

муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детей
Ярославский городской Центр внешкольной работы



«Утверждаю»

директор Центра

Попова Л.В.

«28.09» 2014г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА -
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
АНСАМБЛЯ БАЛЬНОГО ТАНЦА «ЭЛЕГИЯ»

возраст учащихся 6-15 лет

срок обучения – 5 лет

направленность: художественная

Автор-составитель: Журавлёва Н.Б.,
педагог дополнительного образования

Ярославль, 2014

Оглавление

	Стр.
1. Пояснительная записка.	3
2. Учебно-тематический план.	6
3. Содержание дополнительной образовательной программы.	10
4. Методическое обеспечение программы	19
5. Список литературы	25
6. Приложение	26

Пояснительная записка

Программа реализуется с 2010 года, последняя редакция- 2014 год.

Танец - вид искусства, в котором художественные образы создаются средствами пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела. С древних времен танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец неразрывно связан с музыкой, эмоционально-образное содержание которой находит свое воплощение в его хореографической композиции, движениях, фигурах. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе эмоциональную сторону искусства, приносит радость исполнителю и зрителю.

Спортивный бальный танец – это ритмические движения тела или частей тела, которые исполняются в определённой технике под музыку с целью выражения эмоций и служат средством передачи индивидуального характера.

Дополнительная образовательная программа танцевального объединения «Элегия» имеет *художественно-эстетическую направленность*, т.к. в процессе занятий приобщает обучающихся к искусству хореографии, способствует развитию художественного вкуса, воспитывает стремление к гармонии, прекрасному.

Хореография – искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей. Бальный танец—одна из бытовых форм хореографии. Содержание программы дает возможность обучающимся на собственной практике, сопоставляя, сравнивая и осмысленно исполняя движения, получить тот запас знаний, умений и навыков, которые помогут им в дальнейшем самостоятельно разбираться в искусстве хореографии.

Актуальность программы заключается в том, что она направлена не только на эстетическое, но и на физическое развитие детей. Танцы – делают детский организм выносливым, сильным и здоровым. В данной программе представлен спортивный бальный танец, который является мощным оздоровительным фактором, способствует физическому совершенствованию юных танцоров.

В ходе занятий наряду с обучением искусству хореографии происходит формирование личности обучающегося, его характера: происходит усвоение норм этики, воспитывается организованность, дисциплинированность, собранность, внимание, чувство коллективизма, вырабатывается культура общения со сверстниками и со взрослыми

людьми, что говорит о педагогической целесообразности данной программы.

Цель программы: создать условия для развития и реализации творческого потенциала обучающихся средствами бальной хореографии.

Задачи:

- научить детей владеть техникой спортивного бального танца;
- научить детей создавать и передавать танцевальный образ, импровизировать;
- формировать у них двигательные умения и навыки, правильную осанку;
- способствовать развитию у обучающихся музыкального слуха, чувства ритма, темпа, художественного вкуса, творческого воображения;
- способствовать развитию индивидуальных хореографических данных обучающихся;
- развивать силу, выносливость, гибкость, координацию движений, умение преодолевать трудности, закалять волю;
- воспитывать у обучающихся трудолюбие, ответственность, доброжелательность, чувство взаимопомощи;
- учить детей радоваться успехам других, вносить свой вклад в общий успех;
- стимулировать участие обучающихся в концертной деятельности.
- развивать физические возможности детей, укреплять их общее физическое состояние.

Данная программа является *модифицированной*: она составлена на основе изучения и переработки различных источников по художественно-эстетическому воспитанию детей, раскрывает характер обучения бальным танцам как комплексный процесс формирования у обучающихся танцевальной культуры, развития познавательной и творческой активности.

При создании программы был использован опыт и идеи коллег—педагогов дополнительного образования Титовой Е.П. и Дудочкиной С.А.

В творческое объединение «Элегия» принимаются дети, желающие заниматься спортивными бальными танцами и не имеющие медицинских противопоказаний. Возрастной состав обучающихся 6 - 15 лет, продолжительность обучения – 5 лет. Учебный материал в программе рассчитан на группы начальной подготовки (6 – 9 лет), учебно-тренировочные группы (10 – 13 лет), группы спортивного совершенствования (14 – 16 лет).

Программа предусматривает оптимальный и плавный переход ребенка с одного уровня на другой, чтобы обеспечить поступательный ход его развития.

Форма занятий – групповая, индивидуальная.

Режим занятий: дети 1 года обучения занимаются 1 раз в неделю по 2 часа, т.е. 2 часа в неделю, всего 72 часа, 2 года обучения — 2 раза в неделю по 2 часа, 4 часа в неделю, всего 144 часа, 3 - 5 года обучения — 2 раза в неделю по 3 часа, 6 часов в неделю, всего 216 часов. Программой предусмотрены индивидуальные часы занятий (2 часа в неделю).

Количество учащихся в группе 1годаобучения—не менее 13 человек, 2-5 годов обучения – не менее 8 человек.

Материал программы подобран с учетом возрастных особенностей обучающихся, их возможностей и интересов. Основой программы является репертуар, который рекомендуется для разучивания и исполнения на спортивных турнирах, школьных праздниках, внешкольных мероприятиях.

В ходе занятий используются традиционные и нетрадиционные формы обучения: теоретические, практические, репетиции, концерты, посиделки. Разделы программы в процентном отношении распределяются примерно следующим образом: 40% отводится на музыкально-ритмические и тренировочные упражнения, а также разучивание элементов танцев, а 60% занимает разучивание композиций и тренировочная работа.

К концу курса учащиеся должны

знать:

- названия и особенности исполнения и костюма изучаемых танцев;
- основные позиции, шаги и фигуры в изучаемых танцах;

уметь:

- исполнять технически и музыкально грамотно основные шаги и фигуры в изучаемых танцах;
- самостоятельно составлять из изученных фигур согласно последовательности и умению ориентироваться в зале танцевальную вариацию;
- раскрывать музыкальность и выразительность в передаче танцевального образа;
- самостоятельно оценивать хореографическое произведение;
- импровизировать на основе разучиваемых движений различных танцев.

- Программой предусмотрена *аттестация учащихся*, направленная на выявление исходного, текущего, промежуточного и итогового уровня теоретических знаний, развития практических умений и навыков, сформированных компетенций и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.
- *Входная аттестация* проводится педагогом дополнительного образования в сентябре.
- *Промежуточная* — в декабре, апреле-мае - по итогам полугодия или учебного года.
- *Итоговая аттестация* проходит в апреле-мае по окончании полного курса обучения.

Показателями танцевальной культуры и эстетической воспитанности юных танцоров, прошедших полный курс обучения можно считать: благородство манеры исполнения, эмоциональное восприятие хореографического искусства, наличие у обучающихся трудолюбия, ответственности, чувства товарищества, взаимопомощи, доброжелательности.

Определение результативности осуществляется с помощью наблюдения, тестирования, анкетирования, контрольных заданий.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы: открытые занятия, концерты для родителей внутри коллектива, участие в мероприятиях и праздниках Центра, участие в фестивалях и конкурсах танца, итоговые концерты.

Учебно-тематический план

Подготовительная группа

№	Название раздела, темы	Количество часов			Количество часов		
		1 г.о.			2 г.о.		
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие						
2	Общая физическая подготовка:		20	20		20	20
	- ходьба, бег, прыжки		20	20		-	-

	- основные упражнения для укрепления мышц спины, шеи, рук, голеностопа		-	-		20	20
3	Специальная физическая подготовка:	6	42	48	12	94	106
	- азбука музыкального движения	2	4	6	2	4	6
	- пластическая гимнастика		10	10			
	- классический танец		2	2		20	20
	- дуэтный танец	4	26	30	10	70	80
4	Культурно-массовая деятельность		4	4		18	18
	Итого:	6	66	72	12	132	144

Учебно-тренировочная группа

№	Название раздела, темы	Количество часов			Количество часов		
		3 г.о.			4 г.о.		
		Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие						
2	Общая физическая подготовка:		35	35		35	35
	- бег, прыжки, скакалка, обруч						
	- основные упражнения для укрепления мышц спины, шеи, рук, голеностопа						
	- подвижные игры						
3	Специальная физическая подготовка:	10	125	135	10	125	135
	- азбука музыкального движения		5	5			
	- партерная гимнастика					10	10
	- спец-тренаж для европейских танцев		20	20		20	20
	- спец-тренаж для латиноамериканских танцев		20	20			
	- дуэтный танец	10	80	90	10	95	105
4	Постановка и выступления с танцами		20	20		20	20
5	Культурно-массовая деятельность		26	26		26	26
	Итого:	10	206	216	10	206	216

Группа спортивного совершенствования

пятый год обучения

№	Название раздела, темы	Теория	Практика	Всего часов
1	Вводное занятие	2		2
2	Общая физическая подготовка		22	22
	- легкая атлетика		12	12
	- подвижные игры		10	10
3	Специальная физическая подготовка	10	144	154
	- партерная гимнастика		24	24
	- спец-тренаж для европейских и латиноамериканских танцев		20	20
	- дуэтный танец	10	100	110
4.	Подготовка и участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам (индивидуальные занятия)		36	36
5.	Показательные выступления		2	2
	Итого:	12	204	216

Содержание дополнительной образовательной программы

Подготовительная группа

Задачи обучения:

- развить и поддержать устойчивый интерес к занятиям;
- сформировать разнообразные двигательные навыки и умения;
- развить гибкость и координированность.

1 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Знакомство обучающихся с планом работы и друг с другом. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения и личной гигиены.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Практика. Ходьба: в равномерном темпе на носках, пятках, с изменением темпа, в чередовании с прыжками. Бег: медленный, с ускорением. Прыжки: на двух ногах с вытягиванием подъема, в повороте на месте, с ноги на ногу, скачки на правой и левой ноге. Приседания, подскоки на месте и в продвижении, галоп.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Азбука музыкального движения

Теория. Элементы музыкальной грамоты; характер музыки (грустная, веселая); темп: медленный, умеренный, быстрый; длительность: половина, четверть, восьмая; объяснение ритма танца; введение понятия музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4. Объяснение ритма в танце Джайв.

Практика. Слушание музыки. Определение характера музыки и темпа. Ритмический рисунок, хлопки. Прохлопать в ладоши, затем ногами ритм танца Ча-ча-ча.

Пластическая гимнастика

Практика. Разучивание комплекса упражнений (Приложение 1) на развитие гибкости и подвижности в суставах. Проведение и отработка гимнастических упражнений.

Элементы классического танца

Практика. Постановка корпуса, рук, ног, головы; соединение движения рук и головы; приглашение к танцу; окончание танца; приседание (плие) по 1, 2 и 6 позициям; подъем на п/п; отработка положения корпуса, головы, рук в европейских танцах.

Основы дуэтного танца

Теория. Правила исполнения шагов, основных движений изучаемых танцев в паре, работа стоп и коленей, понятие о фигуре «шассе». Введение понятия закрытая переменная. Объяснение исполнения закрытой переменной в паре. Объяснение поворота вправо на базе шагов закрытой переменной. Введение понятия противхода (ПДК) необходимого для исполнения поворота. Разбор исполнения правого поворота в паре (пропустить идущего вперед). Введение понятия движения по линии танца, положение лицом по линии танца, спиной по линии танца. Объяснение исполнения закрытых перемен при движении назад по линии танца.

Объяснение исполнения основного движения танца ча-ча-ча в парах. Разбор новой фигуры: "чек нью-йорк". Работа стопы и колена при повороте, положение соединенных и свободных рук.

Отличие исполнения шассе в танце джайв от шассе в танце ча-ча-ча.

Практика. исполнение шагов: по 6 позиции, вперед с каблука с переносом веса и назад с носка; спуск, подъем; в сторону в танце «медленный вальс»; отработка основных движений изучаемых танцев в паре в зеркальном отражении; перенос веса на месте с выпрямлением колена в ритме ча-ча-ча; отработка шассе в ритме ча-ча-ча в медленном темпе с постоянным контролем работы стоп и коленей; отработать под счет и под музыку шаги медленного вальса по квадрату.

Медленный вальс: повторение и отработка: шагов по квадрату под музыку по одному; закрытой переменной по одному и в парах под музыку; соединения закрытой переменной и поворота вправо; закрытых перемен в парах в движении по квадрату под музыку; закрытых перемен с правым поворотом по одному и в парах под музыку; закрытых перемен вперед по линии танца; соединения закрытые переменные и правый поворот при движении по квадрату по одному и в парах; исполнения закрытых перемен при движении по кругу вперед по линии танца; закрытых перемен вперед и назад по кругу (по линии танца) по одному. Показ выхода на паркет, приглашение к танцу, поклон, уход. Отработка выхода пары на паркет, исполнение изученных фигур и соединений по квадрату и по линии танца.

Ча-ча-ча: повторение и отработка: шассе в сторону сначала в медленном, затем в быстром темпе; шагов вперед с носка с выпрямлением колена, перенос веса назад; основного движения (соединения шассе с шагами вперед и назад); основного движения под музыку в медленном и в быстром темпе; основного движения по одному и в парах.

Показ исполнения фигуры "чек нью-йорк" в парах. Исполнение под счет. Соединение основного движения и чеков. повторение и отработка изученных фигур и их соединений под музыку в быстром темпе.

Джайв: выполнение шассе под счет; показ основного движения; положение соединенных рук партнера и партнерши. Исполнение основного движения в парах под счет. Слушание музыки в ритме джайва. Исполнение движений в полтемпа. Повторение и отработка под счет и в медленном темпе основного движения по одному и в парах.

Повторение всех изученных фигур и соединение в танцах медленный вальс, ча-ча-ча, джайв.

Раздел 4. Культурно-массовая деятельность

Практика. Открытое занятие для родителей. Посещение концертов, фестивалей, конкурсов по спортивным бальным танцам.

2 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Знакомство обучающихся с планом работы. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения и личной гигиены.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Практика. Разучивание и выполнение комплекса общеукрепляющих упражнений для различных групп мышц, для формирования правильной осанки; выполнение упражнений, стимулирующих сердечную и двигательную активность (бег, прыжки, танцевальные шаги и движения в различных стилях, с различной амплитудой, скоростью и в различных направлениях).

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Азбука музыкального движения

Теория. элементы музыкальной грамоты; строение музыкальной речи: предложение, музыкальная фраза, сильная доля такта, ритмический рисунок танца.

Практика. Слушание музыки. Ритмический рисунок, хлопки.

Элементы классического танца

Практика. Специальный тренаж для европейских танцев: повороты головы, корпуса, противоход, баланс, работа стопы (спуски – подъемы). Специальный тренаж для латиноамериканских танцев: работа бедер, коленей, стоп, головы, корпуса, рук.

Основы дуэтного танца

Теория. Правила исполнения шагов, основных движений изучаемых танцев в паре.

Практика. Отработка и исполнение основных фигур европейских танцев: медленного вальса, квикстепа и латиноамериканских танцев самбы, ча-ча-ча, джайва.

Раздел 4. Культурно-массовая деятельность

Практика. Участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам.

Ожидаемые результаты

Для подготовительной группы предполагается:

- 1) освоение элементарной музыкальной грамоты (размеры 2/4, /4, 4/4, чувство ритма), специальные знания, умения и навыки, необходимые для исполнения бальных танцев (подъем на полупальцы, ходьба с носка, шаги с выпрямлением колена, противоход (ПДК), шассе, подскоки, повороты, поклон);
- 2) исполнение
 - основных шагов в танце ча-ча-ча под музыкальное сопровождение в медленном темпе в паре;
 - и соединение изученных фигур танца «вару-вару» для показательного выступления (на основе прибалтийских народных движений);
 - танца «разрешите пригласить» для показательных выступлений, основанного на освоенных движениях в процессе обучения: подскоки, противоход, повороты,

приставные шаги.

Учебно-тренировочная группа

Задачи:

- сформировать разнообразные двигательные умения и навыки, создающие предпосылки для овладения техникой спортивного танца;
- выработать необходимые приемы исполнения: баланс, мягкое, упругое плие, вращение, характер танца.

3 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Обсуждение планов на предстоящий танцевальный сезон, инструктаж по технике безопасности.

Практика. Повторение изученных движений и композиций.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Практика. Бег, прыжки, скакалка, обруч; основные упражнения для укрепления мышц спины, шеи, рук, голеностопа; подвижные игры.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Азбука музыкального движения

Практика. Выполнение упражнений, направленных на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов, игра «Станцуй ритм».

Спец-тренаж для европейских танцев

Практика. Механика движения в танцах европейской программы. Разучивание основных фигур «Е» класса. Составление танцевальных схем. Отработка упражнений по танцевальным направлениям (диагональ к стене, диагональ к Центру, лицом по линии танца, спиной по линии танца, променадная позиция).

Спец-тренаж для латиноамериканских танцев

Практика. Разучивание программы танцев в соответствии с классификацией фигур, принятой ФТСР: самба, ча-ча-ча, джайв. Механика движения в танцах латиноамериканской программы. Постановка линий корпуса. Система упражнений на развитие навыков «латинского танцевального шага»: пружинящие шаги, «разделение ритмов в теле», скручивание корпуса. Разучивание основных фигур «Е» класса. Составление танцевальных схем. Разработка танцевальных вариаций.

Дуэтный танец

Теория. Принципы парного танцевания. Постановка в пары. «Ведение» в паре. «Презентация».

Практика. Позиции корпуса. Составление индивидуальных конкурсных композиций. Исполнение конкурсных танцевальных композиций.

Раздел 4. Постановка и выступления с танцами

Раздел 5. Культурно-массовая деятельность

4 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Обсуждение планов на предстоящий танцевальный сезон, инструктаж по технике безопасности.

Практика. Повторение изученных движений и композиций.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Практика. Бег, прыжки, скакалка, обруч; основные упражнения для укрепления мышц спины, шеи, рук, голеностопа; подвижные игры.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Партнерная гимнастика

Практика. «Гимнастика на каждый день», игровой стрейтчинг. Развитие навыков растяжения и расслабления в движении. Контроль дыхания в движении. Поочередное напряжение и расслабление отдельных групп мышц в движении.

Спец-тренаж для европейских танцев

Практика. Механика движения в танцах европейской программы. Разучивание основных фигур «Е» класса. Составление танцевальных схем. Отработка упражнений по танцевальным направлениям (диагональ к стене, диагональ к Ц, лицом по линии танца, спиной по линии танца, променадная позиция).

Спец-тренаж для латиноамериканских танцев

Практика. Разучивание программы танцев в соответствии с классификацией фигур, принятой ФТСР: самба, ча-ча-ча, джайв. Механика движения в танцах латиноамериканской программы. Постановка линий корпуса. Система упражнений на развитие навыков «латинского танцевального шага»: пружинящие шаги, «разделение ритмов в теле», скручивание корпуса. Разучивание основных фигур «Е» класса. Составление танцевальных схем. Разработка танцевальных вариаций.

Дуэтный танец

Теория. Принципы парного танцевания. Постановка в пары. «Ведение» в паре. «Презентация».

Практика. Позиции корпуса. Составление индивидуальных конкурсных композиций. Исполнение конкурсных танцевальных композиций.

Раздел 4. Постановка и выступления с танцами

Раздел 5. Культурно-массовая деятельность

К концу данного этапа обучающиеся должны:

знать:

- названия и правила выполнения основных шагов и фигур в изучаемых танцах латиноамериканской программы;
- положение в паре в европейской программе;
- работу стоп по 6 позиции, ПДК и ППДК;
- фигуры по классу «Е»;

уметь:

в латиноамериканской программе:

- исполнять технически и музыкально грамотно основные шаги и фигуры в изучаемых танцах;
- самостоятельно составлять из изученных фигур согласно последовательности и умению ориентироваться в зале танцевальную вариацию;

в европейской программе:

- исполнять танец в «контактной» позиции в паре;
- исполнять фигуры по классу «Е»;
- ориентироваться в зале по танцевальным направлениям (диагональ к стене, диагональ к Центру, лицом по линии танца, спиной по линии танца, променадная позиция).

Группа спортивного совершенствования

Задачи:

- совершенствовать технику исполнения,
- приобретать необходимый опыт участия в соревнованиях.

5 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Обсуждение планов на предстоящий танцевальный сезон, инструктаж по технике безопасности.

Практика. Повторение изученных движений и композиций.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Практика. Бег, прыжки; основные упражнения для укрепления мышц спины, шеи, рук, голеностопа; подвижные игры.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Партнерная гимнастика

Практика. «Гимнастика на каждый день», игровой стрейтчинг. Развитие навыков растяжения и расслабления в движении. Контроль дыхания в движении. Поочередное напряжение и расслабление отдельных групп мышц в движении.

Спец-тренаж для европейских танцев

Практика. Разучивание программы танцев в соответствии с классификацией фигур, принятой ФТСР: медленный вальс, квикстеп, венский вальс. Механика движения в танцах европейской программы. Разучивание основных фигур «Д» класса. Составление танцевальных схем.

Спец-тренаж для латиноамериканских танцев

Практика. Разучивание программы танцев в соответствии с классификацией фигур, принятой ФТСР: самба, ча-ча-ча, джайв, румба. Механика движения в танцах латиноамериканской программы. Постановка линий корпуса. Разучивание основных фигур «Д» класса. Составление танцевальных схем. Разработка танцевальных вариаций. Импровизации на темы латиноамериканских танцев.

Дуэтный танец Теория.

Практика. Позиции корпуса. Составление индивидуальных конкурсных композиций .
Исполнение конкурсных танцевальных композиций.

Раздел 4. Подготовка и участие в соревнованиях по спортивным бальным танцам (индивидуальные занятия)

Практика. Разучивание танца пасодобль и новых фигур в танцах ча-ча-ча, самба, джайв.
Разучивание танца медленный фокстрот и новых фигур в танцах медленный вальс, венский вальс, квикстеп.

Раздел 5. Показательные выступления

Для группы спортивного совершенствования предполагается:

- 1) В латиноамериканской программе изучение и освоение фигур
 - по «Д» классу в танцах ча-ча-ча, самба, джайв. Для этой группы добавляется танец «румба»;
 - для достижения уровня «С» класса добавляется танец «пасодобль» и новые фигуры в ранее перечисленных танцах.
- 2) В европейской программе изучение и освоение фигур
 - по «Д» классу в танцах медленный вальс, венский вальс, квикстеп. Для этой группы добавляется танец «танго»;
 - для достижения уровня «С» класса добавляется танец медленный фокстрот и новые фигуры в ранее перечисленных танцах.

Методическое обеспечение программы

Танцевально-практическая деятельность

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

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

Методы обучения

- Объяснительно-иллюстративный, т.к. он способствует созданию прочной информационной базы для формирования умений и навыков. Обучающиеся приобретают знания в готовом виде, которые излагает педагог.

- Репродуктивный. При нем обучающиеся сами воспроизводят известный им по опыту материал. Этот метод позволяет педагогу осуществить контроль за тем, как учащиеся усваивают знания, овладевают умениями и навыками. С помощью разнообразных заданий педагог предлагает воспроизвести разученные ранее танцевальные движения, показать умения и навыки. Этот метод применяется в вариантах: первый - это воспроизведение танцевального материала в наглядно-образной форме; второй - в форме устного изложения; третий - в форме исполнения танцевальной композиции целиком или фрагмента.

- Проблемный. Он заключается в том, что педагог выдвигает перед обучающимися познавательную проблему, и сам показывает путь ее решения.

Частично-поисковый, исследовательский. Эти методы, в отличие от предыдущих, предполагают более активную познавательную деятельность детей. Педагог ставит проблемную ситуацию и предполагает решить самостоятельно. Эти методы взаимосвязаны. Они более эффективны, способствуют более глубокому усвоению танцевального материала.

- *Приемы обучения*

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

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

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

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

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

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

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

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

Организационные формы обучения

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

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

Особенности проведения учебного занятия

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

Алгоритм традиционного занятия

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

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

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

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

Воспитательная работа

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

Материально-техническая база

1. Гигиена помещения: светлое, достаточно просторное, проветриваемое, с соответствующим покрытием пола (паркет).
2. Музыкальное сопровождение: музыкальные записи с соответствующим музыкальным ритмом и темпом для каждой группы.

Дидактическое обеспечение:

- литература по предметной деятельности;
- запись видеоуроков;
- нотный материал.

Мониторинг образовательных результатов

Мониторинг образовательных результатов в объединении проводится по нескольким параметрам:

- уровень теоретических знаний;
- уровень практических навыков;

– динамика личностного роста.

Показатели (оцениваемые качества)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Количе ство баллов	Методы диагностики
Изменения в знании обучающимися теории	Соответствие теоретических знаний ребенка программному материалу	Минимальный уровень (1/2 объема знаний)	1	Тестирование Наблюдение
		Средний уровень (более 1/2 объема знаний)	5	
		Максимальный уровень (ребенок практически освоил весь объем знаний за конкретный период)	10	
Изменения в практической подготовке обучающихся	Соответствие практических умений и навыков материалу программы	Минимальный уровень (объем умений и навыков составляет менее чем 1/2 умений)	1	Наблюдение
		Средний уровень (объем умений и навыков составляет более 1/2)	5	
		Максимальный уровень (овладел всеми умениями и навыками)	10	
	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания)	1	Контрольные задания
		Репродуктивный уровень (выполняет задания на основе образца)	5	
		Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	10	
	Техника исполнения	Минимальный уровень (множество ошибок при выполнении основных	1	Наблюдение

	танцевальных движений	движений)		
		Средний уровень (правильность выполнения основных движений, но не в ритме музыки)	5	
		Максимальный уровень (правильность выполнения всех движений, в ритме музыки, артистично)	10	
Личностный рост обучающихся	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	Избегает участие в оных	0	Наблюдение
		Участвует при побуждении извне	5	
		Инициативен в общих делах	10	
	Участие в концертной деятельности	Минимальный уровень (участие в простых номерах на уровне ОУ)	1	Портфолио обучающегося
		Средний уровень (участие в простых номерах на мероприятиях разного уровня)	5	
		Максимальный уровень (активное участие в сложных номерах на мероприятиях разного уровня)	10	
	Способность переносить известные нагрузки, преодолевать трудности	Терпения хватает менее чем на 1/2 занятия	1	Наблюдение
		Терпения хватает больше чем на 1/2 занятия	5	
		Терпения хватает на все занятие	10	

Список используемой литературы

1. Азбука танцев (авт.-сост. Е.В. Диниц, Д.А.Ермаков, О.В.Иванникова). - М.: ООО Издательство АСТ, 2004 г.
2. . Богомолова Л. Танец: ритм и пластика. – М., 1991
3. Венский вальс. Как воспитать чемпиона. - Томск: 8ТТ, 2000г.
4. Горб В.Г. Теоретические основы мониторинга образовательной деятельности. Педагогика.- 2003г.- №5
5. Гусевы С. и Ю. Танцы Артека. – М., 1993
6. Гью Говард. Вопросы и ответы по технике исполнения стандартных танцев. - Лондон, .
7. Детские танцы с Климовой Анной. Видеолекция. – 2003г.
6. Елфимов А.И. Ученик и педагог. - Ярославль, 2000.
7. Ильина Т.В. Мониторинг образовательных результатов в учреждении дополнительного образования детей: в 2-х частях. - г. Ярославль, 2000г.
8. Классификация фигур // Итоги, МФТС. – 1996-2000.
9. Климова А.С. Методические рекомендации. Технология организации и проведения аттестации школ спортивного танца. – М., 2005.
10. Климова А.С. О методическом обеспечении программы «Шесть ступеней мастерства» // Сотрудники. Научно-методический, нормативно-правовой и информационный вестник МГДД(Ю)Т. – 2005. – № 3.
11. . Материалы Международного конгресса по социальным танцам 1998 года. – М., 1998.
12. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев (перевод с английского и редакция Ю. Пина) учебное пособие для подготовки учителей танцев. - Лондон, Имперское общество учителей танцев, 1993 г.
13. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев (под редакцией Ю.Пина, пособие для учителей бальных танцев). - Имперское общество учителей танцев. Лондон, 1993 г.
14. Современный бальный танец (пособие для студентов институтов культуры и руководителей коллективов бального танца, М.Просвещение, 1978
15. Соколовский Ю.Е. Основы педагогики бальной хореографии. – М., 1976.
16. Сюжетно-ролевые игры: приложение к методике игрового стрейтчинга. – СПб., 1994.
17. Тобиас М., Стюарт М. Растягивайся и расслабляйся. – М., 1994.
18. Школьников Л. О танцах в шутку и всерьёз. – М., 1975.

Приложения

Приложение 1

Комплекс упражнений для пластической партнерной гимнастики

Основные упражнения включаются в каждый комплекс в виде статических поз и задержек (7-8 упражнений):

- «березка»-стойка на лопатках;
- «плуг» - растягивание мышц-разгибателей шеи, спины, бедра, сгибателей голени, стопы;
- шпагаты – прямой, правой (левой) ногой;
- повороты вправо (влево);
- «лодочка» - укрепление мышц спины, ног;
- «бабочка» - поза йога – растягивание приводящих и разгибающих мышц бедра;
- «кошечка»;
- «кобра».