. Череховская Р.Л. Танцевать могут все. [Текст]-Минск. Издательство

«Народная асвета», 1973.

38

Для детей:

1. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. – [Текст]-М., 1973.

2. Гринберг Е.Я. Растем красивыми. [Текст]- Новосибирск, 1992.

3. Земская И. Свет мой, зеркало, скажи. [Текст]- Новосибирск, 1984.

4. История костюма. [Текст]-М., Искусство, 1996.

5. Как построить свое «я». [Текст]- М., Педагогика, 1991.

Интернет ресурсы:

1. Бальный танец в становлении личности: история и современность

[Электронный ресурс]. – Режим доступа. -

(http://knowledge.allbest.ru/culture/2c0a65625a2ad78a4d53a88521216d37\_

1.html)

2. Все для хореографов и танцоров [Электронный ресурс]. – Режим

доступа.- http://www.horeograf.com/

3. Выбор.SU - общероссийский интернет-портал [Электронный ресурс]. –

Режим доступа.- http://www.vybor.su/author/2007-06-07\_courage.htm

4. Гендерные отличия спортсменов подросткового возраста в бальных

танцах [Электронный ресурс]. – Режим доступа. -

(http://www.informio.ru/publications/id736/Gendernye-otlichijasportsmenov-podrostkovogo-vozrasta-v-balnyh-tancah)

5. Методы обучения бальным танцам [Электронный ресурс]. – Режим

доступа.- (http://book-science.ru/humanities/perfarts/metody-obuchenijabal-nym-tancam.html?page=5)

6. Содержание программы «Музыка с мамой» [Электронный ресурс]. –

Режим доступа. - http://www.mama-music.ru/list.html

7. Федерация Танцевального Спорта России [Электронный ресурс]. –

Режим доступа.- http://www.ftsr.ru/data.php

8. Философия и этика бальных танцев. [Электронный ресурс]. – Режим

доступа. - http://dnevniki.ykt.ru/maverick/437747

**III.Список литературы для обучающихся**

* СборникнормативныхдокументовФедерацииТанцевальногоспортаРоссии 2010 г.Программа«Ритмикаибальныетанцыдляначальнойисреднейшколы» - Москва«Просвещение» 1997 г.Т.В.Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная«Учитедетейтанцевать» - МосквагуманитарныйиздательскийцентрВЛАДОСя
* Сайт: <http://www.dancesport.ru/>
* Сайт: <http://www.rusdsu.ru/>
* Каталогосновныхфигур. ВидеокурсЛорнаЛи.

Списоклитературыдляруководителяобъединения:

* СборникнормативныхдокументовФедерацииТанцевальногоспортаРоссии 2010 г.Программа«Ритмикаибальныетанцыдляначальнойисреднейшколы» - Москва«Просвещение» 1997 г.Т.В.Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная«Учитедетейтанцевать» - МосквагуманитарныйиздательскийцентрВЛАДОСя
* ноготворчестваикультурно-просветительнойработы. «Приглашениектанцу» - методическоепособиепоорганизацииработышколысовременногобальноготанца. –Москва 1983 г.
* МинистерствокультурыРСФСР. Управлениеклубныйучреждений. «Сборникдокументовиматериаловпобальнымтанцам» - Москва 1973 г.

Списоклитературыдлядетейиродителей:

1. С.Бекина, Т.Ломова, Е.Соковнина«Музыкаидвижение» 1983 г.

2. Н.Ивановский«БальныйтанецХIV-ХIХвеков»Москва, Искусство. 1948 г.

3. Т.В.Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная«Учитедетейтанцевать» - МосквагуманитарныйиздательскийцентрВЛАДОС 2004 г.

4. Л.Раздрокина«Танцевально-игровыетренинги» - Ростов-на-Дону«Феникс» 2007 г.

5. Самоучителипобальнымтанцам.