

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 1 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА

РАССМОТРЕНО

На заседании методического объединения учителей

Протокол № 1 от « 26 » 08 2022

Руководитель МО

Коро / Коробенко М.Ю  
Подпись / Расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

« 29 » 08 2022

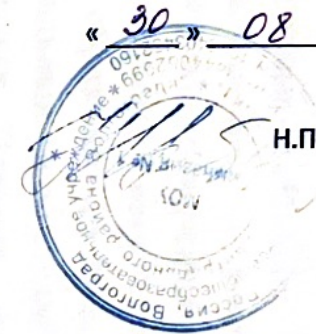
Подпись

Гороховская И.Ф  
Расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

Директор гимназии

« 30 » 08 2022



Н.П. Цыбанёв

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

« Школа таланта »  
(название курса)

курса внеурочной деятельности

\_\_\_\_\_ класс

\_\_\_\_\_ уровень

Составитель рабочей программы Жидов А.В

2022 / 2023 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Школы танца» составлена в соответствии с законодательными и нормативными актами, действующим в системе дополнительного образования детей:

(- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

- Федеральный закон Российской Федерации от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 г. №28.

**Направленность (профиль) программы «Школа танца» - художественная.** Программа по функциональному предназначению – *досуговая*; по форме организации – *групповая*; по времени реализации – *четырёх летняя*.

**Новизна программы «Школы танца»** заключается в том, что расширенно изучается репертуар в который входят отечественные балльные танцы, построенные на национальном материале и современных ритмах, спортивные балльные танцы: европейские и латиноамериканские. Танцевальный материал даётся в упражнениях, движениях включающих элементы классического, историко-бытового и современного танца.

**Актуальность программы** состоит в том, что перед учреждениями, реализующими программы дополнительного образования детей, стоит задача по всестороннему удовлетворению потребностей государства, общества и граждан за рамками общего среднего образования. Программа по изучению балльных танцев дополняет и расширяет сферу дополнительных образовательных услуг.

Программа способствует всестороннему раскрытию и реализации природного творческого потенциала личности, социально значимого проявления индивидуальности каждого в условиях коллектива, социума.

Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого учащегося, который будет пронизывать самые разнообразные образовательные области. В настоящее время содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ориентировано на:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в художественно-эстетическом, нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, воспитания учащихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, творческого труда учащихся;
- социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся.

Одним из главных результатов занятий должны стать легкость и уверенность ребят при общении с окружающими их людьми.

**Отличительные особенности программы** состоят в том, что в отличие от существующих программ по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождается высоко технически исполненной композицией, в данной программе на первое место ставится именно образная сторона детского и духовная сторона танца. Программа направлена на личностно-ориентированное обучение, учтены психолого-педагогические требования, направленные на развитие творческих способностей ребенка в области познания искусства танца. Предложенная программа поможет успешно проводить работу по формированию у детей красивой осанки, свободы и пластики движений. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придадут движениям детей эмоциональную окраску, влияя на разнообразие и выразительность жестов.

Занятия по программе – это получение знаний и навыков в непринуждённой обстановке, перенапряжение и утомляемость снимается за счёт переключения на разнообразные виды деятельности в ходе урока. Проводя танцевальные занятия, необходимо учитывать желания детей, их физические возможности. Такие занятия должны приносить детям радость, пробуждать в них желание общаться с музыкой, развивать творческие способности.

Планируя занятия, необходимо учитывать анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста, их индивидуальность, специфику детского восприятия музыки.

**Адресат программы** – учащиеся 7-12 лет.

**Возрастные особенности детей:**

- распределение ролей в игровой деятельности

структурирование игрового пространства

– анализ сложных форм объектов

– развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь.

Воспитанники в возрасте 7-12 лет располагают значительными резервами развития. Их выявление и эффективное использование – одна из главных задач. В этом возрасте закрепляются и развиваются основные характеристики познавательных процессов: восприятие, внимание, память, воображение, мышление, речь. Комплексный подход к особенностям психофизического развития данной возрастной категории: высокому уровню активности, повышенной работоспособности, быстрой утомляемости, предусматривает частую смену деятельности с использованием элементов импровизации, созданием ситуации игры.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Также отличительной чертой данной программы является то, что, представленная программа позволяет наиболее эффективно организовать учебный процесс в соответствии с требованиями, предъявляемыми современной педагогикой. С одной стороны, она способствует подъему хореографической культуры и отвечать запросам самых широких и различных слоёв общества и различных социальных групп.

**Объем и срок освоения программы.**

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы:

**1 год обучения** – 144 часа

**2 год обучения** – 216 часов

**3 год обучения** – 216 часов

**4 год обучения** – 216 часов

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.**

**Стартовый уровень**

– 1 год обучения – дети 7 лет, 2 раза в неделю 2 занятия по 45 мин.

**Базовый уровень**

– 2 год обучения – дети 8-9 лет, 3 раза в неделю 2 занятия по 45 мин.

– 3 год обучения – дети 9-10 лет, 3 раза в неделю 2 занятия по 45 мин.

– 4 год обучения – дети 10-11 лет, 3 раза в неделю 2 занятия по 45 мин.

**Цель и задачи программы:**

**Цель программы** – Создание благоприятных условий для приобщения к богатству танцевальной культуры, развитие индивидуальных и творческих способностей детей.

**Задачи:**

**Личностные:**

- сформировать представление о специфике разнообразных жанров танцевального искусства.
- развить индивидуальные способности к межличностному взаимодействию в танцевальном коллективе.

**Метапредметные**

- развить устойчивый интерес к изучению различных областей хореографического искусства.

**Предметные:**

- сформировать навыки самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры,
- развить навыки самостоятельной творческой деятельности.

**Стартовый уровень**

**Цель:**

Формирование духовно-нравственной личности ребенка средствами хореографического искусства, на основе традиционных ценностей отечественной культуры.

**Задачи:**

- Развить ловкость, координацию движений, научить удерживать равновесие, перешагивать через небольшие преграды.
- Научить взаимодействию со сверстниками, которая характеризуются избирательностью, выражается в предпочтении одних детей другим.
- Активировать стремление к конкурентности, соревновательности.

**Базовый уровень**

**Цель:**

Способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством хореографии.

**Задачи:**

- Ознакомить детей с различными направлениями хореографического искусства;
- Развить коммуникативные способности;
- Выявить и развить природные задатки и способности детей, способствующие успеху в освоении танцевальной культуры;
- Активизировать образное мышление и эмоциональную сферу ребёнка.

## Этапы реализации программы

### **1 этап:**

- знакомство с хореографическими терминами, простейшими движениями, основными позициями рук и ног;
- обучение упражнениям для всех групп мышц (разминка), а также комплексам, вырабатывающим плавность и свободу движений; работа с образами;
- партерная гимнастика (упражнения на гибкость и растяжку);
- обучение базовым элементам джаза, аэробики;

### **2 этап:** разучивание танцевальных движений;

### **3 этап:** составление и разучивание танцевальных композиций;

### **4 этап:** подготовка концертных и конкурсных номеров.

#### **Каждое занятие состоит из следующих частей:**

- разминка;
- партерная гимнастика;
- показ и разучивание новых танцевальных движений;
- практическая отработка уже разученных элементов и танцев.

Результатом занятий становится составление танцевальных композиций и самостоятельное исполнение танца учащимися.

Теория излагается по ходу практических занятий во избежание нервных перегрузок воспитанников.

В период подготовки конкурсного или концертного номера, помимо групповых, проводятся также индивидуальные занятия с обучающимися.

Для занятий у детей должна быть форма, которая не стесняла бы их движений и отвечала бы эстетическим требованиям. Для девочек: юбки выше колена (только не джинсовые), красивые блузочки, купальники или футболки, балетные тапочки или чешки (на начальном этапе), а в последствии приобретаются специальные танцевальные туфли, белые носки, волосы должны быть убраны в пучок. Для мальчиков: брюки, шорты до колен, светлые футболки или рубашки, балетные тапочки или чешки (на начальном этапе), а в последствии приобретается специальная танцевальная обувь.

Входного контроля как такового не осуществляется. К занятиям допускаются дети любого возраста и любой комплекции. Главным критерием служит желание детей заниматься спортивными балльными танцами.

Текущий контроль осуществляется в ходе открытых уроков в присутствии родителей и соревнований (конкурсов).

**Итоговый контроль** проводится по итогам прохождения курсов обучения (по годам), в виде концертов и праздников, проводимых этим объединением.

**Ожидаемый результат:**

**К концу первого года обучения дети должны:**

- сформировать стойкий интерес к танцевальному искусству;
- овладеть выразительным языком жестов, основами актёрского мастерства, навыками профессионального исполнения танцевальных движений и спортивных элементов;
- четко представлять, что такое спортивные балльные танцы, сколько программ, сколько танцев составляют спортивные балльные танцы.
- легко ориентироваться в пространстве, свободно перестраиваться из линии в колонны, из колонны в круг, знать как проходит линия танца и т.д.;
- правильно распределять свои силы и дыхание во время разминки, овладеют основными приемами, позволяющими полностью разогреть мышцы тела, для подготовки к основной части занятия;
- самостоятельно исполнять выученные танцевальные элементы.

**К концу второго года обучения дети должны:**

- добиться хорошей выворотности суставов, развить мышцы спины, сделать ее гибкой; с учетом индивидуальных особенностей и природных данных каждого ребенка, воспитанники смогут растянуть мышцы ног для выполнения любого шпагата (партерная гимнастика);
- правильно и легко исполнять начальные элементы джаза, аэробики;
- самостоятельно исполнять танцевальные композиции (синхронно, эмоционально и т.д.);
- не бояться выступлений на большой сцене перед зрителями.

**К концу третьего года обучения дети должны:**

- уметь правильно координировать движения рук и ног;
- правильно, музыкально (с разной интерпретацией ритмов музыки) выполнять танцевальные хореографии.

**К концу четвертого года обучения дети должны:**

- самостоятельно, ответственно отрабатывать свои танцевальные программы.
- четко передавать характер каждого танца
- выполнять все сложно-координированные, джазовые, классические, сложные композиции и элементы, с основным музыкальным сопровождением.

Хорошей проверкой результативности обучения является самостоятельное исполнение воспитанниками танцевальных номеров без помощи учителя, различные конкурсы и концерты.

Результатом деятельности педагога по спортивным бальным танцам является опыт успешного участия детей в различных праздниках и конкурсах, который в дальнейшем помогает им в самореализации и адаптации в обществе.

Станет ли этот курс основой профессиональной ориентации, покажет время. Важно, что в процессе занятий спортивными бальными танцами у ребят развиваются творческие способности, целеустремленность, стремление к самосовершенствованию и дальнейшей самореализации.

### Формы подведения итогов

Итоги образовательного процесса подводятся в конце каждого года.

Наиболее приемлемой и показательной формой подведения итогов обучения детей по программе «Школа танца» является их участие в открытых уроках, конкурсных и концертных мероприятиях.

## **1.1. Содержание программы.**

### **Учебный план 1 года обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Введение в танец, правила хорошего тона.</b>	4	2	1	педагогическое наблюдение
2.	<b>Азбука музыкального движения</b>	30	5	25	Опрос, открытое занятие
2.1	Ритмика.	15	1	14	открытое занятие
2.2	Партерная гимнастика.	15	-	15	открытое занятие
3.	<b>Элементы классического танца.</b>	20	2	18	открытое занятие
3.1	Упражнения у палки.	8	1	7	открытое занятие, видеозапись
3.2	Упражнения на середине зала	8	1	7	открытое занятие
3.3	Закрепление упражнений	4	-	4	открытое занятие
4	<b>Элементы народного танца.</b>	15	2	13	открытое занятие, опрос
4.1	Русский танец	10	1	9	открытое занятие видеозапись



4.2	Немецкий танец	5	1	4	открытое занятие видеозапись
5.	Элементы спортивного бального танца.	30	2	28	открытое занятие, опрос, мини-конкурс
5.1	Латиноамериканская программа танцев	15	1	14	Опрос, мини- конкурс
5.2	Европейская программа танцев	15	1	14	Опрос, мини- конкурс
6.	Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц.	20		20	Педагогическое наблюдение
7.	Репертуар	25			открытое занятие, видеозап ись
7.1	Постановка танцев.	10		10	открытое занятие
7.2	Репетиции	15		15	педагогическое наблюдение
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>20</b>	<b>124</b>	

Учебный план 1 года обучения

### Содержание учебного плана 1 года обучения.

#### 1. Введение в танец, правила хорошего тона.

**Теория:** Беседа "О взаимоотношениях в коллективе (правила поведения)".

Беседа "О внешнем виде и манерах поведения".

**Практика:** Разучивание поклонов. Приглашение к танцу.

#### 2. Азбука музыкального движения.

**Теория:** Элементы музыкальной грамоты. Характер музыки – весёлая, грустная, спокойная; темп – медленный, умеренный, быстрый. Строение музыкальной речи (предложение, музыкальная фраза). Длительности – половинные, четверти, восьмые.

**Практика. Ритмика:** Движения в характере и темпе музыки. Коллективно-порядковые упражнения. Передача в движении изменения темпа. Танцевальные шаги в образе лисы, журавля, кошки, медведя.

**Партерная гимнастика:** Постановка тренировочный комплекс для развития подъема стопы (в положениях «выворотно» и «не выворотно»); тренировочный комплекс для развития выворотности стопы на основе 1 и 2 позиций, а также на полупальцах;

- упражнение на растяжку мышц ног («Велосипед», сначала ноги врозь, потом ноги вместе, «Складочка»)

- упражнение для укрепления мышц спины «Самолетики» (подъем туловища в положении лежа с вытянутыми руками);

развитие гибкости спины: «Рыбка», «Колечко» (прогиб выполняется в положении стоя на коленях), «Мостик» (сначала из положения лежа, затем – из положения стоя);

- «Бабочка», «Лягушка» (развитие выворотности бедра);
- махи ногами из положения стоя и из положения лежа;
- шпагат (левый шпагат, правый шпагат, поперечный шпагат).

### 3. Элементы классического танца.

**Теория:** Классический танец – как основа хореографии. Постановка корпуса, ног, рук, правила азбуки классического танца.

**Практика:** Позиции ног 1, 2, 3, 6-я. Положение и позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3-я Demi-plie по 1, 2, 3 позициям. Grand-plie по 1, 2 позициям. Bettment tendu simple по 1 и 3 позициям. Тоже с demi-plie по 1, 3. "Пор де бра" (упражнения для рук) по 1, 2, 3, подготовительной позициям.

### 4. Элементы народного танца.

**Теория:** Ознакомление с музыкой и манерой исполнения русских танцев.

**Практика:** Вытягивание ноги вперед и в сторону с переводом с носка на каблук. Удары стопой по 6-й и 3-й позициям, тройной притоп. Разучивание ритмичных шагов с носка, пятки, шаг с ударом, тройной ход. Положение рук в парном танце: за одну руку, накрест, за две руки.

### 5. Элементы бального танца (спортивного танца).

**Теория:** Ознакомление с основными позициями в бальных танцах.

Характер массового танца, необходимость слаженности движений, ритмическая точность.

**Практика:** Постановка корпуса для исполнения европейской и латиноамериканской программы танцев, перенос веса тела на пятки, на носок, на центр стопы. Боковые движения с внутренней части стопы. «Удары» бедра вправо, влево. Боковые шаги, шаги вперед, назад с движением бедра.

## 6. Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп

мышц, пластики, координации, динамики.

Сгибательно-разгибательные и вращательно-круговые движения рук, ног, корпуса и головы от простых к более сложным. Различные комбинации прыжков. Упражнения на растяжку ног и спины.

## 7. Репертуар.

**Теория:** Особенности спортивных бальных танцев. Отличие конкурсного танца от ансамблевого исполнения. Разнообразие ритмов. Красота, грация, музыкальность и выразительность исполнения.

**"ВАРУ-ВАРУ"** – парный, построен на боковом ходе в сторону и с поворотом, отведении ноги вперед на носок, в сторону на каблук, хлопках в ладоши.

**"ПОЛЬКА"** – парный, построен на па польки, подскоках с поворотом и без, притопах, галопе, сольных полуповоротах.

**"КАЗАЧОК"** – парный, построен на ритмичных хлопках в ладоши, прогрессивных шагах вперед, назад, в сторону, плие, припаданиях, прыжках типа "ножницы".

**"СУДАРУШКА"** – парный, построен на тройном ходе с ударом, боковых шагах, шаге-каблук, "свеча" (положение рук).

**"ЧА-ЧА-ЧА"** – Начало изучения. Основное движение, "чек", "рука в руке", повороты на месте, плечо к плечу.

**"ДЖАЙВ"** – Начало изучения. Основное движение на месте, смена места справа налево, смена места слева направо, "стоп-энд-гоу" ("стой и иди").

**"МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС"** – Начало изучения. Основной ход вперед, назад, баланс в сторону, правый (левый) квадрат, правый (левый) поворот, (закрытая перемена).

**"КВИКСТЕП"** – "четвертной поворот", "лок-степ", "кросс-шассе".

**Требования:** Иметь навыки общения в танце – вежливость, доброжелательность. Мальчику уметь приглашать на танец, девочке уметь отвечать на приглашение. Уметь держать правильную осанку при исполнении танцевальных движений. Свободно ориентироваться в зале, знать основные позиции рук (ног), знать направления шагов изученных танцев. Уметь строить линию, колонну, круг. Знать о ведущей роли мальчика и его месте в танце.

### Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Введение в танец, правила хорошего тона.</b>	2	2		<b>Беседа, опрос</b>
2.	<b>Азбука музыкального движения</b>	20	2	18	<b>Опрос, открытое занятие</b>
2.1	Ритмика.	10	1	9	открытое занятие
2.2	Партерная гимнастика.	10	1	9	открытое занятие
3.	<b>Элементы классического танца.</b>	30	2	28	<b>открытое занятие</b>
3.1	Упражнения у палки.	10	1	9	открытое занятие, видеозапись
3.2	Упражнения на середине зала	10	1	9	открытое занятие
3.3	Закрепление упражнений	10	-	10	открытое занятие
4	<b>Элементы народного танца.</b>	10	2	13	<b>открытое занятие, опрос</b>
4.1	Русский танец	10	1	9	открытое занятие, видеозапись
4.2	Немецкий танец	5	1	4	открытое занятие, видеозапись
5.	<b>Элементы спортивного бального танца.</b>	40	2	38	<b>открытое занятие, опрос, мини-конкурс</b>
5.1	Латиноамериканская программа танцев	20	1	18	<b>Опрос, мини-конкурс, видеозапись</b>
5.2	Европейская программа танцев	20	1	18	<b>Опрос, мини-конкурс, видеозапись</b>

6.	Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц.	40	-	40	Педагогическое наблюдение
7.	Специальные упражнения (тренаж)	34	-	34	Педагогическое наблюдение
8	Репертуар	40	2	38	открытое занятие, видеозапись
8.1	Постановка танцев.	20	2	18	открытое занятие
8.2	Репетиции	20		20	педагогическое наблюдение
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>6</b>	<b>210</b>	

### Содержание учебного плана 2 года обучения.

1.	<b>1. Введение в танец, правила хорошего тона.</b>	18	2	20	
1.1	<b>Теория:</b> Беседа «Народный танец – исток хореографической культуры народов»		1	10	
1.2	<b>Беседа «Взаимоотношения в танцевальной паре»</b>		1	10	
2.	<b>2. Азбука музыкального движения.</b>	18	2	20	
2.1	<b>Теория:</b> Знакомство с музыкальными размерами: 4/4, 3/4, 2/4. Понятие о такте и затакте. Музыкальные размеры ритмического фокстрота, медленного вальса. Ритмическая основа танца "Ча-ча-ча".		1	10	
2.2	<b>Практика:</b> Тактирование. Шаги с акцентом на различные доли. Передача в движении характера музыки и её ритмического рисунка. Тактирование (дирижирование) руками 3/4, 4/4, 2/4. Выделение сильной доли. Акцентирование. Движения: "из-за такта", "и". Коллективно-порядковые упражнения.		1	10	
3.	<b>3. Элементы классического танца.</b>	18	1	20	
3.1			1	20	
3.2			1	20	

**Теория:** Правила выворотности ног во всех движениях. Правила постановки рук. Движения рук (пор де бра), их чёткий рисунок, красота и выразительность.

**Практика:** Повторение пройденного. Движения рук. Пор де бра (по А.Я. Вагановой). Из подготовительного положения в 1-ю позицию, затем во 2-ю и опустить в подготовительную. Экзерсис с использованием 1, 2, 3-й позиций. Demi plie, Battment tendu simple из 1-й, Passe par terre, Demi rond de jambe par terre, Rond de jambe par terre, Battment tendu soutenu.

#### 4. Элементы народного танца.

**Теория:** Особенности движений рук в русских танцах. Манера исполнения. Связь бальных танцев с народными.

**Практика:** Повторение пройденного материала. Русский переменный ход. "Ковырялочка", "моталочка", пружинящие шаги с каблука.

Припадания. Движения рук во 2-ю позицию из положения "на поясе". Особенности движения рук в танце "Кадриль".

#### 5. Элементы спортивного бального танца.

**Теория:** Правила исполнения движения по 3-й позиции ног. Понятие уровня рук (сниженные позиции 1-я, 2-я). Особенности шага с каблука, опускание и подъем в медленном вальсе. Характерные особенности латиноамериканских танцев.

**Практика:** Вальсовая дорожка. Припадание по 3-й позиции, баланс. Закрытые, открытые, променадные, контрпроменадные позиции. Шаги с частичным и полным переносом веса тела. Переменные приставные шаги (шассе). Линейные шаги для латиноамериканских танцев с использованием «толчковой» ноги. Движение бедра вправо- влево, вперед-назад, по кругу, по «восьмёрке».

#### 6. Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, пластики, координации, динамики движения.

Движения рук, ног, корпуса и головы от простых к более сложным.

**Упражнения для рук:**

1. последовательное сгибание и разгибание пальцев, вращение кистей, предплечий, полностью рук, асимметричные движения руками;

2. отведение рук рывком вверх, вниз, в стороны; вращение рук в различных плоскостях;

### **Упражнения для шеи:**

3. повороты головы в стороны, наклоны головы вперед, назад, в стороны;

4. смещение головы вперед, назад и в стороны при неподвижных плечах;

5. вращательное движение головой;

### **Упражнения для плеч:**

6. поднимание и опускание, выдвижение вперед и назад; вращательные движения;

### **Упражнения для корпуса:**

7. повороты в стороны; наклоны в стороны, вперед, назад, в стороны при неподвижных бедрах;

8. волнообразные движения;

9. вращательные движения в плечевом и тазобедренном поясе;

### **Упражнения для ног:**

10. смещение бедер вперед, назад, в стороны, по диагонали; растяжки, поочередное выгибание колена назад; различные

движения для стопы; подъем на полупальцы и перекаты с носка на каблук;

11. комплексы силовых и маховых прыжков (типа "ножницы").

## **7. Специальные упражнения (тренаж).**

### **Для медленного вальса:**

1. Стоя в 6-й позиции, опускаться и подниматься.

2. Шаг вперед с правой ноги, с каблука, подтягивая левую ногу, шаг с левой ноги, подтягивая правую / шаг на 1, поднимаясь на 2, 3, в конце – снижение / тоже, начиная с левой ноги.

3. Шаг в сторону с правой ноги, подтягивая левую ногу с опусканием и подъемом (баланс в сторону). Подъем на 2, опускание на 3. То же, начиная с левой ноги.

4. "Правый квадрат" / правая нога вперед, в сторону, подставить, левую ногу назад, в сторону, подставить / То же, начиная с левой ноги.

5. Перемены с правой ноги и левой ноги по кругу.

6. То же в парах (в основной стойке и учебном положении рук).

7. "Правый квадрат" с поворотом /с правой ноги вперёд с поворотом на 1/4 круга на 2-м шаге, приставка на 3/.

**Для быстрого фокстрота "Квикстеп".**

1. Бегущий пружинящий шаг по кругу, лицом по линии танца, то же спиной по линии танца.

2. Прыжки с выносом ноги в сторону /ритм – медленно, медленно, быстро, быстро, медленно/.

3. То же в парах в танцевальной позиции.

4. Лок-степ вперёд – назад, добавляя один шаг.

5. Шассе по кругу правым боком, левым боком.

6. То же в парах в учебной и танцевальной позициях.

**Для "ча-ча-ча".**

1. Шаг с правой ноги в сторону с толчком стопой левой ноги.

2. То же с левой ноги (толчковая – правая нога).

3. Перенос веса на ногу, выгибая колено назад на 1 такт /позиция

3-я, свободная нога натянута в стопе/.

4. Шаг вперёд с левой ноги, позиция – "чек", шаг назад с правой ноги.

5. Бёдерные движения из стороны в сторону, ноги во 2-й позиции, "восьмёрка", вращательные движения бёдрами.

6. Повороты влево из открытой променадной позиции в правую боковую позицию и вправо из обратной открытой променадной позиции в левую боковую позицию.

7. Открытое шассе налево – направо (тайм-степ).

**Для джайва.**

1. Открытое шассе налево и направо.

2. Шаг с правой ноги назад, с левой – вперёд с переносом веса тела, шассе с левой ноги назад в исходную позицию.

3. Синкопированные прыжки с выносом ноги вперёд (поочередно – левая нога, потом – правая).

## 8. Репертуар.

**Повторение репертуара.**

Занятия проводятся с целью повторения, разбора, чистки, отработки отдельных связок (блоков) разученных ранее вариаций. Подготовка танца к исполнению (сценическому показу).

**Теория:** Ритмическая основа танцев "Кадриль" и "Рилио". Характер и манера исполнения танцев латиноамериканской программы.

"РИЛИО" - построен на подскоках, двойных подскоках на месте, в стороны, вперёд и в повороте, движения "каблочки", сольных поворотах.



**"КАДРИЛЬ"** – парный, построен на пружинящих шагах, припаданиях, "квдрате", соло – поворотах девочки под рукой.

**"РУССКИЙ ЛИРИЧЕСКИЙ"** – парный, построен на тройных шагах, на тройном ходе с поворотом мальчика спиной по линии танца, припаданиях.

**"ЧА-ЧА-ЧА"** – закрепление пройденного. Дополнительно: "алемана", "хип твист" (закрытый и открытый), соло – повороты. Соединение фигур.

Несложная композиция.

**"ДЖАЙВ"** – закрепление пройденного. Дополнительно: "американский спин-поворот", "хлыст с разделением". Соединение фигур. Несложные вариации.

**"САМБА"** – начало обучения. Основное движение (с правой и левой ноги), поступательное движение, "самба-ход", "вольта" с продвижением направо и

**"МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС"** – закрепление пройденного. Дополнительно:

"виск", "синкопированное шассе" из позиции "променад", открытые перемены назад, "левое кортэ".

**"КВИКСТЕП"** – закрепление полученных ранее навыков. Дополнительно:

"правый поворот", "правый спин-поворот", "правый поворот с хезетейшн", "левый поворот".

**"ВЕНСКИЙ ВАЛЬС"** – правый поворот.

**Требования:** Различать музыкальные размеры: марша – 4/4, вальс – 3/4, польки – 2/4. Понимать танец не как отдельные движения ног, а как гармоничное сочетание движений ног, рук, корпуса и головы. Знать правила исполняемых элементов. Знать основные позиции в паре в европейских и латиноамериканских танцах.

### Позиции, встречающиеся в бальных танцах, предлагаемых в программе:

#### 1. Позиции в отечественных бальных танцах:

закрытая, открытая, променадная, обратного променада, теневая, боковая.

#### 2. Позиции в европейских танцах:

закрытая, променада, контрпроменада, фолловой – позиция.

#### 3. Позиции в латиноамериканских танцах:

"ОНИО"

"ЯКЮЛДВИ"

Закрытая, открытая, веерная, теневая, променада, обратного променада, тендем позиция, боковая (правая, левая), фолдовой – позиция.

### Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Опрос, открытое занятие</b>
1.1	Ритмика.	10	1	9	открытое занятие
<b>2.</b>	<b>Элементы классического танца.</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>20</b>	<b>открытое занятие</b>
2.1	Упражнения у палки.	10	-	9	открытое занятие, видеозапись
2.2	Упражнения на середине зала	10	-	9	открытое занятие
<b>4</b>	<b>Элементы современного танца.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>13</b>	<b>открытое занятие, опрос</b>
4.1	Русский танец	10	1	9	открытое занятие видеозапись
4.2	Немецкий танец	5	1	4	открытое занятие видеозапись
<b>5.</b>	<b>Элементы спортивного бального танца.</b>	<b>40</b>	<b>2</b>	<b>38</b>	<b>открытое занятие, опрос, мини-конкурс</b>
5.1	Латиноамериканская программа танцев	20	1	18	Опрос, мини-конкурс, видеозапись
5.2	Европейская программа танцев	20	1	18	Опрос, мини-конкурс, видеозапись
<b>6.</b>	<b>Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц.</b>	<b>40</b>	<b>-</b>	<b>40</b>	<b>Педагогическое наблюдение</b>
<b>7.</b>	<b>Специальные упражнения (тренаж)</b>	<b>34</b>	<b>-</b>	<b>34</b>	<b>Педагогическое наблюдение</b>
<b>8</b>	<b>Репертуар</b>	<b>40</b>	<b>2</b>	<b>38</b>	<b>открытое занятие, видеозапись</b>
8.1	Постановка танцев.	20	2	18	открытое занятие
8.2	Репетиции	20	-	20	педагогическое

	отонтердо ,вдлнэмоп ,рввэнэт	кендээр	,рвтырж	о ,рвты	наблюдение
- Нэ	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>6</b>	<b>210</b>	

### Содержание учебного плана 3 года обучения.

Учебный предмет	Семестр I	Семестр II	Семестр III	Итого	Формы контроля
<b>1. Азбука музыкального движения. Ритмика.</b>					
<b>Теория:</b> Сведения о музыке латиноамериканских танцев, их народном происхождении. Особенности ритмического построения танца «Румба», «Ча-ча-ча», его эмоциональная окраска.	1	1	2		
<b>Практика:</b> Прослушивание и анализ разучиваемых танцев (мелодический рисунок, метроритм, количество тактов).					танцев
<b>1. Элементы классического танца.</b>					
<b>Теория:</b> Благородство осанки, грамотность в положении и движении корпуса, рук, головы.	1	2	10		
<b>Практика:</b> Повторяются движения в более быстром темпе. Сочетаются движения Battment tendu simple, Demi rond de jambe, Battment tendu jete, battment tendu passe par terre, с demi plie, Battment tendu lent. Прыжки по 1-й и 3-й позиции.	1	2	10		
<b>2. Элементы современного танца.</b>					
Современные танцы являются наиболее сложными в смысле координации движений и ритмичной окраски, поэтому изучаются лишь элементы основных стилей и танцевальных направлений. В этот раздел включаются танцы в стиле "хип – хоп", "техно" и другие.	1	2	20		
<b>Теория:</b> Разновидность современного клубного танца. В комбинациях сочетание мелких быстрых движений и медленных более широких.					
<b>Практика:</b> Разминка на середине зала: работа головы, плеч, средней части корпуса и бедер, коленей, стоп, паховые и боковые растяжки. Разучивание танцевальных комбинаций и составление танцевального номера.					
<b>3. Элементы современного бального танца.</b>					
<b>Теория:</b> Конкурсный танец и его особенности.	1	2	20		

**Практика:** Боковой галоп. Движения танца "чарльстон".

Прогрессивные шаги с бедерным движением. Повторение пройденных элементов и движений.

#### 4. Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц, координации, пластики.

Упражнения по выбору руководителя (см. 2-й год обучения) в более высоком темпе. Упражнения в движении. Растяжки ног, корпуса.

Упражнения с гантелями (до 0,5 кг).

#### 6. Партерная гимнастика.

- тренировочный комплекс для развития подъема стопы (в положениях «выворотно» и «не выворотно»);

- тренировочный комплекс для развития выворотности стопы на основе 1 и 2 позиций, а также на полупальцах;

- упражнение на растяжку мышц ног («Велосипед», сначала ноги врозь, потом ноги вместе, «Складочка»)

- упражнение для укрепления мышц спины «Самолетики» (подъем туловища в положении лежа с вытянутыми руками);

- развитие гибкости спины: «Рыбка», «Колечко» (прогиб выполняется в положении стоя на коленях), «Мостику» (сначала из положения лежа, затем из положения стоя);

- «Бабочка», «Лягушка» (развитие выворотности бедра);

- махи ногами из положения стоя и из положения лежа;

- шпагат (левый шпагат, правый шпагат, поперечный шпагат).

#### 7. Специальные упражнения (тренаж).

Закрепление пройденного материала, закрепление навыков разученных движений. Дополнительно:

**Для медленного вальса:**

Связка (синкопированное шассе, пол-правого поворота, импетус-поворот). Demi plie в парах в танцевальной стойке.

**Для танго:**

1. Ход вперед (партнёрша назад) по кругу, поворачиваясь влево.

2. Левый открытый поворот (по одному и в паре).

3. Левый закрытый поворот (по одному и в паре).

4. Правый открытый, закрытый поворот (по одному и в паре).

**Для ча-ча-ча:**

1. Основной ход через лок-степ.

2. "НОТЭ". Основной ход с поворотом вправо и влево.

3. Нью-йоркская вариация (с поворотом и без).

4. Четверть поворота налево и направо с шагом назад (рука в руке).

**Для самбы:**

1. Небольшие приседания на 1-й и 2-й удары, ноги вместе.

2. Виск направо и налево.

3. Самба-ход по одному.

4. Вольта по кругу с переходом.

5. Поступательное бота-фого лицом и спиной.

6. Боковые повороты со снижением и подъёмом.

## 8. Репертуар.

**"ФИГУРНЫЙ ВАЛЬС"** — парный, построен на балансе в сторону, вперед и назад, правом и левом повороте, сольном повороте девочки, дорожке.

**"ЧА-ЧА-ЧА"** — закрепление пройденного. Дополнительно: "хоккейная клюшка", "правый волчок", "турецкое полотенце". Соединение фигур.

Вариации по усмотрению руководителя.

**"ДЖАЙВ"** — закрепление пройденного. Дополнительно: раскручивание с руки, "цыплячий ход", "свивлы" с носка. Соединение разученных ранее фигур. Вариации по выбору руководителя.

**"САМБА"** — начало обучения. Основное движение (с правой и левой ногами), поступательное движение, "самба-ход", "вольта" с продвижением направо и налево.

**"РУМБА"** — начало обучения. Основное движение, поступательный ход вперед и назад, повороты на месте вправо и влево, "Нью-Йорк чек", "рука в руке", "кукарача". Соединение фигур. Несложная композиция.

**"МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС"** — закрепление пройденного. Дополнительно: "дреп-хезетейшн", "лок" назад, "телемарк", "кросс", "хезетейшн", "импетус-поворот", "плетение".

**"КВИКСТЕП"** — закрепление пройденного. Дополнительно: "импетус-поворот", четыре быстрых бегущих, "кросс-шассе", бегущее окончание.

**"ВЕНСКИЙ ВАЛЬС"** — правый поворот.

**Показательные композиции на основе разученных танцев.**

**Требования:** Знать и уметь определить танец на национальной основе, на основе историко-бытовых движений, на движениях латино-

американских и европейских танцев. Понимать, что такое "баланс", "посыл корпуса", "противодвижение корпуса" и уметь применять на практике. Знать происхождение танцев и их музыкальный размер.

### Учебный план 4 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	<b>Азбука музыкального движения</b>	4	2	2	<b>Опрос, индивидуальный показ</b>
2.1	Ритмика.				открытое занятие
2.	<b>Элементы классического танца.</b>	30	2	28	<b>открытое занятие</b>
2.1	Упражнения у палки.	10	1	9	открытое занятие, видеозапись
2.2	Упражнения на середине зала	10	1	9	открытое занятие
2.3	Закрепление упражнений	10	-	10	открытое занятие
3	<b>Элементы современного танца.</b>	20	2	18	<b>открытое занятие, опрос</b>
3.1	Хип-хоп стиль	10	1	9	открытое занятие видеозапись
3.2	Модерн танец	10	1	9	открытое занятие видеозапись
4.	<b>Элементы спортивного бального танца.</b>	30	2	28	<b>открытое занятие, опрос, мини-конкурс</b>
4.1	Латиноамериканская программа танцев	15	1	14	<b>Опрос, мини-конкурс, видеозапись</b>
4.2	Европейская программа танцев	15	1	14	<b>Опрос, мини-конкурс, видеозапись</b>
5.	<b>Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц.</b>	20	-	20	<b>Педагогическое наблюдение</b>
6.	<b>Партерная гимнастика</b>	20	-	20	<b>Контроль гибкости</b>
7.	<b>Специальные упражнения (тренаж)</b>	40	-	40	<b>Педагогическое наблюдение</b>
8.	<b>Репертуар</b>	62	2	60	<b>открытое</b>

					<b>занятие, видеозапись</b>
8.1	Постановка танцев.	30	2	28	открытое занятие
8.2	Репетиции	30	-	30	педагогическое наблюдение
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>10</b>	<b>206</b>	

### Содержание учебного плана 4 года обучения.

#### 1. Азбука музыкального движения.

**Теория:** Стокантированный характер музыки танца "ТАНГО". Характер музыки танца "ПАСОДОБЛЬ". Стиль и исполнение танца "ПАСОДОБЛЬ". Просмотр видеоматериала. Прослушивание и выбор музыки для концертных композиций.

**Практика:** Движения из танцев танго, пасодобль, дробные движения.

#### 2. Элементы классического танца.

**Теория:** Выразительность (рук, выразительность спины). Повторение пройденного.

**Практика:** 1-е, 2-е, 3-е пор де бра (упражнения для рук по позициям). Demi plie и позднее grand plie; Battment tendu jete; Rond de jambe par terre; Battment fondu; Battment frappe; Releve; перегибы корпуса.

#### 3. Элементы современного танца.

**Теория:** Разновидность современного клубного танца. В комбинациях сочетание мелких быстрых движений и медленных более широких.

**Практика:** Изучаются основные движения, стиль, манера исполнения новых современных танцев, таких как «модерн», "хип-хоп", "техно" и другие. Импровизация в новых стилях. Составление учащимися новых связок и танцевальных вариаций на основе изученного материала.

#### 4. Элементы балльного танца.

Повторение и закрепление пройденного материала. Повторение характерные для танца "ПАСОДОБЛЬ".

стопе (пятка – носок) и обратным перекатом (носок – пятка). Шаги с раскрепощённой маховой ногой. Шассе в сторону с вращательным движением бедра. Шаги вперёд, назад, в сторону за счёт выталкивания стопой опорной ноги.

#### 5. Специальные упражнения (тренаж).

Повторение пройденного материала, закрепление навыков разученных движений. Дополнительно:

*Для венского вальса:*

1. "Правый развёрнутый квадрат".
2. "Левый развёрнутый квадрат".
3. Перемены с правой и левой ноги.

*Для быстрого фокстрота – квикстеп.*

1. Шаг вперёд с правой ноги с каблука, вернуть вес на левую ногу, подтягивая правую ногу каблуком. То же с левой ноги.
2. Вынос правой ноги назад от бедра, без переноса веса. То же с левой ноги.
3. Вынос правой ноги назад с последующим переносом веса тела. То же с левой ноги.
4. "Брам степ" с правой ноги вперёд и подставить левую ногу.
5. "Кросс-шассе" вперёд (начиная с правой ноги) и назад (начиная с левой ноги).

*Для танго.*

1. Выход в променад, закрытый променад (мальчики вперёд, начиная с левой ноги, девочки назад с правой ноги).
2. "Фо-степ", закрытый променад.

*Для фокстрота.*

- Шаги вперёд, назад, с положения на высоких полупальцах со смягчением ноги в колене.
- Правый и левый поворот с дополнительным шагом вперёд.

*Для румбы.*

1. Переносы веса тела с ноги на ногу с выгибанием колена назад.
2. То же с левой ноги впереди.
3. Основное движение без поворота и с поворотом.

*Для ча-ча-ча.*



1. "Лок-степ" вперёд начиная с правой ноги.
2. "Лок-степ" назад начиная с левой ноги.
3. "Твист" в ритм ча-ча-ча (ноги по 2-й позиции).

**Для джайвы.**

1. Совместные повороты в парах на 540°.
2. То же с выносом ноги.

**Для самбы.**

1. Повороты в продвижении в ритме самбы.
2. "Пресс-позиции" с "виском" и поворотом.
3. "Перекидная ботофого" на месте.
4. Ускоренный "самба-ход" в сторону.

**Для пасодобля.**

1. Боковой шаг на полупальцах с ударом в пол.
2. Шассе в сторону с правой ноги (на полупальцах).
3. То же с левой ноги.
4. "Квадрат" правый.
5. "Квадрат" левый.

**6. Упражнения на развитие мышечных чувств и отдельных групп мышц, пластики, координации.**

Упражнения по выбору руководителя (см. 2-й год обучения) в более высоком темпе. Упражнения в движении. Партерная гимнастика. Растяжки ног, корпуса. Упражнения с применением гантелей (до 1 кг.).  
 Различные комплексы прыжков. Элементы пантомимы.

**7. Партерная гимнастика. Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка.**

**Теория:** Упражнения развивающие силу ног, выворотность; правильную осанку; гибкость; подвижность суставов.

**Практика:** Разучивание упражнений № 1-15.

**8. Репертуар.**

**Теория:** Понятие хопера и свива, снитности движения. Ритмический рисунок танца "МЕДЛЕННЫЙ ФОКСТРОТ".

Повторение танцев, разученных ранее, по выбору руководителя.

**"МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС"** – повторение пройденного. Свободная композиция.

**"ВЕНСКИЙ ВАЛЬС"** – правый и левый повороты.

**"КВИКСТЕП"** – повторение пройденного. Свободная композиция.

**"ФОКСТРОТ"** – начало изучения. "Шаг-перо", "изогнутое перо", "тройной шаг", "правое плетение", "левый спин", "ховер телемарк".

**"ТАНГО"** – начало изучения. "Ход", правый "рокк-поворот", закрытое окончание, открытый левый поворот, "фор-степ", променадное звено. Соединение фигур. Несложные композиции.

**"ЧА-ЧА-ЧА"** – повторение пройденного. Свободная композиция.

**"САМБА"** – повторение пройденного. Дополнительно: левый поворот, "теневое ботофого", "корта-джака". Соединение фигур. Свободная композиция. **"РУМБА"** – свободная композиция.

**"ДЖАЙВ"** – повторение пройденного. Свободная композиция.

**"ПАСОДОБЛЬ"** – начало изучения. Основное движение, перемещение, "атака", "плащ", "проход", "удар пикой", "фламенко тэпс", "открытый телемарк".

**Концертные номера на основе изученных ранее танцев по выбору руководителя.**

### **Планируемые результаты:**

#### **Учащийся 1-го года обучения будет знать:**

- основы музыкальной грамоты;
- основные движения народного танца;
- названия различных танцевальных шагов (8-10 названий). Подбирать самостоятельно свободные движения под музыку различного характера.

#### **Учащийся 1-го года обучения будет уметь:**

- ориентироваться в пространстве;
- держать правильную осанку;
- работать в группе.

#### **Учащийся 2-го года обучения будет знать:**

- названия различных новых элементов танца;
- позиции ног и рук в классическом, сценическом танце;
- приобрести навык выворотного положения ног.
- о характере и манере исполнения данных танцев.

#### **Учащийся 2-го года обучения будет уметь:**

- передавать в движении характер и темп музыки;
- перестраиваться в простые рисунки танца (круг, линии, колонны);
- исполнять основные движения русского, немецкого танца;

— правильно выполнять основные упражнения классического танца у палки и иметь правильную осанку.

**Учащийся 3-го года обучения будет знать:**

- законы общей координации тела, рук, ног, головы, законы равновесия;
- уметь исполнять движения немецкого и чешского танца, иметь представление о характере и манере исполнения данных танцев;
- основы овладения техникой хип-хоп и др.;
- происхождение изучаемых танцев.

**Учащийся 3-го года обучения будет уметь:**

- определять структуру музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве, перестраиваться в любые рисунки;
- владеть методикой исполнения упражнений классического танца у станка и на середине зала;
- владеть культурой движения рук;
- иметь представление о выразительных средствах хореографии..

**Учащийся 4-го года обучения будет знать:**

- законы общей координации тела, рук, ног, головы, законы равновесия;
- основы овладения техниками джаз и модерн танца

**Учащийся 4-го года обучения будет уметь:**

- владеть методикой исполнения движений классического танца;
- владеть соответствующей координацией и силовой нагрузкой в исполнении танцевального номера;
- исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей;
- иметь красивую осанку, грамотность и выразительность движений;
- свободно импровизировать в новых молодёжных стилях и направлениях.

**Ожидаемые результаты:**

**Предметные:**

- формирование навыков самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры;
- развитие навыков самостоятельной творческой деятельности.

**Метапредметные**

- развитие устойчивого интереса к изучению различных областей хореографического искусства.

**Личностные:**

- представление о специфике разнообразных жанров танцевального искусства;
- развитие индивидуальных способностей к межличностному взаимодействию в танцевальном коллективе.

## **Используемые методы, формы обучения и педагогические технологии**

При организации образовательно-воспитательного процесса, программа предусматривает различные методы:

- успеха для каждого ребенка);
- визуальные (показ, видео, фотоиллюстрации);
- практические (упражнения, тренаж, основы танцевальных движений);
- сценические (выступления, теоретические (рассказ, беседа, объяснение);
- игровые (создание ситуаций).

Воспитание творческой личности проводится с использованием активных инновационных форм обучения:

- уроки-сказки, путешествия «Волшебная страна вальса», «Мир латинских танцев»;
- уроки-конкурсы (открытые занятия, показательные выступления);
- уроки творчества (работа детей над образом в танце, взаимодействие в паре);
- уроки – «работа над ошибками».

Для работы используются следующие педагогические технологии:

- развивающего обучения,
- индивидуализация обучения,
- игровая технология,
- культурно-воспитательная.

### **Беседы:**

#### **Второй и третий год обучения.**

"Красиво танцевать, двигаться – это не роскошь, а необходимость".

"Правила поведения в танце и обществе, этикет".

"Вежливость, внимательность, доброжелательность, уважение к людям, нравственные качества личности".

#### **Четвёртый год обучения.**

"Умение танцевать – составная часть общей культуры человека".

"Что дают человеку занятия спортивными бальными танцами?".

### **Список литературы.**

#### **Использованная литература:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. С.-Петербург, 1996.

2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л-М, 1964.
3. Воронина И. Историко-бытовой танец. М, 1980.
4. Климов А.Н. Основы русского народного танца. М, Издательство МГИК 1998.
5. Смирнова М.В. Основные элементы классического танца. М, 1979.
6. Циркова Н.П. В мире бального танца. М, 1998.
7. Матягина А.А. Путешествие в страну "хореография". М, 1998.
8. Горшкова Е.В. Учимся танцевать. Путь к творчеству. М.: НПО «Психотехника», 1993.

#### Методическая литература:

1. Светинская В.Н., Ладыгин Л.А. Современный бальный танец. Учебное пособие./ Составитель Беликова АН. М, 1976.
2. Тобиас М., Стюарт М. Растягивайся и расслабляйся: Пер. с англ. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
3. Горшкова Е.В. Учимся танцевать. Путь к творчеству. М.: НПО «Психотехника», 1993.
4. ВМЦ Основные принципы организации учебно-воспитательной работы в коллективе бального танца. Методические рекомендации. М, 1986.

#### Рекомендуемая литература.

1. Дени Ги, Дассвиль Люк Все танцы. К.1993.
2. Имперское общество учителей танцев (ISTD) Пересмотренная техника исполнения латиноамериканских танцев. С-П, 1998
3. Имперское общество учителей танцев (ISTD) Техника исполнения европейских танцев. С-П, 1998
4. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. М, Феникс, 2004.
5. Серия книг. Учимся танцевать. Шаг за шагом. М, Попурри, 2002.
6. Федерация танцевального спорта России (ФТСР) Сборник нормативных документов. М, Издательство «Деловой экспресс» 2005.