

муниципальное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Советского района Волгограда»

Принята на заседании
педагогического совета
протокол от 29.08.2019г., № 1



Утверждена приказом
от 29.08.2019 г. № 91

Директор

 Н.С.Лещёва

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Танцевальная жизнь»
Возраст учащихся 6 -17 лет
Срок реализации - 6 лет

Автор:
Манушенкова Евгения Александровна,
педагог дополнительного образования

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования»

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная жизнь» разработана на основе опыта работы педагога, в соответствии с «Требованиями к программам дополнительного образования детей» (приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания, социальной защиты детей Минобрнауки от 11.12.2006 № 06 – 1844), «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242), на основе правил Союза танцевального спорта России о допустимых танцах и фигурах.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Программа направлена не только на культурно-нравственное воспитание личности учащихся, но и на их физическое развитие путем приобщения к танцевальному искусству различных направлений. Основная часть программы предусматривает обучение спортивным бальным танцам, знакомство с классической и современной хореографией в сочетании с общей физической подготовкой. Программа разработана на основе синтеза двух сфер деятельности: конкурсной (по программе 10 танцев Федерации танцевального спорта России) и концертной путем создания концертных композиций с использованием лексики различных танцевальных направлений. Программа ориентирована на приобщение детей к культуре танца, на интеллектуальное, духовное развитие личности ребенка, укрепление его психического и физического здоровья.

Программа является авторской. Концепция программы заключается в создании непрерывного цикла учебных занятий с пересечением разновозрастных групп в совместной танцевальной деятельности.

Предпосылкой к написанию этой программы послужило изучение трудов Алекса Мура, в частности «Пересмотренная техника Европейских танцев» и Уолтера Лайерда «Техника латинских танцев», а также изучение образовательных программ: Кривошеева В.Н., Кривошеевой С.В. для МОУ ДОД ДЮСШ № 22 «Мечта»; Фролова В.Е. для танцевального коллектива «Театр танца «Войс» МОУ ДЮЦ Волгограда; программ для хореографических коллективов различных направленностей.

Программа «Танцевальная жизнь» успешно реализуется в Детско-юношеском центре, по мере необходимости в нее вносятся дополнения и изменения.

Представленный вариант программы доработан в 2019 году и содержит все необходимые компоненты, предусмотренные следующими нормативными документами:

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014г. № 1726-р;
3. Приказом Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 июля 2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
5. Письмом Минобрнауки России от 18 ноября 2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ», (включая разноуровневые программы).

Актуальность программы обусловлена ее разнообразием и возможностью выбора направлений деятельности: конкурсной и концертной. Современные спортивные бальные

танцы имеют огромный социальный заказ и являются одним из самых популярных танцевальных направлений. В связи с тем, что в настоящее время в большинстве общеобразовательных учреждений не предусмотрено обучение основам танцевальной культуры, спортивные танцы пользуются большим спросом. С каждым годом увеличивается количество желающих заниматься спортивными балльными танцами и посещать учреждения дополнительного образования: центры детского творчества, учреждения культуры и детские спортивные школы.

Отличительные особенности данной общеразвивающей программы от уже существующих в этой области заключаются в том, что обучение происходит в интегративной форме, путем взаимопроникновения танцевальной лексики различных направлений, а также в синтезе концертных и конкурсных выступлений. Программа включает в себя два раздела:

Первый раздел «*Конкурсные спортивные танцы*», которые, в свою очередь, делятся на две программы «Европейскую» и «Латиноамериканскую», каждая из которых включает в себя пять танцев:

Европейская программа	Латиноамериканская программа
• Медленный вальс	• Самба
• Танго	• Ча-ча-ча
• Венский вальс	• Румба,
• Медленный фокстрот	• Джайв
• Быстрый фокстрот	• Пасадобль

Все перечисленные танцы являются конкурсными, принятые во Всероссийской Федерации танцевального спорта.

По уровню подготовки танцоры распределяются по классам. Для выхода на первое соревнование им присваивается один из начальных классов (Н, Е или D), который они впоследствии могут сменить на более высокий, заняв на соревнованиях призовые места и заработав баллы для перехода в следующий класс мастерства. В начальных классах разрешено танцевать не все танцы и не все элементы. Высший класс мастерства у любителей М класс.

- *Н класс (Начинающие)*

Стартовый класс, в котором исполняются от 3 до 6 танцев: медленный вальс, квикстеп, ча-ча-ча, самба, полька. Набор элементов ограничен самыми основными движениями.

- *Е класс*

Следующий класс, который тоже может быть стартовым. В нем исполняются медленный вальс, венский вальс и квикстеп в Европейской программе и ча-ча-ча, самба и джайв - в Латиноамериканской.

- *D класс*

Включает в себя восемь танцев: медленный вальс, танго, венский вальс и квикстеп - Европейская программа; самба, ча-ча-ча, румба, джайв - Латиноамериканская.

- *С класс*

Включает в себя все десять танцев: медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот и квикстеп - Европейская программа; самба, ча-ча-ча, румба, пасадобль и джайв - Латиноамериканская.

- *Более высокие классы*

Далее идут классы В, А, S и М. До В класса танцевальные пары по правилам региональных федераций танцевального спорта обязательно исполняют программу 10 танцев в С классе, а с класса В они могут выступать в разных видах: европейской программе, латиноамериканской программе или двоеборье (десяти танцах).

Второй раздел «*Танцевальное шоу* - подготовка и создание концертных номеров на основе хореографии спортивных балльных танцев, а также других танцевальных направлений: с элементами классического танца и современной хореографии.

Адресат программы в реализации данной общеразвивающей программы принимают участие дети в возрасте от 6 до 17 лет.

Первый год обучения – 6-8 лет;

Второй год обучения – 7-10 лет;

Третий год обучения – 9-12 лет;

Четвертый год обучения – 11-13 лет;

Пятый год обучения – 12-15 лет;

Шестой год обучения – 14-17 лет;

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная жизнь» предлагает обучение спортивным танцам и современной хореографии, которое раскрывает широкие возможности для всех желающих обучаться спортивным танцам без специального отбора; одаренные и талантливые дети имеют возможность заниматься в группах с интенсивным обучением без дополнительных затрат, реализоваться в том или ином направлении по выбору или же в двух направлениях сразу и достигнуть определенных результатов, а преобладающее количество девочек, не имеющих возможности танцевать в паре, может выступать на конкурсах по спортивным танцам в номинации «Соло» и принимать участие в разнообразных танцевальных постановках.

Объем и срок освоения программы.

Сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы – 6 лет, которые делятся на три периода. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы – $144+144+144+144+216+216 = 1008$ часов.

Первый период: 1 – 2 год обучения

Второй период: 3 – 4 год обучения

Третий период: 5 – 6 годы обучения

При этом продолжительность периодов является ориентировочной, она – определяется не временем, а достигнутыми результатами, которые определяются уровнем знаний, полученных на занятиях по спортивным танцам, которые в свою очередь фиксируются на конкурсных и концертных выступлениях.

Набор детей в объединение осуществляется без специальной подготовки. От учащихся не требуется специальных знаний и умений. Для детей с высоким уровнем танцевальной подготовки возможно зачисление на второй или третий год обучения.

Первый период (1-2 год обучения)-ознакомительный, направлен на первичное знакомство с бальной хореографией.

Второй период (3-4 год обучения)-базовый уровень подготовки.

Третий период (5 - 6 год обучения)-углубленный уровень подготовки.

Формы обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса:

В группы первого года принимаются все поступающие. Специального отбора не производится. Группу второго года могут посещать и вновь прибывшие после специального тестирования и опроса, при наличии определенного уровня общего развития и интереса. Недостающие навыки и умения восполняются в процессе работы на индивидуальных заданиях. Состав групп постоянный.

Первый год обучения соответствует начальному уровню обучения, в конкурсной программе данный уровень относится к массовому спорту - 3 конкурсных танца (Медленный вальс, Ча-ча-ча, Самба). В танцевальных композициях («Полька», «Улыбка», и другие постановочные танцы)

Второй год обучения соответствует начальному уровню Н – класса, данный уровень относится к массовому спорту (Медленный вальс, Квик стэп, Ча-ча-ча, Самба). Танцевальные композиции (Полька, Куклы, постановочные танцы на основе конкурсных композиций)

Третий год обучения соответствует уровню Е – класса данный уровень относится к спорту высших достижений (Медленный вальс, Венский вальс, Квик стэп, Самба, Ча-ча-ча, Джайв). Концертные композиции включают в себя элементы конкурсных танцев, а также элементы классической и современной хореографии. На этом уровне учащихся лучше усваивают новый материал, получив хорошую базу, опираясь не на количество, а на качество.

Четвертый год обучения соответствует уровню D – класса спорта высших достижений (Медленный вальс, Танго, Венский вальс, Самба, Ча-ча-ча, Румба, Джайв). Особую роль в создании танцевальных композиций играет создание художественного образа, идеи, и ее эмоциональное воплощение. Концертные композиции включают в себя элементы, а также элементы классической и современной хореографии. На этом этапе идёт активное развитие творческого потенциала. Кроме того, для повышения профессионального уровня танцоров и разнообразия конкурсных композиций необходимы занятия общей физической подготовки и индивидуальные занятия для каждой танцевальной пары третьего и четвёртого уровня.

Пятый год обучения соответствует уровню С - класса спорта высших достижений (Медленный вальс, Танго, Венский вальс, Медленный фокстрот, Самба, Ча-ча-ча, Румба, Пасадобль, Джайв). Концертные композиции включают в себя различные танцевальные направления. Основная идея этого курса - создание художественного образа, эмоционального отклика зрителей, глубокого осмысления содержания идеи танца.

Шестой год обучения также соответствует уровню С-класса, спорта высших достижений, танцевальные композиции включают в себя еще больший арсенал базовых фигур С класса. Шестой год обучения направлен на повышение уровня исполнительского мастерства, поиск новых исполнительских средств, собственного стиля в процессе создания танцевального художественного образа. На этом этапе происходит закрепление и обобщение танцевального опыта.

Общее количество учебных часов:

Год обучения	Название группы	Количество учащихся	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Всего часов в год
1-й год обучения	1-я младшая группа	15	2	2	144
2-й год обучения	2-я младшая группа	15	3	2	216
3-й год обучения	1-я Средняя группа	15	3	2	216
4-й год обучения	2 я Средняя групп	15	3	2	216
5-й год обучения	Старшая группа	10	2	3	216
6-й год обучения	Группа мастер-класс	10	2	3	216

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: формирование танцевальной культуры, социального становления и развития личности через организацию участия в спортивных мероприятиях и концертной деятельности.

Задачи программы:

Первый год обучения

Образовательные (предметные):

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с начальным уровнем;
- Научить технически верно и эмоционально исполнять базовые танцевальные движения;
- Научить исполнению базовых танцевальных фигур и детских танцев в разных составах (соло, в паре и ансамбле).

Метапредметные:

- Развивать умение взаимодействовать в коллективе сверстников;
- Способствовать повышению культурного уровня развития детей и подростков;
- Развивать эстетическое восприятие окружающей действительности.

Личностные:

- Воспитать чувство дружбы в коллективе сверстников и старших; чувство ответственности, трудолюбие, терпение.
- Сформировать умение работать в паре, быть частью коллектива.

Второй год обучения

Образовательные (предметные):

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с начальным уровнем;
- Познакомить с терминологией и средствами художественной выразительности музыки и танца.

Метапредметные:

- Способствовать развитию физического и творческого потенциала;
- Развивать умение оценивать качество собственного исполнения и других на основе полученных знаний.

Личностные:

- Воспитать осознанное отношение к танцу;
- Воспитать трудолюбие, ответственность, выносливость.

Третий год обучения

Образовательные (предметные):

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем Е класса;
- Познакомить с классический хореографией, и другими танцевальными направлениями.

Метапредметные:

- Способствовать развитию творческого потенциала учащихся.
- Развивать способность взаимодействия в коллективе, посредством участия в концертной деятельности.

Личностные:

- Приобщить детей к здоровому образу жизни;
- Воспитать потребность в сохранении культурно-нравственных ценностей, танцевальных традиций различных направлений.

Четвертый год обучения

Образовательные (предметные):

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем D класса;
- Сформировать потребность в повышении уровня исполнительского мастерства посредством участия в танцевальных конкурсах и концертах.

Метапредметные:

- Развивать физические умения и навыки в исполнении танцевальных движений, посредством общей физической подготовки;

- Развивать эмоциональное отношение к танцу, для воплощения идеи, образа и характера.

Личностные:

- Воспитать потребность в популяризации хореографического искусства;
- Воспитать необходимые качества личности, взаимодействия в команде, в паре.

Пятый год обучения

Образовательные (предметные):

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем С класса;
- Сформировать представления о многообразии и разножанровости танцевальных направлений.

Метапредметные:

- Развивать умение импровизировать, на основе полученных знаний танцевальной лексики;
- Развивать физическую выносливость, посредством общей физической подготовки.

Личностные:

- Воспитать потребность в повышении уровня физической подготовки и хореографического мастерства;
- Воспитать спортивную мотивацию.

Шестой год обучения:

Образовательные (предметные):

- Научить правилам исполнения основных движений спортивных бальных танцев в соответствии с уровнем С класса, и более высоких классов мастерства;
- Сформировать умение работать с партнером в условиях эмоциональной, и психофизической нагрузки;
- Сформировать эстетические идеалы.

Метапредметные:

- Развить умение создавать несложные вариации, на основе полученных знаний танцевальной лексики;
- Развивать умение организовывать самостоятельную подготовку.

Личностные:

- Формировать волевые качества учащихся;
- Воспитать потребность психофизического здоровья.

1.3 Содержание программы

Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации / контроля
1.	Ведение в мир спортивных бальных танцев	106	6,25	99,75	
1.1.	Вводное занятие	1	0,25	0,75	практикум
1.2.	Разучивание основных движений танца «Ча-ча-ча»	35	2	33	практикум
1.3.	Разучивание основных движений танца «Медленный вальс»	35	2	33	практикум
1.4.	Разучивание основных движений танца «Самба»	35	2	33	практикум

2.	Танцевальное шоу, музыкальные игры	38	2	36	
2.1.	Разучивание основных движений танца «Полька»	35	2	33	практикум
2.2.	Разучивание танца «Улыбка»	2		2	практикум
2.3.	Итоговое занятие: проведение конкурса бальных танцев	1		1	практикум
	Итого	144	8,25	135,75	

Учебный план 2-го года обучения

№ Пп	Раздел, тема	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Изучение базовых фигур Латиноамериканской и Европейской программы	100	4	96	
1.1	Разучивание базовых фигур танца «Ча-ча-ча»	25	1	24	практикум
1.2	Разучивание базовых фигур танца «Медленный вальс»	25	1	24	практикум
1.3	Разучивание базовых фигур танца «Самба»	25	1	24	практикум
1.4	Разучивание базовых фигур танца «Квик стэп»	25	1	24	практикум
2	Танцевальное шоу, музыкальные игры	44	2	42	
2.1	Отработка базовых фигур танца «Полька»	25	1	24	практикум
2.2	Постановка концертных композиций	17	1	16	практикум
2.3	Итоговое занятие: проведение конкурса бальных танцев	2		2	практикум
	Итого	144	6	138	

Учебный план 3-го года обучения

№ Пп	Раздел, тема	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы Е класса	60	6	54	
1.1	Разучивание танца «Ча-ча-ча»	20	2	18	практикум
1.2	Разучивание танца «Джайв»	20	2	18	практикум
1.3	Разучивание танца «Самба»	20	2	18	практикум
2	Изучение базовых фигур Европейской программы Е класса	50	6	44	
2.1	Разучивание танца «Медленный вальс»	20	2	18	практикум

2.2	Разучивание танца «Венский вальс»	10	2	18	практикум
2.3	Разучивание танца «Квик стэп»	20	2	18	практикум
3	Танцевальное шоу	34	2	32	
3.1	Разучивание танца «Фигурный вальс»	20	2	18	практикум
3.2	Основы классической хореографии	6		6	практикум
3.3	Постановка концертных композиций	6		6	практикум
3.4	Итоговое занятие: проведение конкурса бальных танцев	2		2	практикум
	Итого	144	14	130	

Учебный план 4-го года обучения

№ Пп	Раздел, тема	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Изучение базовых фигур Латиноамериканской D класса	60	4	56	
1.1	Разучивание танца «Самба»	15	1	14	практикум
1.2	Разучивание танца «Ча-ча-ча»	15	1	14	практикум
1.3	Разучивание танца «Румба»	15	1	14	практикум
1.4	Разучивание танца «Джайв»	15	1	14	практикум
2	Изучение базовых фигур Европейской программы D класса	60	4	56	
2.1	Разучивание танца «Медленный вальс»	15	1	14	практикум
2.2	Разучивание танца «Танго»	15	1	14	практикум
2.3	Разучивание танца «Венский вальс»	15	1	14	практикум
2.4	Разучивание танца «Квик стэп»	15	1	14	практикум
3	Танцевальное шоу	24		24	
3.1	Основы классической хореографии	6		6	практикум
3.2	Общая физическая подготовка	6		6	практикум
3.3	Постановка концертных композиций	10		10	практикум
3.4	Итоговое занятие: проведение конкурса бальных танцев	2		2	практикум
	Итого	144	8	136	

Учебный план 5-го года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы C класса	100	10	90	
1.1	Разучивание танца «Самба»	20	2	18	практикум
1.2	Разучивание танца «Ча-ча-ча»	20	2	18	практикум
1.3	Разучивание танца «Румба»	20	2	18	практикум
1.4	Разучивание танца «Джайв»	20	2	18	практикум
1.5	Разучивание танца «Пасодобль»	20	2	18	практикум

2	Изучение базовых фигур Европейской программы С класса	90	9	81	
2.1	Разучивание танца «Медленный вальс»	20	2	18	практикум
2.2	Разучивание танца «Танго»	20	2	18	практикум
2.3	Разучивание танца «Венский вальс»	10	1	9	практикум
2.4	Разучивание танца «Квик стэп»	20	2	18	практикум
2.5	Разучивание танца «Медленный фокстрот»	20	2	18	практикум
3	Классическая и спортивная подготовка	26	2	24	
3.1	Основы классической и современной хореографии	8	1	7	практикум
3.2	Общая физическая подготовка	8	1	7	практикум
4	Танцевальное шоу				практикум
4.1	Постановка концертных композиций	8		8	практикум
5	Итоговое занятие: проведение конкурса бальных танцев	2		2	практикум
	Итого	216	21	195	

Учебный план 6-го года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Общее количество часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Повторение и изучение базовых фигур Латиноамериканской программы С класса	100	10	90	
1.1	Разучивание танца «Самба»	20	2	18	практика
1.2	Разучивание танца «Ча-ча-ча»	20	2	18	практика
1.3	Разучивание танца «Румба»	20	2	18	практика
1.4	Разучивание танца «Джайв»	20	2	18	практика
1.5	Разучивание танца «Пасодобль»	20	2	18	практика
2	Изучение базовых фигур Европейской программы С класса	90	9	81	
2.1	Разучивание танца «Медленный вальс»	20	2	18	практика
2.2	Разучивание танца «Танго»	20	2	18	практика
2.3	Разучивание танца «Венский вальс»	10	1	9	практика
2.4	Разучивание танца «Квик стэп»	20	2	18	практика
2.5	Разучивание танца «Медленный фокстрот»	20	2	18	практика
3	Классическая и спортивная подготовка	26	2	24	
3.1	Общая физическая подготовка	8	1	7	практика
3.2	Классическая и современная хореография	8	1	7	практика
3.4	Постановка концертных композиций	8		8	практика
3.5	Итоговое занятие конкурс	2		2	практика
	Итого	216	21	195	

Содержание учебного плана первого года обучения

Раздел 1. Введение в мир спортивных бальных танцев

Тема 1.1. Вводное занятие (Приложение № 3)

Знакомство с основными понятиями: спортивные танцы, танцевальное шоу.

Основные этапы занятия (разминка, разучивание танцевальных элементов, игры, просмотр видеоматериала, прослушивание музыки разного характера).

Тема 1.2. Разучивание танца «Ча-ча-ча»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка в игровой форме; разучивание танцевальных элементов: разучивание и отработка основного хода «Ча-ча-ча», «чек. Нью-Йорк», «рука в руке», «тайм-стэп»; разучивание и отработка композиции «Ча-ча-ча»; отработка техники исполнения элементов: разучивание направления шага; распределение веса тела, использование стоп, бедер, положение корпуса, рук; отработка движений под музыку в парах и отдельно, используя музыкальный ритм танца и счет 1,2,3, 4 - и (ча-ча), 1,2,3 и т.д. в пол темпа, в медленном и основном темпе; прослушивание музыки разного характера; разучивание и отработка композиции.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером или с использованием технических средств обучения (видео демонстрации).

Игра «Обратное зеркало» для подготовки исполнения в парах (Приложение № 1).

Игра «Раз, два, три замри» (Приложение № 3).

*Описание основных элементов танца «Ча-ча-ча» и методические разработки см. в Приложении № 10.

Тема 1.3. Разучивание танца «Медленный вальс»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка в игровой форме (см. Приложение № 3); разучивание танцевальных элементов: разучивание направлений шагов, вперед-назад; разучивание и отработка правого квадрата; правого поворота; закрытые перемены; отработка техники исполнения элементов: работа над осанкой, основной и учебной стойкой в паре; отработка музыкального исполнения движения с использованием счета 1,2,3; отработка направлений в правом квадрате; работа над положением корпуса, головы; отработка техники спусков и подъемов в основном движении (работа стоп и коленей); работа над учебной стойкой; разучивание направлений движения: правый поворот, перемены с правой и левой ноги по кругу (по линии танца); разучивание и отработка композиции; соединение всех выученных элементов в композицию.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером или с использованием технических средств обучения (видео демонстрации).

Игра «Обратное зеркало» для подготовки исполнения в парах (Приложение № 1).

Отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Игра «Раз, два, три - замри» (Приложение № 3).

*Описание основных элементов танца «Медленного вальса» см. в Приложении № 5.

Тема 1.4 Разучивание танца «Самба»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание танцевальных элементов: «основное движение», «правый и левый виск», «ботофога», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца: использование коленей (основной техники «баунсового» движения, стоп, бедер, положение корпуса, рук, отработка сокращения сторон и скручивания в корпусе. Работа над ритмом и акцентами, при помощи счета «Slow and slow» 1и2 3и4, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Самба» и методические рекомендации см. в Приложении № 12

Раздел 2. Танцевальное шоу, музыкальные игры

Тема 2. 1. Разучивание танца «Полька»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка в традиционной игровой форме, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание элементов танца: разучивание и отработка поскоков; «ковырялочка»; «шаг польки»; движения «галоп»; разучивание и отработка движения «перемена мест»; отработка техники исполнения движений: работа над музыкальным исполнением движений используя счет музыкальной фразы: 1,2,3,4,5,6,7,8; разучивание направления шага, перенос веса тела, использование стоп, коленей, бёдер, положение корпуса, рук; отработка техники поскоков и шага польки в медленном и быстром темпе; отработка исполнения движений в парах; соединение всех выученных элементов в композицию.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером или с использованием технических средств обучения.

Тема 2.2. Исполнение танца «Улыбка» (Приложение № 3)

Показ педагога базовых фигур танца, исполнение учащимися по образцу. Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером или с использованием технических средств обучения.

Тема 2.3. Итоговое занятие-конкурс (Приложение № 4)

Исполнение учащимися базовых элементов танцев: «Медленный вальс», «Ча-ча-ча», «Самба». Приглашенные судьи – учащиеся старших возрастных групп, выставляют баллы и распределяют места за каждый исполненный танец. После подведения итогов определяются победители, призеры и участники. Использование технических средств обучения.

Содержание учебного плана второго года обучения

Раздел 1. Изучение базовых фигур Латиноамериканской и Европейской программы

Тема 1.1. Разучивание танца «Ча-ча-ча»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Ча-ча-ча».

Основные этапы занятия: разминка в традиционной игровой форме, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание новых элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Разучивание элементов танца: отработка основного хода «Ча-ча-ча»; «рука в руке»; «повороты на месте влево и вправо»; разучивание и отработка «локстепов»; «тайм-стэп»; соединение всех выученных элементов, разучивание и отработка композиции «Ча-ча-ча». Отработка техники исполнения базовых фигур: использование стоп, бедер, положение корпуса, рук, отработка движений под музыку в парах и отдельно, используя музыкальный ритм танца и счет 1,2,3, ча-ча 1,2,3 и т.д. в пол темпа, в медленном темпе и основном темпе. Работа над ритмом и акцентами, выделение счета 1 и 3.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером или с использованием технических средств обучения (видео демонстрации).

Игра «Раз, два, три – замри» (Приложение № 3)

*Описание основных фигур и методические рекомендации по танцу «Ча-ча-ча» см. в Приложении № 10.

Тема 1.2. Разучивание танца «Медленный вальс»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Медленный вальс».

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание новых элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Разучивание элементов танца: отработка «правого квадрата» «правого поворота», «закрытые перемены», разучивание и отработка «левого квадрата», «левого поворота», отработка техники элементов: отработка техники исполнения спусков и подъемов; детальная проработка использования стоп и коленей на каждый счет; отработка движений под музыку в парах и отдельно; определение необходимого времени для исполнения каждого движения в такте; отработка музыкального исполнения движения с использованием счета 1,2,3; работа над положением корпуса, головы; работа над осанкой; работа над учебной и основной стойкой; отработка направлений в композиции, направлений движения «правый поворот», перемены с правой и левой ноги по кругу (по линии танца); соединение всех выученных элементов в композицию; разучивание и отработка композиции.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание основных элементов танца и методические рекомендации «Медленный вальс» см. в Приложении № 5.

Тема 1.3. Разучивание танца «Самба»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание танцевальных элементов: «основное движение», «стационарный самба ход», «правый и левый виск», «вольта», «ботофога», «крис кросс», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца: использование коленей (основной техники «баунсового» движения, стоп, бедер, положение корпуса, рук, отработка сокращения сторон и скручивания в корпусе. Работа над ритмом и акцентами, при помощи счета «slow and slow» 1и2 3и4, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Самба» и методические рекомендации см. в Приложении № 12

Тема 1.4. Разучивание танца «Квик стэп»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения танца «Квик стэп».

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание новых элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта.

Разучивание элементов танца: «четвертной поворот вправо», «поступательное шассе», отработка техники элементов: отработка движений под музыку в парах и отдельно; отработка техники исполнения спусков и подъемов; детальная проработка использования стоп и коленей на каждый счет; определение необходимого времени для исполнения каждого движения в такте; отработка музыкального исполнения движения с использованием счета «слоу, слоу, квик, квик, слоу»; разучивание направлений шагов, распределение веса, отработка ритма исполнения движения; отработка направлений движения по кругу (по линии танца); работа над положением корпуса, головы, работа над осанкой, над учебной и основной стойкой; соединение всех выученных элементов в композицию; разучивание и отработка композиции.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

Игра «Раз, два, три – замри» (Приложение №3)

*Описание основных элементов танца «Квик стэп» и методические рекомендации см. в Приложении № 6.

Раздел 2. Танцевальное шоу, музыкальные игры

Тема 2.1. Разучивание танца «Полька»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Полька».

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание новых элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Разучивание элементов танца: отработка поскоков, шага польки; разучивание и отработка «хлопки», «ковырялочка»; «девочки оббегают вокруг мальчиков»; отработка «галоп», «перемена мест»; поскоки по кругу в парах с прыжком; отработка техники элементов: отработка выученных элементов, работа над техникой исполнения, музыкальностью, отработка акцентов, отработка техники поскоков и шага польки в медленном и быстром темпе, работа над музыкальным исполнением движений используя счет музыкальной фразы: 1,2,3,4,5,6,7,8; отработка техники исполнения движений, используя носок, каблук, колени, отработка исполнения движений в парах.

Тема 2.2. Постановка концертных композиций

Этот раздел включает в себя постановку концертных номеров на основе базовых фигур Латиноамериканской и Европейской программы. Танцевальные композиции выстраиваются по принципу 3 частной формы: выход, основная композиция, заключение или финал. Название концертного номера определяется названием конкурсного танца: «Ча-ча-ча», «Джайв». При создании танцевального шоу, на основе бальных танцев, могут быть использованы музыкальные композиции из мультипликационных фильмов, что поможет создать художественный образ известных героев «Вальс черепахи Тартилы», «Песенка Буратино», «Песенка о лете» и т.п.

Тема 2.3. Итоговое занятие-конкурс (Приложение № 4)

Исполнение учащимися базовых элементов танцев: «Медленный вальс», «Ча-ча-ча», «Самба», «Квик стэп». Приглашенные судьи – учащиеся старших возрастных групп, выставляют баллы и распределяют за каждый исполненный танец. После подведения итогов определяются победители, призеры и участники. Использование технических средств обучения. Итоговое занятие-конкурс 2 года обучения проводится два раза в год в конце каждого полугодия.

Содержание учебного плана третьего года обучения

Раздел 1. Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы Е класса

Тема 1.1. Разучивание танца «Ча-ча-ча»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Ча-ча-ча».

Основные этапы занятия: разминка (Приложение 2), отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Повторение базовых элементов: отработка основного хода «Ча-ча-ча», позиций «рука в руке», «чек», движений «повороты на месте влево и вправо», «локстепы», «тайм-стэп»; разучивание фигур Е класса: «открытый хип-твист», «веер», «алемана», «закрытый хип-твист»; соединение выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции «Ча-ча-ча»; отработка техники исполнения выученных элементов: использование стоп, бедер, коленей, положение корпуса, рук, отработка сокращения сторон, скручивания в корпусе, работа над ритмом и акцентами, выделение счета 1, 3, счета «и», отработка направлений и ведения в паре, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Ча-ча-ча» и методические рекомендации см. в Приложении № 10.

Тема 1.2. Разучивание танца «Джайв»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Джайв».

Основные этапы занятия: разминка, разучивание и отработка новых элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта

Разучивание основного движения на месте и с продвижением, отработка перемена мест слева на право и справа на лево, «стой и иди», отработка «свивлы с носка на каблук», «болл чейнж»; разучивание фигур Е класса: «хлыст», «смена рук за спиной», Основные этапы занятия: разминка, выполнение физических упражнений, соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения основного движения, использование стопы, перенос веса, работу коленей и бедер, использование ведения, отработка ведения партнерши при помощи закрытой позиции, отработка ритма и музыкальности шага с использованием счета, 1,2, 3 и 4, 3 и 4 в пол темпа, в медленном темпе и основном темпе, работа над ритмом и акцентом на счет 4.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Джайв» и методические рекомендации см. в Приложении № 11.

Тема 1.3. Разучивание танца «Самба»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание танцевальных элементов: «стационарный самба ход», «правый и левый виск», «вольта», «ботофога», «крис кросс», «левый поворот», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца: использование коленей (основной техники «баунсового» движения, стоп, бедер, положение корпуса, рук, отработка сокращения сторон и скручивания в корпусе. работа над ритмом и акцентами, при помощи счета «слоу энд слоу» 1и2 3и4, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Самба» и методические рекомендации см. в Приложении № 12

Раздел 2. Изучение базовых фигур Европейской программы класса Е

Тема 2.1. Разучивание танца «Медленный вальс»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Медленный вальс».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных танцевальных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Повторение базовых фигур: отработка правого и левого квадрата, правого и левого поворота, закрытые перемены, отработка «виск, поступательное шассе»; разучивание фигур Е класса: «спин поворот», «перемена хазитейшн», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения спусков и подъемов, детальная проработка использования стоп и коленей, на каждый счет, отработка техники «свэя» (наклона) в основном движении, использование

коленей для осуществления большей динамики движения, работа над балансом в стойке, отработка положений корпуса, головы, работа над осанкой, работа в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции, (по линии танца), отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Медленный вальс» и методические рекомендации см. в Приложении № 5.

Тема 2.2. Разучивание танца «Венский вальс»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание танцевальных элементов: правый поворот; отработка техники исполнения правого поворота, использование стоп, направлений шага по линии танца, перенос веса, отработка техники «свея» (наклона) в основном движении, использование коленей для осуществления большей динамики движения, работа над балансом в стойке, отработка положений корпуса, головы, работа над осанкой, работа в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции, (по линии танца), отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Венский вальс» и методические рекомендации см. в Приложении № 7

Тема 2.3. Разучивание танца «Квик стэп»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Квик стэп».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Повторение базовых фигур: разучивание и отработка «правый поворот», «типл шассе», «лок степы», «кросс шассе»; разучивание фигур Е класса: перемена «хазитейшн», «спин поворот», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения спусков и подъемов, детальная проработка использования стоп и коленей, на каждый счет, разучивание направлений шагов, распределение веса, отработка ритма исполнения движения; отработка музыкального исполнения движения с использованием счета «слоу, слоу, квик, квик, слоу», работа над положением корпуса, головы, работа над осанкой, работа в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции, (по линии танца), отработка движения под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Квик стэп» и методические рекомендации см. в Приложении № 6.

Раздел 3. Танцевальное шоу

Тема 3.1. Разучивание танца «Фигурный вальс»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание танцевальных элементов: «балансе», «окошечко», поворот под рукой, «раскрытие», «повороты влево и вправо», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения правого

поворота в композиции, разучивание новых движений, на основе техники исполнения венского вальса, отработка исполнения движений в парах под музыку и под счет.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

Тема 3.2 Основы классической хореографии

Беседа об истории возникновения, характере исполнения и особенностях танца.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Обучение проводится личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

Классический экзерсиз у станка Приложение № 15

Тема 3.3. Постановка концертных композиций.

Этот раздел включает в себя постановку концертных номеров на основе базовых фигур Латиноамериканской и Европейской программы, для создания яркого художественного образа. Первая группа танцевальных композиций, так же как и в предыдущем году обучения выстраиваются по принципу 3 частной формы: выход, основная композиция, заключение или финал. Название концертного номера определяется названием конкурсного танца: «Латинский микс», «Европейский микс». Вторая группа танцевальное шоу, на основе хип-хопа, современных танцев, что поможет создать новый художественный образ «Куклы», «Спортивный танец», «Учитель танца» и т.п.

Тема 3.4. Итоговое занятие-конкурс (Приложение № 4)

Исполнение учащимися базовых фигур Е класса: «Медленный вальс», «Венский вальс», «Квик стэп», «Самба», «Ча-ча-ча», «Джайв». Приглашенные судьи – учащиеся старших возрастных групп, а также аттестованные судьи Федерации танцевального спорта Волгоградской области, выставляют баллы и распределяют места за каждый исполненный танец. После подведения итогов определяются победители, призеры и участники. Использование технических средств обучения. Итоговое занятие-конкурс 3 года обучения проводится два раза в год в конце каждого полугодия.

Содержание учебного плана четвертого года обучения

Раздел 1. Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы Д класса

Тема 1.1. Разучивание танца «Самба»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Самба».

Основные этапы занятия: разминка, (Приложение № 1), отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Повторение базовых фигур Е класса: отработка «стационарный самба ход», «правый и левый виск», «вольта», «ботофога», разучивание фигур Д класса: «карта джака», «самба локки», «Коса», «открытые и закрытые роки», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, использование коленей основной техники «баунсового» движения, стоп, бедер, положение корпуса, отработка сокращения сторон и скручивания в корпусе, работа над ритмом и акцентами, при помощи счета «слоу энд слоу» 1и2 3и4, «квик, квик, слоу», разучивание более сложных элементов, с использованием ведения в паре, исполнение движений в различных ритмах, «слоу энд слоу», «квик, квик, слоу», отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Самба» и методические рекомендации см. в Приложении № 12.

Тема 1.2. Разучивание танца «Ча-ча-ча»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Ча-ча-ча».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Повторение базовых фигур Е класса: отработка «лок-степов», «тайм-стэп», «открытый хип-твист» «закрытый хип-твист», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции «Ча-ча-ча»; разучивание фигур D класса: «правый волчок», «турецкое полотенце», «кубинские брейки» в открытой и закрытой позиции; отработка техники исполнения выученных элементов, использование стоп, бедер, коленей, положение корпуса, рук, отработка сокращения сторон и скручивания в корпусе, работа над ритмом и акцентами, выделение счета 1, 3, работа над счетом «и», выпрямление опорного колена и разворота бедер, работа стопы, использование ведение «пуш» и «пул» (надавить, оттянуть), отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Ча-ча-ча» и методические рекомендации см. в Приложении № 10.

Тема 1.3. Разучивание танца «Румба»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание танцевальных фигур D класса: «основное движение», «Нью-Йорк», «рука в руке», «веер» «хоккейная клюшка», «кукарача», «закрытый и открытый хип-твист», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, использование базы танца «Ча-ча-ча», анализ характера движения и ритма танцев «ча-ча-ча» и «Румба», определение похожих и различных элементов исполнения танцевальных фигур, работа над движением бедер, коленей, стоп, положение корпуса, рук, отработка сокращения сторон и скручивания в корпусе. Работа над ритмом и акцентами, при помощи счета 4-1, 2, 3. отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Румба» и методические рекомендации см. в Приложении № 13.

Тема 1.4. Разучивание танца «Джайв»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Джайв».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Повторение базовых фигур Е класса: отработка основного движения на месте и с продвижением. переключенная перемена мест слева на право, «стой и иди»; разучивание фигур D класса: «хлыст с откидыванием», «переключенный хлыст», «цыплячий ход», «муч», «трувей» соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения основного движения, использование стопы, перенос веса, работу коленей и бедер, работа над ритмом и акцентом на счет 4, отработка ведения партнерши при помощи закрытой позиции, использование ведение «пуш» и «пул» (надавить, оттянуть), работа над формированием центральной линии в корпусе, как основы поворотных движений, отработка ритма и музыкальности шага, динамики и активности исполнения, отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Джайв» и методические рекомендации см. в Приложении № 11.

Раздел 2. Изучение базовых фигур Европейской программы класса D

Тема 2.1. Разучивание танца «Медленный вальс»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Медленный вальс».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных танцевальных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Отработка базовых фигур E класса: правого и левого поворота, закрытые перемены, «виск поступательное шассе», «спин поворот», «перемена хазитейшн»; разучивание фигур D класса «локк с поворотом», «импетус поворот» «двойной левый спин», «плетение», «шассе с поворотом» «шассе в променадной позиции», «дрег хазитейшн», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения спусков и подъемов, детальная проработка использования стоп и коленей, на каждый счет, отработка техники «свея» (наклона), динамики движения, работа над балансом в стойке и при движении в различных фигурах, работа в учебной и основной стойке, отработка контакта в паре при движении в основных фигурах, отработка направлений в композиции, (по линии танца).

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Медленный вальс» см. в Приложении № 5.

Тема 2.2. Разучивание танца «Танго»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание танцевальных фигур D класса: «ход», «променадное звено», «карте назад», «форстеп», «левый поворот», соединение выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения основного движения, использование стоп, направлений шага по линии танца, перенос веса, разучивание направлений шагов, распределение веса, отработка ритма исполнения движений, работа в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции, (по линии танца), отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Танго» см. в Приложении № 8.

Тема 2.3. Разучивание танца «Венский вальс»

Беседа о характере, техники исполнения и особенностях танца «Венский вальс».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Разучивание и отработка правый поворот, левый поворот, перемены; отработка техники исполнения правого поворота, использование стоп, направлений шага по линии танца, перенос веса, отработка техники «свея» (наклона), динамики движения, работа над балансом в стойке, отработка положений корпуса, головы, работа над осанкой, работа в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции, (по линии танца), отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Венский вальс» см. в Приложении № 7.

Тема 2.4. Разучивание танца «Квик стэп»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Квик стэп».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка базовых фигур Е класса: отработка «четвертные повороты», «типл шассе», «лок степы», «кросс шассе», «перемена хазитейшн», «спин поворот»; разучивание фигур D класса: «бегущее окончание», «бегущий правый поворот», «перекрученный спин поворот» «локк с поворотом», «телемарк», «импетус поворот»; соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения основных элементов, отработка спусков и подъемов, детальная проработка использования стоп и коленей, на каждый счет, разучивание направлений шагов, распределение веса, отработка ритма исполнения движения, отработка техники «свея» (наклон), динамики движения, отработка музыкального исполнения движения с использованием счета «слоу, слоу, квик, квик, слоу», работа в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции, (по линии танца), отработка направлений движения по кругу (по линии танца). Отработка движения под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Квик стэп» и методические рекомендации см. в Приложении № 6.

Раздел 3. Танцевальное шоу

Тема 3.1. Основы классической хореографии

Беседа об истории возникновения, характере исполнения и особенностях танца.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Обучение проводится личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

Классический экзерсиз у станка Приложение № 15

Тема 3.2. Общая физическая подготовка

Основные этапы занятия: разминка, выполнение физических упражнений.

Упражнения на развитие всех групп мышц: прыжки, приседания, наклоны, поднимание ног, отжимание, скручивание, планка.

Приложение № 16

Тема 3.3 Постановка концертных композиций

Этот раздел включает в себя постановку концертных номеров на основе базовых фигур Латиноамериканской и Европейской программы, а также постановку танцевальных шоу с использованием элементов современной хореографии.

Тема 3.4. Итоговое занятие-конкурс (Приложение № 4)

Исполнение обучающимися базовых фигур D класса: «Медленный вальс», «Танго», «Венский вальс», «Квик стэп», «Самба», «Ча-ча-ча», «Румба», «Джайв». Приглашенные судьи – аттестованные судьи Федерации танцевального спорта Волгоградской области, выставляют баллы и распределяют места за каждый исполненный танец. После подведения итогов определяются победители, призеры и участники. Использование технических средств обучения. Итоговое занятие-конкурс 4 года обучения проводится два раза в год в конце каждого полугодия.

Содержание учебного плана пятого года обучения

Раздел 1. Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы С класса

Тема 1.1. Разучивание танца «Самба»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Самба».

Основные этапы занятия: разминка, (Приложение № 1) отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Отработка базовых фигур E и D класса: отработка «стационарный самба ход» «правый и левый виск», «вольта», «коса», «цыплячий ход»; разучивание фигур C класса: «променадный бег», «локки с продвижением», «крузадо шаги и локи» в теневой позиции, «правый ролл», «открытые роки», «самба локи», соединение всех выученных элементов в композицию разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, использование жесткости центральной линии корпуса, для осуществления ведения в паре, поворотных элементов, работа над ритмом и акцентами, исполнение движений в различных ритмах; Разучивание более сложных элементов, с использованием активного движения корпуса и ведения. Отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, творческие задания по созданию собственных композиций для отработки ведения в паре, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Самба» и методические рекомендации см. в Приложении № 12.

Тема 1.2. Разучивание танца «Ча-ча-ча»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Ча-ча-ча».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка фигур E и D класса: «локстепов», «тайм-стэп», «правый волчок», спиральный открытый и закрытый «хип-твист», «дробленные кубинские брейки» в открытой и закрытой позиции, «возлюбленная», «следуй за лидером», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения выученных элементов, использование стоп, бедер, коленей, положение корпуса, рук, отработка сокращения сторон и скручивания в корпусе, разучивание более сложных элементов, с использованием активного движения корпуса и ведения, дробленного ритма, отработка направлений и ведения в паре, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, творческие задания по созданию собственных композиций для отработки ведения в паре, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Ча-ча-ча» и методические рекомендации см. в Приложении № 10.

Тема 1.3. Разучивание танца «Румба»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Румба».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка базовых фигур D класса: «альтернативное основное движение» «веер», «клюшка», «кукарача»; разучивание фигур C класса: «скользящие дверцы», «лассо», «продолженный круговой хип-твист», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, работа над движением бедер, коленей, стоп, положение корпуса, рук, сокращения сторон и скручивания в корпусе, работа над музыкальностью исполнения

движения, заполнение паузы 4-1, ритмом и акцентами, работа над характером исполнения движений.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, творческие задания по созданию собственных композиций для отработки ведения в паре, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Румба» и методические рекомендации см. в Приложении № 13.

Тема 1.4. Разучивание танца «Джайв»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Джайв».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Отработка фигур E и D класса: основного движения на месте и с продвижением, отработка перекрученная перемена мест слева на право, «стой и иди»; разучивание и отработка «хлыст с откидыванием», «перекрученный хлыст», «цыплячий ход», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения основного движения, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта, с использованием основного акцента на счете 4, отработка направлений и ведения в паре, отработка ритма и музыкальности шага, динамики, активности, энергичности исполнения, работа над созданием яркого художественного образа в исполнении танца, отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, творческие задания по созданию собственных композиций для отработки ведения в паре, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Джайв» и методические рекомендации см. в Приложении № 11.

Тема 1.1. Разучивание танца «Пасадобль»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание базовых фигур C класса: «апель», «на месте», «плащ», «всемир», «шестнадцать», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, использование жесткости центральной линии корпуса, для осуществления ведения в паре, работа над ритмом и акцентами, разучивание новых элементов, с использованием активного движения корпуса и ведения, работа над характером исполнения движений и над созданием яркого художественного образа, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Пасадобль» и методические рекомендации см. в Приложении № 14.

Раздел 2. Изучение базовых фигур Европейской программы класса C.

Тема 2.1. Разучивание танца «Медленный вальс»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Медленный вальс».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Отработка фигур Е и D класса: правого и левого поворота, закрытые перемены, «левый виск, поступательное шассе», «дрег хазитейшн», «плетение» «шассе с поворотом» «шассе в променадной позиции»; разучивание и отработка фигур С класса: «локк с поворотом», «импетус поворот», «крыло», «двойной левый спин»; соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения движений, отработка техники «свея» (наклона), динамики движения, работа над балансом в стойке и при движении в различных фигурах, разучивание новых, более сложных движений, с использованием баланса стойки, жесткости центральной линии в поворотных элементах, работа в учебной и основной стойке, отработка контакта в паре при движении в основных фигурах, отработка направлений в композиции, (по линии танца).

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Медленный вальс» и методические рекомендации см. в Приложении № 5.

Тема 2.2. Разучивание танца «Танго»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Танго».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка фигур D класса: «ход», «променадное звено», «форстеп», «левый поворот»; разучивание фигур С класса: «чейз», «фолевой» «шассе» «быстрый лок назад», «свивл», «слип пивот»; соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники и характера исполнения движений, использование стоп, направлений шага по линии танца, перенос веса, разучивание направлений шагов, распределение веса, отработка ритма исполнения движений, работа над балансом в стойке, отработка положений корпуса, головы, работа над осанкой, работа в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции, (по линии танца), отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Танго» и методические рекомендации см. в Приложении № 8.

Тема 2.2. Разучивание танца «Венский вальс»

Беседа о характере, техники исполнения и особенностях танца «Венский вальс».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка правый поворот, левый поворот, перемены; отработка техники исполнения правого поворота, использование стоп, направлений шага по линии танца, перенос веса, техники «свея» (наклона), динамики движения; отработка элементов на основе приобретенной техники исполнения, отработка направлений движений; работа над балансом в стойке, отработка положений корпуса, головы, работа над осанкой, отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Венский вальс» и методические рекомендации см. в Приложении № 7.

Тема 2.3. Разучивание танца «Квик стэп»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Квик стэп».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка базовых фигур Е и D класса: отработка «четвертные повороты», «типл шассе», «бегущее окончание», «бегущий правый поворот», «телемарк» и «импетус», «румба кросс», «перекрученный спин поворот», «локк с поворотом», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения, разучивание более сложных элементов используя приобретенный опыт исполнения танца, разучивание направлений шагов, распределение веса, отработка ритма исполнения движения, отработка техники «свея», динамики движения, работа в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции, (по линии танца), отработка движения под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Квик стэп» и методические рекомендации см. в Приложении № 6.

Тема 2.4. Разучивание танца «Медленный фокстрот»

Беседа об истории возникновения танца, характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание фигур С класса, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта Европейской программы, с использованием баланса стойки, жесткости центральной линии в поворотных элементах: «шаг перо», «правый и левый поворот», «фолевой», «плетение», «изогнутое перо», «телемарк», «импетус», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения основных элементов, отработка спусков и подъемов, детальная проработка использования стоп и коленей, на каждый счет, отработка техники «свея» (наклона), динамики движения, работа над балансом в стойке и при движении в различных фигурах, отработка музыкальности исполнения движения используя счет 1,2,3,4, работа в учебной и основной стойке, отработка контакта в паре при движении в основных фигурах, отработка направлений в композиции, (по линии танца). Отработка движений под музыку в парах и отдельно.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Медленный фокстрот» и методические рекомендации см. в Приложении № 9.

Раздел 3. Классическая и спортивная подготовка

Тема 3.2. Общая физическая подготовка

Основные этапы занятия: разминка, выполнение физических упражнений.

Упражнения на развитие всех групп мышц: прыжки, приседания, наклоны, поднимание ног, отжимание, скручивание, планка.

Приложение № 16

Тема 3.3. Основы классической хореографии

Беседа об истории возникновения, характере исполнения и особенностях танца.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Обучение проводится личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

Классический экзерсиз у станка Приложение № 15

Тема 3.4. Постановка концертных композиций

Этот раздел включает в себя постановку концертных номеров на основе базовых фигур Латиноамериканской и Европейской программы, а также постановку танцевальных

шоу с использованием элементов классической и современной хореографии для создания яркого художественного образа. Обучающиеся принимают активное участие в создании танцевальных композиций и в воплощении идеи танца.

Тема 3.4. Итоговое занятие-конкурс (Приложение № 4)

Осуществление проектной деятельности при подготовке и проведения мероприятия и участие в конкурсной программе. Исполнение обучающимися базовых фигур С класса: «Медленный вальс», «Танго», «Венский вальс», «Медленный фокстрот», «Квик стэп», «Самба», «Ча-ча-ча», «Румба», «Пасадобль», «Джайв». Приглашенные судьи – аттестованные судьи Федерации танцевального спорта Волгоградской области, выставляют баллы и распределяют места за каждый исполненный танец. После подведения итогов определяются победители, призеры и участники. Использование технических средств обучения. Итоговое занятие-конкурс 5 года обучения проводится два раза в год в конце каждого полугодия.

Содержание учебного плана шестого года обучения

Раздел 1. Изучение базовых фигур Латиноамериканской программы С класса

Тема 1.1. Разучивание танца «Самба»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Самба».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка базовых фигур Е, D, С класса: отработка «стационарный самба ход» «правый и левый виск» «вольта» «крузато шаги и локки»; разучивание и отработка «променадный бег», «пивоты», «ботокада», «кариока ранз» «меренге», «карусель» «аргентинские кроссы» закрытые и открытые «роки» в основном и альтернативном ритме, соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, работа над использованием активного движения корпуса и ведения, дробленного ритма, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе, обобщение приобретенного танцевального опыта, работа над созданием яркого художественного образа

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, творческие задания по созданию собственных композиций для отработки ведения в паре, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Самба» и методические рекомендации см. в Приложении № 12.

Тема 1.2. Разучивание танца «Ча-ча-ча»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Ча-ча-ча».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Отработка фигур Е, D, С класса: «локстепов», «тайм-стэп», «правый волчок», спиральный открытый и закрытый «хип-твист», «возлюбленная» «следуй за лидером», разучивание и отработка «свивлы», «способы смены ног», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, разучивание более сложных элементов, с использованием активного движения корпуса и ведения, дробленного ритма, отработка направлений и ведения в паре, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе, обобщение приобретенного танцевального опыта, работа над созданием яркого художественного образа.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, творческие задания по созданию собственных

композиций для отработки ведения в паре, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Ча-ча-ча» и методические рекомендации см. в Приложении № 10.

Тема 1.3. Разучивание танца «Румба»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Румба».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Отработка базовых фигур D, C класса: «альтернативное основное движение»

Отработка «альтернативное основное движение» «веер» «клюшка», «кукарача», «скользящие дверцы», разучивание и отработка «три тройки», «три алеманы», «левый волчок» и раскручивание, соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта, работа над музыкальностью исполнения движения, ритмом и акцентами, характером исполнения движений, отработка движений под музыку в парах и отдельно

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, творческие задания по созданию собственных композиций для отработки ведения в паре, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Румба» и методические рекомендации см. в Приложении № 13.

Тема 1.4. Разучивание танца «Джайв»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Джайв».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка фигур E, D. C класса: отработка 3 способов основного движения, разучивание и отработка «хлыст спин», «ветряная мельница», «смена мест справа на лево с двойным поворотом», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца: ритма и музыкальности шага, динамики, активности, энергичности исполнения, направлений и ведения в паре, отработка движений под музыку в парах и отдельно, обобщение приобретенного танцевального опыта, работа над созданием яркого художественного образа

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, творческие задания по созданию собственных композиций для отработки ведения в паре, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Джайв» и методические рекомендации см. в Приложении № 11.

Тема 1.5. Разучивание танца «Пасадобль»

Беседа о характере и особенностях исполнения танца «Пасадобль».

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Отработка базовых фигур C класса: «апель», «на месте», «плащ», «всесть», «шестнадцать», разучивание и отработка «твист поворот», «твисты», разучивание и отработка «испанская линия» «дробь фламенко», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения элементов танца, отработка движений под музыку в парах и отдельно, в медленном темпе и основном темпе, использование жесткости центральной линии корпуса, для осуществления

ведения в паре и поворотных фигурах, разучивание новых, более сложных движений, с использованием активного движения корпуса и ведения, работа над ритмом и акцентами, музыкальностью характером исполнения движений и над созданием яркого художественного образа.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Пасадобль» и методические рекомендации см. в Приложении № 14.

Раздел 2. Изучение базовых фигур Европейской программы класса С

Тема 2.1. Разучивание танца «Медленный вальс»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Медленный вальс».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Отработка фигур E, D, C класса: правого и левого поворота, закрытые перемены, «левый виск шассе» «импетус поворот» «правый пивот», «плетение» «левый виск, поступательное шассе», разучивание: «шпилька», «ланч», «трувей», «фоллевой правый поворот», «контр чек»; соединение всех элементов в композицию, разучивание и отработка композиции, отработка техники исполнения движений, динамики движения, работа над балансом в стойке и при движении в различных фигурах, разучивание новых, более сложных движений, используя музыкальный ритм, для выразительного исполнения движений и передачи характера танца, работа в учебной и основной стойке, отработка контакта в паре при движении в основных фигурах, отработка направлений в композиции, (по линии танца)

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Медленный вальс» и методические рекомендации см. в Приложении № 5.

Тема 2.2. Разучивание танца «Танго»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Танго».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных фигур, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Отработка фигур D, C класса: «ход», «променадное звено», «форстеп», «левый поворот», «чейз», «фоллевой», «шассе», «быстрый лок назад», разучивание и отработка «левый фоллевой», «слип пивот», «правый пивот», «двойной променад» соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники и характера исполнения движений, разучивание более сложных элементов используя приобретенный опыт исполнения танцевальных движений, отработка движений под музыку в парах и отдельно, работа над балансом в стойке, отработка положений корпуса, головы, работа над осанкой в учебной и основной стойке, отработка направлений в композиции.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Танго» и методические рекомендации см. в Приложении № 8.

Тема 2.3 Разучивание танца «Венский вальс»

Беседа о характере, техники исполнения и особенностях танца «Венский вальс».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта. (повторение пройденного материала)

Разучивание и отработка правый поворот, левый поворот, перемены назад отработка техники исполнения движения, Отработка движений под музыку в парах и отдельно, обобщение приобретенной техники исполнения, работа над характером движения и исполнительским планом

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Венский вальс» и методические рекомендации см. в Приложении № 7.

Тема 2.4. Разучивание танца «Квик стэп»

Беседа о характере исполнения и особенностях танца «Квик стэп».

Основные этапы занятия: разминка, отработка базовых элементов, разучивание новых более сложных элементов, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта (повторение пройденного материала).

Отработка базовых фигур E, D, C класса: «бегущее окончание», «бегущий правый поворот» открытый «телемарк» и «импетус», «румба кросс», «перекрученный спин поворот», «локк с поворотом», «правая шпилька», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения, отработка движения под музыку в парах и отдельно, обобщение приобретенного танцевального опыта, работа над характером исполнения движений

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Квик стэп» и методические рекомендации см. в Приложении № 6.

Тема 2.5. Разучивание танца «Медленный фокстрот»

Беседа о характере и особенностях исполнения.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Разучивание фигур C класса, на основе приобретенного танцевального исполнительского опыта Европейской программы, с использованием баланса стойки, жесткости центральной линии в поворотных элементах: «шаг перо», «изогнутое перо», «телемарк», «импетус», «фолевей», «плетение», разучивание и отработка «левая волна», соединение всех выученных элементов в композицию, разучивание и отработка композиции; отработка техники исполнения основных элементов, разучивание новых, более сложных движений, с использованием баланса стойки, жесткости центральной линии в поворотных элементах, отработка музыкальности исполнения движения, работа над характером исполнения, созданием художественного образа.

Обучение проводится педагогом в паре, личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

*Описание фигур танца «Медленный фокстрот» и методические рекомендации см. в Приложении № 9.

Раздел 3

Классическая и физическая подготовка

Тема 3.2. Общая физическая подготовка

Основные этапы занятия: разминка, выполнение физических упражнений.

Упражнения на развитие всех групп мышц: прыжки, приседания, наклоны, поднимание ног, отжимание, скручивание, планка.

Приложение № 16

Тема 3.3. Основы классической хореографии

Беседа об истории возникновения, характере исполнения и особенностях танца.

Основные этапы занятия: разминка, разучивание танцевальных элементов.

Обучение проводится личным показом, примером, используются приемы рефлексии, беседы, технические средства обучения (видео демонстрации).

Классический экзерсиз у станка Приложение № 15

Тема 3.4 Постановка концертных композиций

Этот раздел включает в себя постановку концертных номеров на основе базовых фигур Латиноамериканской и Европейской программы, а также постановку танцевальных шоу с использованием элементов других танцевальных направлений для создания яркого художественного образа.

Тема 3.4. Итоговое занятие-конкурс (Приложение № 4)

Осуществление проектной деятельности при подготовке и проведения мероприятия и участие в конкурсной программе. Исполнение учащимися базовых фигур С класса: «Медленный вальс», «Танго», «Венский вальс», «Медленный фокстрот», «Квик стэп», «Самба», «Ча-ча-ча», «Румба», «Пасадобль», «Джайв». Приглашенные судьи – аттестованные судьи Федерации танцевального спорта Волгоградской области, выставляют баллы и распределяют места за каждый исполненный танец. После подведения итогов определяются победители, призеры и участники. Использование технических средств обучения. Итоговое занятие-конкурс 6 года обучения проводится два раза в год в конце каждого полугодия.

1.4 Планируемые результаты

– Требования к знаниям и умениям, которые должен приобрести учащийся в процессе занятий по программе:

учащийся должен знать:

По окончании первого года обучения – основные элементы танцев Европейской и Латиноамериканской программы «Ча-ча-ча», «Джайв» «Медленный вальс» в соответствии с начальным уровнем подготовки танцоров, базовые фигуры современной хореографии «Полька», «Улыбка».

По окончании второго года обучения – основные элементы танцев Европейской и Латиноамериканской программы «Ча-ча-ча», «Джайв» «Медленный вальс» «Квик стэп» в соответствии с начальным уровнем подготовки танцоров, основы современной хореографии «Куклы» и др.

По окончании третьего года обучения – базовые фигуры танцев Европейской и Латиноамериканской программы «Самба», «Ча-ча-ча», «Джайв», «Медленный вальс», «Венский вальс», «Квик стэп» в соответствии с уровнем мастерства танцоров Е класса, основы танцевальных направлений: хип-хоп, современной хореографии.

По окончании четвертого года обучения – базовые фигуры танцев Европейской и Латиноамериканской программы «Самба», «Ча-ча-ча», «Румба», «Джайв», «Медленный вальс», «Танго», «Венский вальс», «Квик стэп» в соответствии с уровнем мастерства танцоров D класса, основы танцевальных направлений: сальса, Belly-dance и др.

По окончании пятого года обучения – основные фигуры танцев Европейской и Латиноамериканской программы «Самба», «Ча-ча-ча», «Румба», «Пасадобль», «Джайв», «Медленный вальс», «Танго», «Венский вальс», «Медленный фокстрот», «Квик стэп» в соответствии с уровнем мастерства танцоров С класса, основы других танцевальных направлений: Аргентинское танго, джаз, и др.

По окончании шестого года обучения – все основные фигуры в соответствии с уровнем мастерства танцоров С класса танцев Европейской и Латиноамериканской программы «Самба», «Ча-ча-ча», «Румба», «Пасадобль», «Джайв», «Медленный вальс», «Танго», «Венский вальс», «Медленный фокстрот», «Квик стэп», выразительные средства других танцевальных направлений.

учащийся должен уметь:

По окончании первого года обучения – правильно исполнять основные элементы танцев, исполнять несложные танцевальные композиции с использованием базовых фигур.

По окончании второго года обучения – исполнять несложные композиции с большим арсеналом базовых фигур, осознавать характер исполнения танцевальных движений.

По окончании третьего года обучения – исполнять композиции средней сложности, используя базовые фигуры Е класса и базовые фигуры современной хореографии, осознавать характер исполнения танцевальных движений.

По окончании четвертого года обучения – исполнять композиции уровня сложности D класса, несложные иметь представление и классической и современной хореографии, иметь хорошую физическую подготовку, исполнять характерные особенности различных танцев.

По окончании пятого года обучения – исполнять в композиции базовые фигуры уровня сложности C класса исполнять характерные особенности различных танцев, иметь хорошую физическую подготовку, уметь самостоятельно создавать простые вариации на основе базовой хореографии.

По окончании шестого года обучения – исполнять в композиции все базовые фигуры уровня сложности C класса, а также композиции высокой степени сложности со всем арсеналом средств художественной выразительности и характерных особенностей, уметь самостоятельно создавать простые вариации на основе базовой хореографии, иметь физическую подготовку высокого уровня.

учащийся сможет решать следующие жизненно-практические задачи:

По окончании первого года обучения - посредством парного и ансамблевого исполнения танцевальных композиций знакомиться, дружить, участвовать в коллективном творческом процессе.

По окончании второго года обучения - посредством парного и ансамблевого исполнения танцевальных композиций участвовать в коллективном творческом процессе, приобщаться к социальной среде.

По окончании третьего года обучения - принимать участие во всех мероприятиях общественной значимости, проявлять взаимовыручку и оказывать поддержку сверстникам и взрослым.

По окончании четвертого года обучения - проявлять интерес к участию в культурной и общественной жизни района, города посредством участия в мероприятиях социальной значимости.

По окончании пятого года обучения - принимать участие в организации и проведении мероприятий.

По окончании шестого года обучения – принимать участие в процессе обучения базовым элементам младших и средних групп коллектива.

учащийся способен проявлять следующие отношения:

По окончании первого года обучения - дружить со сверстниками, отдавать предпочтение тем или иным танцам, проявлять интерес к новым танцевальным направлениям и движениям

По окончании второго года обучения - любить и ценить танцевальное искусство.

По окончании третьего года обучения - стремиться к новым знаниям в области танцевального искусства.

По окончании четвертого года обучения - отдавать предпочтение тому или иному виду танцевальной творческой деятельности.

По окончании пятого года обучения - проявлять интерес к творческой деятельности, как любительской, так и профессиональной.

По окончании шестого года обучения - проявлять заинтересованность в процессе обучения младших и средних групп.

Компетенции и личностные качества, которые могут быть сформированы и развиты у учащихся в результате занятий по программе:

- 1. Ценностно - смысловые компетенции** – умение выбирать целевые смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения.
- 2. Общекультурные компетенции** – познание духовно-нравственных основ и особенностей танцевального искусства.
- 3. Коммуникативные компетенции** – овладение способами взаимодействия с окружающими сверстниками и взрослыми, навыками работы в группе, коллективе. Умение понимать эмоциональное состояние окружающих, приходить к общему решению, вести диалог.
- 4. Информационные компетенции** – умение получать информацию, используя различные источники (ТВ, ИКТ), умение задавать вопросы, искать на них ответы.
- 5. Компетенции личностного самосовершенствования** – умение конструктивно оценивать результаты собственной деятельности, контролировать собственные эмоции и создавать внутреннюю мотивацию для преодоления трудностей.

Личностные, метапредметные и предметные результаты, которые приобретет учащийся по итогам освоения программы:

Личностные результаты:

- интерес к систематическим занятиям спортивными танцами;
- толерантное отношение к особенностям других культур;
- уважительное отношение к взрослым и сверстникам, сопереживание, сочувствие, умение радоваться успехам других учащихся;
- настойчивость в достижении результата;
- бережное отношение к собственному здоровью и вещам;
- дисциплина в соблюдении распорядка дня.

Метапредметные результаты:

- умение четко выполнять поставленную задачу;
- умение контролировать собственные эмоции, создание внутренней мотивации и позитивного настроения;

Предметные результаты:

- знание и умения исполнять в композиции все базовые фигуры уровня сложности С класса, а также композиции высокой степени сложности других танцевальных направлений со всем арсеналом средств художественной выразительности и характерных особенностей.

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

2.1 Календарный учебный график

(прилагается)

2.2 Условия реализации программы

- Материально-техническое обеспечение

Организационные условия: наличие светлого и просторного танцевального зала, оснащенного зеркалами и паркетным полом 10х15; видеотека образовательных, обучающих программ, конкурсов и концертов профессиональных исполнителей и собственных выступлений обучающихся; видео-проигрыватель с монитором для видеодемонстрации; аудио-проигрыватель, для воспроизведения аудиозаписей; музыкальные сборники на аудио и МРЗ носителях танцевальных композиций для проведения разминки, игр и процесса обучения танцевальным фигурам; танцевальная обувь на кожаной или замшевой подошве для лучшего сцепления с паркетом; специальная форма: мальчики брюки и футболки, девочки купальник с юбочкой чуть выше колена; костюмы для концертных и конкурсных выступлений, стеллаж для литературы.

Для реализации дополнительной общеразвивающей программы «Танцевальная жизнь» используется учебно-методический комплекс. В учебно-методическом комплексе (далее – УМК) учтены возрастные особенности учащихся и специфика системы дополнительного образования детей.

- Информационное обеспечение

Согласно авторской дополнительной общеразвивающей программе «Танцевальная жизнь» в учебно-методический комплекс включены:

1. Библиотека: нормативные документы; Правила ФТСАРР о допустимых фигур европейской и латиноамериканской программы, Правила о допустимых классах мастерства и возрастных категориях, Правила о спортивном костюме для выступления на спортивных мероприятиях, методическая литература; книги, журналы по спортивным танцам; литература для обучающихся и их родителей; иллюстрированные энциклопедии, справочники, словари.

2. Аудиовизуальные средства: DVD фильмы: «Танцуют дети», «Хореография для младших классов» Европейские танцы Виктор Секистов, «Техника Латины» Славик Крикливый, Карина Смирнофф, «Ритм корпуса в Латине» Майкл Малитовский, Джоанна Люнис, «Весь этот джаз», видеотека фестивалей супер звезд Латиноамериканской и Европейской программы 2010-2018 гг.; Видеотека международных соревнований и чемпионатов мира, библиотека звукозаписей музыкальных произведений.

3. Методическая продукция: разработки открытых занятий, конкурсов, игр, выступления из опыта работы; сценарии мероприятий; портфолио педагога и учащихся кружка.

Интернет – ресурсы (перечень указан в разделе «Список литературы»).

- Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования имеет высшее педагогическое образование, осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии с дополнительной общеразвивающей программой, развивает их разнообразную концертную и конкурсную деятельность в сфере танцевального искусства. Комплектует состав учащихся детского объединения и принимает меры по сохранению контингента учащихся в течение срока обучения. Обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов работы (обучения) исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы. Проводит учебные занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической наук и сфере танцевального творчества.

2.3 Формы аттестации

- Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

грамота, стартовая книжка спортсмена, участвующего в мероприятиях по массовому спорту (Н класс) стартовая книжка спортсмена, участвующего в мероприятиях спорта высших достижений, интернет ресурсы базы данных спортсменов высших достижений, фиксирующих результаты участия в конкурсах по спортивным танцам, диплом, журнал посещаемости, фото, отзыв детей и родителей, и др.

- Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

Областные и российские конкурсы и турниры по спортивным танцам, открытое занятие, выступление на концертных мероприятиях на площадках района и города, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю и др.

2.4 Оценочные материалы

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы может быть в форме:

занятие - беседа (обсуждение достигнутого результата исполнения той или иной композиции);

занятие – конкурс (участие в областных и региональных турнирах по спортивным танцам)

итоговое занятие (открытое занятие, с приглашением родителей и гостей, подведение итогов освоения программы)

2.5 Методические материалы

–**особенности организации образовательного процесса**– очно.

–**методы обучения** (словесный, наглядный практический; объяснительный, репродуктивный, игровой, дискуссионный и др.) и **воспитания** (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);

–**формы организации учебного занятия**

- *по количеству детей, участвующих в занятии:* общее занятие (занятие со всеми участниками группы соответствующего года обучения), малые группы (3-6 человек, участвующих в танцевальной композиции), индивидуальные занятия (занятия с одной танцевальной парой);
- *по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей:*
 - *занятие – отработка* (разучивание и повторение танцевальных элементов путем собственного показа педагога и самостоятельное исполнение учащихся);
 - *занятие – беседа* (показ учащимися танцевальных элементов или целых композиций с последующим обсуждением и выявлением положительных и отрицательных компонентов исполнения);
 - *занятие – постановка* (создание концертных номеров, отработка мизансцены и эмоционального содержания);
 - *практическая деятельность* (концертная деятельность, выступления на конкурсах, фестивалях и др. мероприятиях);
 - *выездное занятие* (посещение конкурсов, концертов, фестивалей по различным танцевальным направлениям);
 - *самостоятельная работа учащихся* (чтение дополнительной литературы, просмотр видеоматериала, «придумывание» собственного танца);
- *по дидактической цели:*
 - *вводное занятие* – введение в тему, знакомство с танцевальными элементами того или иного направления;
 - *практические занятия* – отработка материала, совершенствование техники исполнения танцевальных элементов;
 - *занятие по обобщению знаний* – занятие – «прогон» (исполнение всех выученных танцев).
 - *занятие по контролю знаний* - занятие-концерт, занятие-конкурс (с приглашением родителей учащимися, педагогов, зрителей).
 - *комбинированное занятие* - включает в себя передачу теоретических сведений, практическую работу (разучивание и отработка танцевальных элементов), просмотр видеоматериала, игровую деятельность;

–**педагогические технологии**

Приоритетными педагогическими технологиями, благодаря которым реализуется программа, являются:

- технология здоровьесбережения;
- игровые технологии;
- технология создания ситуации свободного выбора, осуществляемого ребёнком на основе нравственных ценностей.

- технология социального самоопределения и духовного развития детей;

–**алгоритм учебного занятия** Особенностью данной образовательной программы является выделение основных этапов занятий:

Физическая разминка – гимнастика, направленная на развитие чувства ритма, музыкальности, на активизацию мышечной деятельности и подготовку к основному процессу обучения, активизацию моторики и внимания.

Освоение материала – показ педагога, повторение изученного материала, беседа о новых направлениях, анализ техники исполнения.

Собственное исполнение – показ учащихся, анализ положительных и отрицательных аспектов в исполнении.

Обучающие игры – игры («Зеркало», «Обратное зеркало») оптимизируют процесс обучения, и позволяют в непринужденной атмосфере достигнуть положительного результата.

Музыкальные развивающие игры – «Раз, два, три – замри» «Изобрази музыку» направлены на развитие чувства ритма и музыкальности, психологическое раскрепощение, развитие самоконтроля мышц и тела, способности самовыражения в коллективе.

Просмотр видеоматериалов – предполагает просмотр конкурсов и танцевальных шоу с выступлением профессиональных исполнителей, а также обучающие видеоматериалы с исполнением базовой техники и танцевальных композиций соответствующего класса танцоров.

Дидактические материалы – методические рекомендации с описанием фигур танца, изучаемого по программе, даны в приложениях в УМК к программе.

3. Список литературы

Основная литература:

1. «Азбука танцев»/ авт.-сост. Е.В. Диниц, Е.А. Ермаков. О.В. Иванникова, - М.: ООО «Издательство АСТ»; Донецк «Сталкер» 2004. – 286с.
2. Германов В.Г. Танцевальный словарь. – Уфа, Издательский дом «АСТА», 2009. – 450с.
3. Говард Гай «Техника европейских танцев»_Перевод на русский язык: А. Белгородский (ISTD Associate). – Артис, 2003. – 256с.
4. Лазрд Уолтер «Техника Латиноамериканских танцев» часть 1. Румба и Самба, Перевод на русский язык: А. Белгородский. –Артис, 2003. – 180с.
5. Лэрд Уолтер «Техника Латиноамериканских танцев» часть 2. Пасадобль, Ча-Ча-Ча, Джайв. Перевод на русский язык: А. Белгородский. – Артис, 2003. – 244с.
6. Мур А. «Бальные танцы»// пер. с английского С.Ю. Бардиной. М.: ООО «Издательство АСТ»; ООО «Издательство Астрель», 2004. – 319с.
7. Мур А. «Пересмотренная техника европейских танцев» // пер. с английского и редакция Ю. Пина. – Санкт-Петербург, 1993.
8. Смит-Хемпшир Г. «Венский вальс. Как воспитать чемпиона» – Артис, 2000. – 288с.
9. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом. – Санкт-Петербург: ООО «Синус Пи», 2006. – 136с.

Дополнительная литература:

1. Никитин В. Ю. МОДЕРН-ДЖАЗ ТАНЕЦ История. Методика. Практика. Текст предоставлен «Виртуальным Артистическим Клубом» Владимира Малюгина (Театральный web-узел «Тип сцены» (<http://artclub.sarbc.ru>))
2. Рубштейн Н. «Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор. Пара». – М.: Кручинин Л.Ю., 2007. – 195с.
3. Рубштейн Н. «Что нужно знать, чтобы стать первым. Тренер». – М.: Кручинин Л.Ю. 2007. – 160с.
4. Кошелев С.Н. «Биомеханика спортивного танца». – Артис. 2006. – 62с.
5. Плетнев Л. «С реверансом...». – М.: Маренго Интернэйшнл Принт, 2001. – 394с.

Интернет ресурсы:

<https://fdsarr.ru/dance/> (Официальный сайт Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла) информация о конкурсах, нормативным документам, база данных спортсменов)

<http://www.ftsvo.ru/> (Официальный сайт федерации танцевального спорта Волгоградской области, информация о турнирах, проводимых федерацией, клубы, президиум)

<http://www.ballroom.ru/> сайт информации по клубам и спортсменам России, участия в турнирах, рейтинги

<http://dancesport.ru/> сайт информации и новостей по спортивным танцам

<http://www.profidance.ru> (Волгоградский сайт по современным танцевальным направлениям и спортивным танцам

https://vk.com/horeograf_club Хореографу в помощь (Сайт для тренеров и руководителей танцевальных коллективов)

<https://vk.com/clubsirius11> Сайт о работе объединения, содержащий информацию об участии коллектива в мероприятиях, конкурсах, концертах, фестивалях, семинарах и мастер-классах.