


Управление образования Исполнительного комитета муниципального
образования г. Казани
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Заречье»
Кировского района г. Казани

Принята на заседании
педагогического совета
МБУДО «ЦДОД «Заречье»
Протокол № 1
от «25»августа 2022г.

«Утверждаю»
Директор МБУДО «ЦДОД «Заречье»
Т.В. Сорокина
Приказ № 159
от «29»августа 2022г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
объединения
бальных танцев «Лагуна»
Возраст учащихся: 7– 14 лет
Срок реализации: 3 года

Составил:
Каргин Руслан Валерьевич
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Казань 2019

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Спортивные бальные танцы - это прекрасное сочетание спорта и искусства. Спортивные бальные танцы очень популярны во всем мире. В России в настоящее время спортивные бальные танцы являются самым массовым видом спорта среди детей и молодежи. Только в Поволжье более 150 клубов Приволжской федерации танцевального спорта объединяют в своих рядах более 10 тысяч спортсменов. Эти цифры еще не учитывают исполнителей спортивных бальных танцев из групп начальной подготовки (школы танцев), которые с нуля в течение одного года или двух лет постигают азы танцевального мастерства и готовятся к будущим соревнованиям. Исполнители спортивных бальных танцев могут показать свои способности в различных видах соревнований как в личном, так и в командном зачёте, проявить себя в различных конкурсах и фестивалях, в концертах в школах, центрах детского творчества, в Домах культуры (ансамбли, индивидуальная программа). Спортивные бальные танцы - очень зрелищный вид выступлений.

Дети, занимающиеся спортивными бальными танцами, имеют возможность:

- укреплять свое здоровье и вести здоровый образ жизни;
- познакомиться с танцевальной культурой народов разных стран;
- повышать культуру поведения;
- развивать творческие способности по дизайну танцевальных костюмов и причесок;
- развивать творческие танцевальные способности;
- совершенствовать мастерство, участвуя в соревнованиях и фестивалях;
- быть членом танцевально-спортивного клуба, коллектива единомышленников, участвовать в командных соревнованиях и выступлениях, клубных мероприятиях, развивать свое чувство коллективизма и взаимопомощи.

Необходимость разработки программы

В настоящее время не существует типовой программы обучения спортивным бальным танцам. В федерации танцевального спорта РФ (ФТС РТ) есть «Правила исполнения программы на конкурсах», которые включают в себя

перечень фигур, разрешенных для исполнения спортсменами различных классов. Эти правила ФТС РТ, учебники по европейским и латиноамериканским танцам ведущих мировых специалистов а также большой личный опыт педагогов являются базой для составления настоящей программы обучения спортивным бальным танцам.

Новизна программы состоит в новых подходах к критериям оценки результативности обучения начинающих танцоров. Автором разработана система «10 ступеней мастерства для начинающих исполнителей спортивных бальных танцев» с целью итоговой проверки качества усвоения знаний и навыков, подтверждения танцевального мастерства на определенной ступени обучения. (В настоящее время в федерации танцевального спорта РТ существует только система конкурсных испытаний-соревнований для начинающих танцоров.) Несмотря на огромную популярность спортивных бальных танцев, танцевальный спорт РТ несет сейчас большие потери среди начинающих танцоров: количество детей, бросивших танцы, примерно равно количеству вновь записавшихся детей. То есть, практически нет прироста начинающих танцоров-спортсменов. Одной из причин этого является то, что слишком рано дети выходят на соревнования: на 1 и 2 годах обучения. А ведь для того, чтобы бросить танцы, ребенку достаточно несколько раз занять последние места или не пройти отборочные туры на соревнованиях.

Предлагаемые в программе методы обучения бальным танцам могут быть использованы как хорошие стимулы для творческого роста детей и для сохранения интереса к занятиям бальными танцами у детей в течение длительного времени.

1.2 Ведущая идея программы, цель, задачи, и принципы программы

Этапы программы и сроки реализации

Программа обучения исполнителей спортивных бальных танцев является долгосрочной и включает в себя следующие этапы:

Этап 1. «10 ступеней мастерства» - это программа для начинающих исполнителей спортивных бальных танцев (для группы начальной подготовки первого, второго и третьего годов обучения). Срок реализации -3 года.

Этап 2. «Восходящие звезды» - это долгосрочная программа для исполнителей спортивных бальных танцев, имеющих спортивные разряды

(танцевальные классы) и выступающих на соревнованиях. Срок реализации - 4 года.

Цель программы

Приобщение детей к общечеловеческим ценностям мировой танцевальной культуры, опираясь на интерес к спортивным бальным танцам, раскрыть творческую индивидуальность каждой формирующейся личности юного танцора, его способности к самовыражению в танце.

Цель 1 этапа «10 ступеней мастерства» - овладение основами спортивной бальной хореографии.

Цель 2 этапа «Восходящие звезды» - совершенствование профессионального исполнительского мастерства, профессиональное самоопределение в области танцевального искусства.

Задачи программы

1. Обучающие:

- дать начальные знания по истории бальных танцев;
- дать специальные знания по спортивным бальным танцам;
- сформировать музыкально-ритмические навыки;
- обучить умениям и навыкам танцевального мастерства;
- сформировать умения и навыки выступления перед зрителями и судьями.

2. Развивающие:

- сформировать правильную красивую осанку;
- развить координацию движений, гибкость и пластику;

- развить чувство ритма;
- развить память и внимание;
- развить артистизм и эмоциональность;
- развить творческие танцевальные способности;
- развить творческие способности по дизайну и стилистике танцевальных костюмов, танцевальных причесок;
- развить индивидуальность каждой танцевальной пары;
- развить спортивные качества: силу, выносливость, скорость;
- развить творческую активность детей в процессе исполнения спортивных бальных танцев.

3. Воспитывающие:

- привить трудолюбие;
- воспитать собранность и дисциплину;

- воспитать стремление к саморазвитию;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни;
- воспитать эстетический вкус и исполнительскую культуру;
- привить навыки хорошего тона и культуры поведения;
- воспитать чувство коллективизма и взаимопомощи, чувство ответственности и патриотизма.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ

1-3года обучения

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты

- Регулятивные
 - ✓ Умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
 - ✓ учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
 - ✓ планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
 - ✓ самовыражение ребенка в движении, танце.

- познавательные

Учащиеся должны уметь:

 - ✓ понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
 - ✓ организованно строиться (быстро, точно);
 - ✓ сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
 - ✓ самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

- ✓ соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- ✓ правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».
- коммуникативные
 - ✓ учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
 - ✓ формулировать собственное мнение и позицию;
 - ✓ договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
 - ✓ умение координировать свои усилия с усилиями других.
 - ✓

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ

Личностные результаты

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты

- регулятивные
 - ✓ проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
 - ✓ умение действовать по плану и планировать свою деятельность.
 - ✓ воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.
- познавательные
 - ✓ умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
 - ✓ рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
 - ✓ соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

- ✓ самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ✓ передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- ✓ передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- ✓ повторять любой ритм, заданный учителем;
- ✓ задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).
- коммуникативные
- ✓ учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- ✓ допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- ✓ учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- ✓ участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;

1.3 Методы обучения

Организационная модель образовательного процесса блочная. В процессе образовательной программы используются следующие методы обучения:

-перцептивные методы (передача и восприятие информации посредством органов чувств);

-словесные (рассказ, объяснение и т.п.);

-наглядные (выполнение упражнений, ориентируясь на образец, копируя предложенный образец);

-иллюстративно-демонстративные;

-практические (опыт, упражнения, самостоятельное выполнение заданий, освоение технологий);

-логические (организация логических операций – аналогия, анализ, индукция, дедукция);

-гностические (организация мыслительных операций – проблемно-поисковые, самостоятельная работа, проблемные ситуации и пробы);

-диалог между педагогом и обучающимся, между обучающимися;

-методы, способы и приемы педагогического мониторинга: педагогический отзыв; журнал учета; отметка; шкала оценивания результатов и др.

1.4 Способы и приемы стимулирования и мотивации детской деятельности:

эмоциональные методы: поощрение, порицание, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуаций успеха, стимулирующее оценивание, удовлетворение желаний быть значимой личностью;
познавательные методы: опора на жизненный опыт, познавательный интерес, создание проблемной ситуации, побуждение к поиску альтернативных решений, выполнение творческих заданий;

волевые методы: предъявление учебных требований, информирование об обязательных результатах обучения, самооценка деятельности и коррекция, рефлексия поведения, прогнозирование деятельности; социальные методы: развитие желания быть полезным, создание ситуации взаимопомощи, поиск контактов и сотрудничество, заинтересованность в результатах, взаимопроверка.

1.5 Прогнозируемые результаты

Уровни освоения предлагаемых знаний, умений и навыков:

- общекультурный (1 и 2 годы обучения);
- углубленный (3, год);

В конце 1 года обучения ребенок знает:

- историю бальных танцев (начальные знания);
- требования к правильной осанке; основные позиции рук, ног, головы;
- правила поведения в танцевальном коллективе, правила поведения на танцевальном паркете, правила поведения во время аттестаций.

В конце 1 года обучения ребенок знает и умеет:

- исполнять программу «10 ступеней мастерства» в объеме с 1 по 4 ступень;
- прохлопывать и протопывать различные танцевальные ритмы, используемые в танцах – выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 1 года обучения;
- выполнять комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений программы «10 ступеней мастерства» в объеме с 1 по 4 ступень;

- показывать свое исполнительское мастерство на конкурсах и перед зрителями на концертах.

В конце 2 года обучения ребенок знает:

- основные позиции корпуса, рук, ног, головы для танцевальной пары;
- правила поведения в танцевальной паре, правила поведения на соревнованиях.

В конце 2 года обучения ребенок знает и умеет:

- исполнять программу «10 ступеней мастерства» в объеме с 5 по 8 ступень;
- различные танцевальные ритмы, используемые в танцах программы «10 ступеней мастерства» в объеме с 5 по 8 ступень, умеет их прохлопывать и протопывать;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 2 года обучения;
- выполнять расширенный комплекс общефизических и танцевальных упражнений;
- показывать свое исполнительское мастерство на конкурсах и перед зрителями на концертах.

В конце 3 года обучения ребенок знает:

- музыкальные ритмы танцев программы «10 ступеней мастерства» в объеме 9 и 10 ступени и программы «Восходящие звезды» в объеме 1 и 2 ступени;
- основные позиции корпуса, рук, ног, головы партнера и партнерши при исполнении танцев программы федерации танцевального спорта РТ (ФТС РТ) для начинающих танцоров-спортсменов;
- правила исполнения программы ФТС РТ для начинающих танцоров-спортсменов на соревнованиях;
- правила спортивного костюма ФТС РТ для начинающих танцоров-спортсменов;
- правила проведения соревнований ФТС РТ для начинающих танцоров-спортсменов;

В конце 3 года обучения ребенок знает и умеет:

- исполнять программу «10 ступеней мастерства» в объеме 9 и 10 ступеней;
- исполнять программу «Восходящие звезды» в объеме 1 и 2 ступеней;
- исполнять программу ФТС РТ для начинающих танцоров-спортсменов;
- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 3 года обучения;
- выполнять комплекс общефизических и танцевальных упражнений для начинающих танцоров-спортсменов;

- показывать свое исполнительское мастерство на конкурсах и перед зрителями на концертах.

Концертно-конкурсная деятельность

Работа по программе предполагает активную концертную деятельность: участие в концертах и мероприятиях Центра детского творчества, района, округа, города. Предусмотрено участие детей в конкурсах клуба «ЛАГУНА»; в соревнованиях Республиканской федерации танцевального спорта РТ; в различных фестивалях.

II. Учебно-тематической планирование и содержание

II.1 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН Этап 1. 1-го года обучения «10 ступеней мастерства»				
№	Тема занятий	Количество часов		
		Теория(час)	практика (час)	всего (час)
1	Вводное занятие	2	-	2
2	Комплекс физических и танцевальных упражнений	-	4	4
3	Основы музыкальных ритмов	2	2	4
4	Общая и спортивная этика	6	-	6
5	1 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	24	26
6	2 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	24	26
7	3 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	26	28
8	4 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	26	28

9	Хореография	2	4	6
10	Индивидуальная работа	-	4	4
11	Творческая деятельность.	-	10	10
Итого:		20	124	144

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие.

Знакомство с обучающимися, анкетирование, собеседование, тестирование, правила поведения и содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений.

Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног,

приведения мышц в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

Основы музыкальных ритмов.

Основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Музыкальный размер: Медленный вальс - 3/4, Танго - 2/4, Квикстеп - 4/4, Самба - 2/4, Ча-ча-ча - 4/4, Джайв - 4/4, Полька - 4/4, Диско-танец - 4/4.

Основные музыкальные ритмы:

Медленный вальс - счет 1,2,3.

Танго - Быстро, Быстро, Медленно,

Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно.

Самба - Медленно и Медленно. Ча-ча-ча - счет 1,2,3, 4и. Джайв - Быстро, Быстро, Быстро и Быстро.

Общая и спортивная этика.

Правила и нормы поведения в обществе, в коллективе.

Правила поведения на танцевальном паркете. Поведение во время турниров конкурсов.

Правила спортивного костюма для начинающих танцоров.

Программа «10 ступеней мастерства»

1 ступень мастерства. :

общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене); -танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция); степень поворота (1/4, 4/4).

Фигуры в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

Танец Медленный вальс: правая перемена (вперед).

Танец Медленный вальс: правая перемена (назад)

Танец Медленный вальс: левая перемена (вперед).

Танец Медленный вальс: левая перемена (назад).

Танец Медленный вальс: правый поворот

Танец Медленный вальс: левый поворот

Танец Медленный вальс: виск

Танец Медленный вальс: поступательное шассе

Танец Самба: баунс на месте

Танец Самба : в сторону.

Танец Самба : самба ход на месте

Танец Самба : виск вправо влево

Танец Самба: ботафого на месте

Танец Полька.

Танец Диско-танец.

Танец Рок анд Ролл

Ритмические упражнения под музыку.

2 ступень мастерства.

Танец Медленный вальс: правый поворот по четвертям.

Танец Медленный вальс: перемена хэзитейшн

Танец Медленный вальс: лок степ вперед

Танец Медленный вальс: лок степ назад

Танец Танго: поступательный боковой шаг Слоу

Танец Танго: поступательный боковой шаг с шагами Квик

Танец Танго: променадный линк Танец Танго: поступательный линк

Танец Танго: звено

Танец Танго: открытый променад

Танец Танго: закрытый променад

Танец Танго: левый поворот

Танец Танго: левый поворот дама с боку

Танец Танго: карте без поворота.

Танец Самба: основное движение с правой ноги вперед.

Танец Самба: вольта на месте

Танец Самба: вольта вокруг партнера

Танец Самба: самба кики

Танец Ча-ча-ча: тайм-степ,

Танец Ча-ча-ча рука к руке.

Танец Ча-ча-ча Тайм степ

3 ступень мастерства

Танец Медленный вальс: левый поворот по четвертям.

Танец Медленный вальс: правый спин поворот

Танец Танго: карте с поворотом по четвертям.

Танец Танго: ход

Танец Танго: Открытое окончание

Танец Танго: открытый левый поворот дама в линию

Танец Квикстеп: 4 шага (в ритме слоу) вперед

Танец Квикстеп : типл-шассе вправо и влево

Танец Квикстеп: 4 шага (в ритме слоу) назад

Танец Квикстеп: Четвертной поворот в право

Танец Квикстеп: Четвертной поворот влево(каблучный пулл)

Танец Квикстеп :Правый поворот на углу зала

Танец Квикстеп :Правый поворот поворот

Танец Самба: стационарный самба-ход.

Танец Самба: Основные движения с левой ноги

Танец Самба: основное движение поступательное

Танец Самба: основное движение наружное

Танец Самба: Вольта поворот дамы

Танец Самба: Виск с поворотом дамы под рукой

Танец Ча-ча-ча: нью-йорк.

Танец Джайв: основное движение.

4 ступень мастерства.

Танец Медленный вальс:схема: с правой ноги 2 перемены вперед, правый поворот на четверть, 2 перемены назад, левый поворот на четверть.

Танец Квикстеп: схема: 4 шага вперед, типл-шассе вправо влево с поворотом вправо на 1/2, 4 шага назад, типл-шассе вправо влево без поворота.

Танец Самба: боковой самба-ход.

Танец Самба: Променадный самба ход

Танец Самба: Ботафого в продвижении назад
 Танец Самба: Ботафого в продвижении вперед
 Танец Самба: Теневые ботафого
 Танец Самба: Променадные ботафого
 Танец Ча-ча-ча: основное движение.
 Танец Ча-ча-ча: Шассе и альтернативное движение
 Танец Ча-ча-ча: Лок вперед ,назад
 Танец Ча-ча-ча: Ронд шассе
 Танец Ча-ча-ча: слип закрытое шассе
 Танец Ча-ча-ча: хип твист шассе
 Танец Ча-ча-ча: Тайм степ
 Танец Ча-ча-ча: Основное движение в закрытой и открытой позициях
 Танец Ча-ча-ча: Веер, работа рук у партнера и партнерши
 Танец Джайв: фолловой-разделение
 Танец Джайв: Альтернативные методы исполнения шассе
 Танец Джайв: лок вперед, лок назад
 Танец Джайв: флик приставка

Хореография.

Формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi-plie, grand-plie, releve, battement tendus, grand battement, battement relevent, позиции ног, позиции рук, упражнения на растягивание и выворотность.

Индивидуальная работа

Проводятся индивидуальные занятия по парам, по изучению и отработке материала танцевальных схем европейской программы.

Проводятся индивидуальные занятия по парам, по изучению и отработке материала танцевальных схем Латино американской программы.

11. Творческая деятельность.

Участие в концертах

Участие конкурсах

Участие в соревнованиях

II .2УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2-го года обучения

№	Тема занятий	Количество часов
---	--------------	------------------

		Теория(час)	практика (час)	всего (час)
1	Вводное занятие	2	-	2
2	Комплекс физических и танцевальных упражнений	-	4	4
3	Основы музыкальных ритмов	2	22	24
4	Общая и спортивная этика	4	-	4
5	5 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	22.	24
6	6 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	22.	24
7	7 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	22.	24
8	8 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	20	22
9	Хореография		4	4
10	Индивидуальная работа	-	4	4
11	Творческая деятельность.	-	8	8
Итого:		16	128	144

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие.

Знакомство детей с программой занятий и программой выступлений, инструктаж по технике безопасности.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений.

Знакомство с комплексом упражнений, составляющих разминку, с которой начинается каждое групповое занятие.

Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, шеи, рук и ног, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

Основы музыкальных ритмов.

Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Даются основные понятия: звук, мелодия, темп, такт, музыкальный размер, ритм.

Рассматриваются примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

Ритмический рисунок танец Медленный вальс - счет 1, 2, 3.

Темп, ритм танец Медленный Вальс

Ритмический рисунок танца Танго - Быстро, Быстро, Медленно.

Темп, ритм танец Танго

Ритмический рисунок танца Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно.

Темп, ритм танец Квикстеп Ритмический рисунок танца Самба - Медленно и Медленно.

Темп, ритм танец Самба.

Ритмический рисунок танца Ча-ча-ча - счет 1, 2, 3, 4и.

Темп, ритм танец Ча-ча-ча

Ритмический рисунок танца Джайв - Быстро, Быстро, Быстро и Быстро.

Темп, ритм танец Джайв

Музыкально-ритмические упражнения.

Синкопированные ритмы в европейской программе танцев

Синкопированные ритмы в латино американской программе танцев

Общая и спортивная этика.

Правила поведения в коллективе, в танцевальной паре.

Правила поведения во время конкурсов и соревнований

Правила спортивного костюма для начинающих танцоров.

Программа «10 ступеней мастерства».

5 степень мастерства.

Общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном Зале)

Определение линий -лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной диагональ в центр);

- танцевальные позиции в паре,

позиции корпуса,

позиции рук, ног,

позиции головы

позиции корпуса(основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижения корпуса);

Изучение и отработка- степень поворота (1/8,1/4,1/2, 4/4)

Схема танец Медленный вальс: исходное положение лицом диагональ к стене (ИП ЛДС). Правая перемена и правый поворот по четвертям.

Схема танец Медленный вальс: Исходное положение спиной диагональ в центр (ИП СДЦ). Левая перемена и левый поворот по четвертям.

Схема танец Квикстеп: Локк-степ вперед, типл-шассе влево вправо без поворота.

Схема танец Квикстеп :Локк-степ назад, типл-шассе вправо влево без поворота.

Танец Джайв: смена рук за спиной

Танец Джайв: звено

Танец Джайв:хлыст

. Танец Джайв:стоп анд гоу

6 ступень мастерства.

Изучение схемы танец Медленный вальс: ИП ЛДС с правой ноги вперед (партия партнера) правый поворот на четверть, перемена назад, левый поворот на четверть, 2 перемены вперед.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Изучение схемы танец Медленный вальс: в обратную сторону с левой ноги назад правый поворот на четверть, перемена вперед, левый поворот на четверть, 2 перемены назад.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Изучение схемы танец Квикстеп: Локк-степ вперед, типл-шассе влево вправо с поворотом вправо на $\frac{1}{2}$.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Изучение схемы танец Квикстеп: Локк-степ назад, типл-шассе вправо влево без поворота.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Изучение схемы танец Самба: ботофого из променадной в обратную променадную позицию.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Изучение схемы танец Ча-ча-ча: 3 ча-ча-ча вправо и влево, тайм степ, хип твист

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Изучение схемы танец Джайв: стоп энд гоу, основной шаг, смена мест за спиной, флик приставка, лок вперед, лок назад.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Работа наклона тела в европейских танцах

Работа бедер в латино – американских танцах

7 ступень мастерства.

Танец Медленный вальс: Правый спин поворот

Танец Медленный вальс: Левое корте

Танец Медленный вальс: Поступательное шассе вправо

Танец Медленный вальс: Наружняя перемена

Танец Танго: основной левый поворот

Танец Танго: левый поворот на поступательном боковом шаге

Танец Танго: правый твист поворот

Танец Квикстеп: правый спин поворот

Танец Квикстеп: типл шассе влево и вправо

Танец Квикстеп: Ви 6

Взаимодействие партнера с партнершей в европейских танцах.

Выход их угла, смена направления в европейских танцах, изучение-отработка.

Танец Медленный вальс изучение схемы из фигур занятия.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Танец Квикстеп вальс изучение схемы из фигур занятия.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

8 ступень мастерства.

Изучение схемы танец Медленный вальс: ИП ЛДС с правой ноги вперед партия партнера полный правый поворот, перемена, полный левый поворот, 2 перемены вперед.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Изучение схемы танец Медленный вальс: Обратно с левой ноги назад партнерши полный правый поворот, перемена, полный левый поворот, 2 перемены назад.

Отработка схемы и изучение техники исполнения.

Танец Квикстеп: кросс шассе.

Танец Квикстеп: Бегущее окончание

Танец Самба: поступательное ботафого назад.

Танец Самба: крисс кросс вольта

Танец Самба: левый поворот

Танец Самба: теневые ботафого

Танец Ча-ча-ча: соло спот-поворот, спот-поворот партнерши под рукой.

Танец Ча-ча-ча изучение фигуры: хоккейная клюшка

Танец Ча-ча-ча изучение фигуры: поворот на месте влево и вправо

Танец Ча-ча-ча изучение фигуры: Чек из ОПП иПП

Танец Ча-ча-ча изучение фигуры: три чачача

танец Джайв изучение фигуры : мельница.

танец Джайв изучение фигуры :двойное звено

танец Джайв изучение фигуры : фоллэвей троувэй

Хореография.

Комплекс упражнений классической хореографии направлен на формирование правильной и красивой осанки, развитие координации движений, гибкости и пластики Demi-plie, grand-plie, releve,

Комплекс упражнений классической хореографии: battement tendus, battement tendus Jeter, grand battement,

Комплекс упражнений классической хореографии :grand battement Jeter, battement relevent, позиции ног, позиции рук, упражнения на растягивание и выворотность.

Индивидуальная работа.

Проводятся индивидуальные занятия по парам, по изучению и отработке материала танцевальных фигур, связок, положений в паре и постановок, и т.д.

Проводятся индивидуальные занятия по парам, по изучению и отработке материала танцевальных фигур, связок, положений в паре и постановок, и т.д.

Творческая деятельность.

Участие в семинарах

Участие в соревнованиях

Участие в мастер классах

Участие в концертах

III УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
3-го года обучения

№ п/п	Тема занятия	теория	Практика	Кол-во часов
1	Вводное занятие	2	-	2
2	Комплекс физических и танцевальных упражнений	-	18	18
3	Основы музыкальных ритмов	1	1	2
4	Общая и спортивная этика	2	-	2
5	9 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	10	12
6	10 ступень программы «10 ступеней мастерства»	2	10	12
7	1 ступень «Восходящие звезды»	2	10	12
8	2 ступень «Восходящие звезды»	2	10	12

9	Хореография	9	25	34
10	Ансамбль	9	27	36
11	Итоговое занятие	-	2	2
Итого:		31	133	144

СОДЕРЖАНИЕ

Вводное занятие. Программа занятий и выступлений.

Инструктаж по технике безопасности.

Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений.

Дополнительные упражнения для развития пластики корпуса, упражнения на баланс и вращение. Специальные танцевальные упражнения для европейских танцев, упражнения для латиноамериканских танцев, упражнения для конкретного танца.

Основы музыкальных ритмов.

Медленный вальс - Счет 1,2,3. Счет 1, 2, и 3. Венский вальс - Счет 1,2,3.

Квикстеп - 1) Медленно, Медленно. 2) Быстро, Быстро, Медленно.

(Музыкальный размер 3/4). ФИГУРНЫЙ вальс - Счет 1, 2, 3. (Музыкальный размер 3/4).

Сударушка - Счет 1,2,3, 4. (Музыкальный размер 4/4). Ча-ча-ча - счет 1, 2, 3, 4и.

Самба - 1) Медленно и Медленно. 2) Медленно и Медленно и Медленно и Медленно.

Джайв - 1) Быстро, Быстро, Быстро и Быстро. 2) Быстро, Быстро, Медленно, Быстро, Быстро, Медленно. 3) Медленно, Медленно, Быстро, Быстро, Быстро, Быстро. Меренго - счет 1, 2, 3, 4. (Музыкальный размер 4/4).

Общая и спортивная этика. Взаимоотношения танцоров в паре и между соперниками.

Поведение во время аттестаций и соревнований.

Бальный этикет.

Правила проведения соревнований ФТС РТ.

Правила спортивного костюма для начинающих танцоров для начинающих танцоров-спортсменов;

Программа «10 ступеней мастерства. Программа «Восходящие звезды».

- общие принципы ориентации и построения бальной хореографии в танцевальном зале (лицом по линии танца, спиной по линии танца, лицом к стене, спиной к стене, лицом диагональ к стене, спиной диагональ к стене, лицом диагональ в центр, спиной

диагональ в центр);

- танцевальные позиции в паре, позиции корпуса, рук, ног, головы (основная закрытая позиция, основная открытая позиция, закрытая променадная позиция, закрытая обратная променадная позиция, открытая променадная позиция, открытая обратная променадная позиция, позиция противодвижения корпуса);

- степень поворота (1/8, 1/4, 1/2, 4/4).

Фигуры и стандартные вариации в европейских и латиноамериканских танцах распределены по степени сложности по ступеням мастерства.

9 ступень мастерства.

Медленный вальс: ИП ЛДС с левой ноги вперед партия партнера Виск, шассе из променадной позиции, 2 перемены вперед. В обратную сторону с правой ноги партия партнерши Виск, шассе из променадной позиции. Венский вальс: перемена-шассе вперед и назад. Квикстеп: 7 + 8 ступень. Самба: поступательная вольта, вольтовый поворот на месте. Ча-ча-ча: основное движение в повороте. Джайв: променадные шаги.

10 ступень мастерства.

Медленный вальс: внешняя перемена. Квикстеп: правый поворот, Локк-степ назад, типл-шассе вправо. Локк-степ вперед. Венский вальс: правый поворот. Самба: крисс-кросс. Ча-ча-ча: ронд-шассе, хип-твист-шассе. Джайв: американский спин.

Конкурс мастерства. Аттестационные испытания.

Этап 2. «Восходящие звезды»

1 ступень «Восходящие звезды».

Медленный вальс: проходящая перемена назад. Фигурный вальс.

Самба: вращение от руки. Ча-ча-ча: веер, хоккейная клюшка. Джайв: свивлы носок-каблук. Меренго: шаги на месте, боковой шаг.

2 ступень «Восходящие звезды».

Медленный вальс: Виск назад. Сударушка. Меренго: звездный шаг, рок-поворот.

Самба: правый и левый мейпул. Ча-ча-ча: открытый хип-твист. Джайв: цыплячий ход.

Хореография.

Demi-plie, grand-plie, releve, battement tendus, battement tendus jeter, grand battement, grand battement jeter, battement relevent, battement sur le cou-de-pied, battement developpes, позиции ног, позиции рук, упражнения на растягивание и выворотность.

Ансамбль. Репертуар: современные танцы (Рэп, Хип-хоп). Постановка пар в ансамбле. Сотрудничество танцевальных пар в ансамбле.

Отработка репертуара. Ориентирование на сценической площадке

Итоговое занятие. Отчетный концерт.

III. Обеспечение программы

Для определения эффективности программы и успешной ее реализации предполагается систематическое и непрерывное отслеживание результатов деятельности ребенка – педагогический мониторинг. Он включает в себя - отслеживание образовательных и социально-педагогических результатов, а так же эффективность воспитательных воздействий. Педагогический мониторинг позволяет выявить пробелы и недочеты в обучении, дает толчок к поиску новых, более эффективных форм и методов работы с детьми

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные способы и методики:

- педагогические наблюдения,
- показ танцев на отчетных концертах;
- внутриколлективные конкурсы.

Критериями оценки уровней освоения программы являются требования, предъявляемые к выпускникам каждого года обучения и в соответствии с ними разработанные формы контроля, результаты участия в концертной деятельности, в различных творческих конкурсах. Применяются такие формы контроля как собеседование, игровые конкурсы, наблюдения, открытые и зачетные занятия (по пройденным темам), контрольные с самостоятельными решениями творческих задач. Проводится промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах,

турнирах соревнованиях. В конце года педагог объединения подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей. Определяется степень достижения результатов обучения, закрепления знаний, творческих умений детей.

Завершающий этап освоения программы – выступление на концерте, фестивале, конкурсе перед зрителями и подробный анализ его выступления с педагогом. Для реализации образовательной программы необходимо наличие методического и материально-технического обеспечения. Дидактическое обеспечение:

изготовление необходимого реквизита, оформление для проведения занятий, праздников и игровых программ;

приобретение костюмов, реквизита;

запись, монтаж музыки для разучивания и постановки танцевальных композиций и проведения массовых зрелищ

Методическое обеспечение:

методическая литература;

аудиотека и видеотека

Материально-техническое обеспечение:

Хореографический зал

Технические средства обучения:

- магнитофон;

- диски с записями.

Наглядные пособия:

- фотостенд о конкурсах;

- информационный уголок для объявлений о конкурсах, телепередачах балльных танцев.

ЛИТЕРАТУРА

1. Учебники ведущих мировых специалистов по европейским танцам:

- Imperial Society of Teachers of Dancing "The Ballroom Technique", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Техника европейских танцев»),

- Imperial Society of Teachers of Dancing "The revised technique of Ballroom dancing", England (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника европейских танцев»),

- Alex Moore , England "Ballroom dancing" (Алекс Мур, Англия «Европейские танцы»),

- Guy Howard "Technique of Ballroom dancing", England - (Гай Говард «Техника европейских танцев», Англия).

2. Учебники ведущих мировых специалистов по латиноамериканским танцам:

- Imperial Society of Teachers of Dancing, England "The revised technique of Latin-

American dancing" (Имперское общество учителей танцев, Англия «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев»),

- Walter Laird "Technique of Latin dancing", England (Уолтер Лэрд «Техника латиноамериканских танцев», Англия).