

Департамент образования Администрации городского округа Самара
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования «Красноглинский»
городского округа Самара

Принята на заседании
методического совета
от «30» августа 2019 г.

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ЦДО
«Красноглинский» г.о. Самара
Конькова Л.П.
«30» августа 2019 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Коллектив бального танца»**

Возраст обучающихся: 5-14 лет
Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:
Бекренева Анастасия Витальевна,
педагог дополнительного образования

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Ведущая идея программы, цель, задачи, принципы программы.....	4
3. Методы обучения.....	5
4. Этапы обучения.....	6
5. Прогнозируемые результаты.....	7
6. Учебно-тематическое планирование и содержание.....	9
7. Методическое обеспечение программы.....	16
8. Литература.....	18
Приложения.....	20

1. Пояснительная записка

Широкое распространение и развитие бальной хореографии показало повышенный интерес к этому виду самостоятельного творчества у детей и родителей. Это объясняется высокой культурой и красотой его исполнения, зрелищностью и безграничными возможностями. Человек, увлекающийся бальными танцами, в течение всей жизни может хорошо владеть телом, укреплять нервную и дыхательную системы, поддерживать мышечный тонус, наслаждаясь при этом прекрасной музыкой.

Танец играет немаловажную роль и в воспитании детей. Это связано с многогранностью танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены. Танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры человека. Занятия танцами органически связано с усвоением норм, этики, немыслимы без выработки высокой культуры общения между людьми. Выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, красота, скромность, внимание к окружающим, их настроению, доброжелательность, приветливость – вот те черты, которые воспитываются у обучающихся в процессе занятия танцами и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Занятия танцами помогают воспитывать характер ребенка. Бальный танец не только помогает украсить быт, но и способствуют формированию правильной и красивой осанки, изящных движений. Он вызывает положительные эмоции, создает хорошее настроение и оказывает благоприятное влияние на самочувствие и поведение человека. Учиться танцевать необходимо с детства.

Познав красоту в процессе творчества, ребенок глубже чувствует прекрасное во всех его проявлениях: и в искусстве, и в жизни. Его художественный вкус становится более тонким, эстетические оценки явлений жизни и искусства – более зрелыми. Танец является эффективным средством организации досуга детей, культурной формой отдыха, выступает как средство массового общения людей, дает возможность содержательно провести время, познакомиться, подружиться.

Эстетическое воспитание подрастающего поколения – одна из составных частей воспитания.

Хореография в целом и бальный танец в частности наряду с другими видами искусства должны занять важное место в эстетическом воспитании детей.

Урок танца является не развлечением, а занятием, требующим собранности, дисциплины и знаний. Бальный танец требует повышенной эстетической чуткости в его оценке, отборе исполнителей.

К спортивным бальным танцам относятся 10 танцев: 5 латиноамериканских (самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль, джайв) и 5 европейских (медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот, быстрый фокстрот или квикстеп).

Наряду с европейскими и латиноамериканскими танцами, программа включает в себя отечественные, историко-бытовые и современные детские массовые танцы.

Спортивный бальный танец исполняется в паре. Отсюда вся сложность и прелесть ролевого взаимоотношения «кавалера» и «дамы». Дети, танцуя в парах, учатся помогать друг другу, прислушиваться к мнению партнера, находить совместные решения, улаживать неизбежные разногласия и даже конфликты мирным путем, овладевают культурой общения.

Поскольку учебный процесс протекает в коллективе (как правило, ансамбли «бальников» составляют 8-12 пар) и носят коллективный характер, занятия танцами развивают чувство ответственности перед товарищами, умение считаться с их интересами.

Данная программа для детей 5-14 лет, рассчитана на 4 года обучения.

Группа 1 года обучения (ритмика) формируется из 12-16 человек.

Проводятся групповые занятия 2 раза в неделю продолжительностью 2 часа.

Группа 2 года обучения состоит из 10-12 человек. Проводятся групповые занятия (2 раза в неделю по 3 часа) и индивидуальные.

Группа 3 и 4 годов обучения состоит из 8-10 человек и занимается 2 раза в неделю по 3 часа, также отводятся часы на индивидуальную работу.

2. Ведущая идея программы, цель, задачи и принципы программы

Цель программы - создание благоприятных условий для раскрытия творческих способностей детей через самореализацию в процессе занятий спортивными бальными танцами.

Задачи I года обучения:

- создавать организационно-педагогические условия для выявления и развития природных способностей у детей;
- способствовать развитию музыкально-ритмических способностей обучающихся;
- ориентировать детей в пространстве и времени;
- ставить корпус тела, руки, ноги, голову;
- развивать элементарную координацию движений у обучающихся;
- развивать ловкость, быстроту, выносливость;
- способствовать активности, настойчивости, инициативы, самостоятельности;
- создавать условия для развития и поддержки устойчивого интереса к знаниям, формирования разнообразных двигательных навыков и умений;
- способствовать формированию детского коллектива.

Задачи II года обучения:

- воспитывать музыкальность и выразительность движений;
- способствовать развитию личностных качеств - силы, выносливости, артистизма;

- содействовать развитию физических качеств - координированности, грации и пластики, танцевальности, чувства ритма;
- создавать для каждого обучающегося условия для более широкого развития творческих способностей, позволяющих соединять воспитательную, репетиционную деятельность;
- создавать условия для совершенствования слуховой, зрительной и двигательной памяти у детей;
- способствовать развитию и сохранению мотивации;
- способствовать формированию общей культуры.

Задачи III года обучения:

- способствовать формированию правильной осанки, красивой фигуры;
- развивать техническое мастерство, способность синхронно исполнять движения;
- развивать творческую инициативу и способность к самовыражению в танце;
- научить детей методике объяснения и разучивания танца.

Задачи IV года обучения:

- развивать двигательный аппарат, обеспечить выработку хорошей осанки, гибкости и специальных технических навыков;
- владеть основными приёмами техники;
- развивать творческую инициативу и способность к самовыражению в танце;
- владеть основами музыкальной грамоты и танцевальной азбуки.

Принципы программы

Определение цели, задач и содержания программы основывается на таких важнейших принципах, как последовательность и доступность обучения, опора на интерес, учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка. Соблюдение этих принципов позволяет определить перспективы развития не только каждого обучающегося, но и танцевального коллектива в целом.

В основе преподавания лежит принцип целостного, активного и эмоционального восприятия музыки, тесной связи музыки и движения.

Благодаря яркой музыке обогащается эмоциональная сфера обучающихся, расширяется музыкальный кругозор, повышается общая музыкальная культура.

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 приёмы педагогического мониторинга: педагогический отзыв; журнал учета; отметка; шкала оценивания результатов и др.

Методы, способы и приёмы 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.

4. Этапы обучения

Программа предполагает III этапа процесса подготовки исполнителей спортивного бального танца. Этапы реализации программы совпадают с годами обучения.

I этап.

Воспитание интереса к спортивным танцам, начальное обучение технике и тактике воспитания физических качеств в общем плане и с учетом специфики спортивного бального танца. Возраст 5-7 лет.

II этап.

Совершенствование двигательных навыков, физической подготовки. Активная концертная деятельность. Возраст 7-9 лет.

III этап.

Совершенствование технического мастерства, развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце. Активная концертная

деятельность. Возраст 10-12 лет.

IV этап.

Развитие двигательного аппарата, гибкости и специальных технических навыков, развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце. Активная концертная деятельность. Возраст 12-14 лет.

5. Прогнозируемые результаты

Результаты учитываются применительно к отдельной личности и выражаются в сформированности ее качеств: знаниях, умениях и навыках, чертах характера. Ожидаемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы: развития творческого мышления, памяти, воображения; приобретение и закрепление теоретических знаний и практических умений; овладение основными танцевальными движениями; умения импровизировать, двигаться под музыку; формирование общей культуры.

Ожидаемые результаты

1 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- ритм в музыке, движении;
- овладение основными навыками хореографии.

Должны уметь:

- правильно выполнять спортивно-танцевальные движения в определенной последовательности в этюдном материале;
- слышать музыку и согласовывать с ней движения;
- начинать движения после музыкального вступления и заканчивать с концом музыкальной части или фразы;
- двигаться в характере и темпе музыки;
- навык соблюдения интервалов в перестроениях;
- выполнять движения пластично, выразительно, энергично;
- ориентироваться в пространстве;
- создавать детский коллектив.

2 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- ритм в музыке, движении;
- основные принципы выполнения базовых движений.

Должны уметь:

- анализировать и исправлять свои ошибки и ошибки своих одноклассников;

- четко координировать движения тела (работу в паре), рук, ног;
- самостоятельно использовать и комбинировать изученный материал;
- приобретение навыков владения своим телом, снятие сценического зажима, свободы движения на сцене;
- приобретение навыков культуры поведения, освоения системы правил поведения, принятых в обществе.

3 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- особенности ритмического рисунка шагов, в музыке;
- отличительные свойства того или иного танцевального жанра.

Должны уметь:

- в движении передать характер и эмоции;
- сосредотачиваться, сконцентрировать внутреннюю энергию;
- свободно и уверенно держаться в любых условиях, в любой аудитории, работая с ранее отработанным материалом;
- видеть себя и оценивать свои поступки, устанавливать и поддерживать контакты с окружающими их людьми;
- владеть массовыми танцами, бальными композициями, современными танцами, историко-бытовыми танцами;
- демонстрировать свое мастерство в танцевальных композициях и легко импровизировать под музыку;
- владеть координацией движения тела и пластикой.

4 год обучения

Обучающиеся должны знать:

- основы техники танцевальных движений;
- историю развития танцевального спорта.

Должны уметь:

- в движении передать характер и эмоции;
- сосредотачиваться, сконцентрировать внутреннюю энергию;
- владеть основными приёмами техники;
- владеть основами музыкальной грамоты и танцевальной азбуки;
- владеть массовыми танцами, бальными композициями, современными танцами, историко-бытовыми танцами;
- демонстрировать свое мастерство в танцевальных композициях и легко импровизировать под музыку;
- выполнять упражнения на гибкость и координацию.

6. Учебно-тематическое планирование и содержание Учебно-тематический план I года обучения

№	Тематические блоки	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Музыкально-ритмическая деятельность	4	18	22
3.	Современные детские массовые танцы	4	6	10
4.	Спортивные бальные танцы	10	70	80
5.	Индивидуальная работа	-	10	10
6.	Танцы-игры	2	7	9
7.	Творческая деятельность	2	10	12
ИТОГО:		23	121	144

Содержание изучаемого курса I года обучения

1. Вводное занятие

Знакомство с коллективом. Ознакомление участников объединения с программой, правилами поведения, с требованиями к внешнему виду, форме одежды (обувь, костюм, прически). Беседа с детьми о хореографии. Обучение поклону – приветствию.

2. Музыкально-ритмическая деятельность

Музыка и ее характер – варианты музыкального сопровождения, характер музыки (веселый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый и т.д.), музыкальный размер: 2/4, 4/4, 3/4, 6/8. Сильные доли такта, слабые доли, акцент.

Основы хореографии: изучение позиций ног (I, II, III, VI), рук (подготовительное положение I, II, III).

Ритмические упражнения под музыку: разминка (спортивно-танцевальная, танцевально-образная) – упражнения по кругу, на середине зала, par terre (см. приложение 1).

3. Современные детские массовые танцы

Из опыта отечественных и зарубежных педагогов: «Диско», «Современные ритмы», «Свидание», «Ковбои», «Птичий двор», «Смени пару», «Переходный вальс», «Давай дружить», «Буги-вуги», «Лавата», «Танец маленьких утят», «Матрешки» и т.д., подтанцовки на современные детские песни.

4. Спортивные балльные танцы

Образование произвольных танцевальных пар. Разучивание соответствующих положений по одному и в паре (постановка корпуса), основных элементов движений, комбинаций и связок, эмоциональной окраски при исполнении движений, отношения в паре. «Полька», «Ча-ча-ча», «Самба», «Медленный вальс», и т.д.

5. Индивидуальная работа

Проводятся индивидуальные занятия по парам, по изучению и отработке материала танцевальных постановок.

6. Танцы-игры

Сюжетно-ролевые игры под музыку, игры на внимание, быстроту реакции, ловкость, проворность: «Море волнуется», «Веселый паровоз», «Воздушные шарик», «Найди себе пару», «Весёлая зарядка», «Найди свой носик», «Ручеек» и др.

7. Творческая деятельность

Участие в концертах, конкурсах, фестивалях, смотрах, игровых программах, помощь другим творческим коллективам.

Учебно-тематической план II года обучения

№	Тематические блоки	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Музыкально-ритмическая деятельность	2	10	12
3.	Основы актерского мастерства	2	6	8
4.	Постановка пар в ансамбле	2	4	6
5.	Спортивные бальные танцы	12	76	88
6.	Современные детские массовые танцы	2	4	6
7.	Индивидуальная работа	-	68	68
8.	Игры	1	3	4
9.	Творческая деятельность	3	20	13
	ИТОГО:	25	191	216

Содержание изучаемого курса II года обучения

1. Вводное занятие

Ознакомление воспитанников с программой II года обучения. Повторение правил поведения во время занятия, правил поведения в Центре детского творчества, организационные вопросы.

2. Музыкально-ритмическая деятельность

Спортивно-танцевальная разминка, ритмика с элементами пластики, пластика, сценические рисунки, различные перестроения в зале под музыку, вращения на месте и в продвижении (см. приложение 2).

3. Основы актерского мастерства

Искусство танцевального поклона в паре. Эмоциональность исполнения танца. Мимика и жесты в танце. Создание определенного художественного образа в танце. Основы сценического движения.

Взаимоотношения партнеров в паре. Пара как танцевальная единица, постановка детей в пары. Права и обязанности партнеров, их взаимоотношения, улаживание конфликтов мирным путем. Совместное творчество в паре.

4. Постановка пар в ансамбле

Ансамбль – коллективный танец с единым рисунком. Сотрудничество танцевальных пар в ансамбле, особенности общения средствами танца.

5. Спортивные бальные танцы

История происхождения и развития танцев.

Европейская программа бальных танцев, «N» класс. Движения-подготовки на технику исполнения. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей европейской программы.

Латиноамериканская программа бальных танцев, «N» класс.

Движения-подготовки на технику исполнения. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей латиноамериканской программы.

6. Современные детские массовые танцы

Подтанцовки к современным детским песням, танцы-хороводы, танцы-игры: «Макарена», «Ламбада», «Твист», «Рок-н-рол», и т.д.

7. Индивидуальная работа

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

8. Игры

Снятие психологического напряжения, создание благоприятной дружеской атмосферы. «Птички в клетке», «Мышеловка», «Стульчики», «Али-баба», «Чай, чай выручай», «Краски», «Пианино», «Изобрази профессию», «Колечко», «Испорченный телефон», «Угадай чей голосок» и др.

9. Творческая деятельность

Участие в концертах, конкурсах, фестивалях, смотрах, игровых программах, помощь другим творческим коллективам.

Учебно-тематической план III года обучения

№	Тематические блоки	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Музыкально-ритмическая деятельность	2	8	10
3.	Актерское мастерство танцора	1	3	4
4.	Действие балльных пар в ансамбле	2	10	12
5.	Спортивные балльные танцы	14	78	92
6.	Массовые танцы	1	2	3
7.	Индивидуальная работа	-	68	68
8.	Игры	1	2	3
9.	Творческая деятельность	2	21	23
	ИТОГО:	24	192	216

Содержание изучаемого курса III года обучения

1. Вводное занятие. Организационные вопросы.

2. Музыкально-ритмическая деятельность.

Музыкальное сопровождение танца. Музыка различных танцевальных жанров. Язык музыки. Повторение основ хореографии, пройденных на II году обучения. Спортивно-танцевальная разминка, пластика, стрейч, вращение на месте и в продвижении.

3. Актерское мастерство танцора. Основы сценического движения. Культура взаимоотношений танцоров в паре. Правила поведения на сценической площадке. Искусство танцевального поклона в паре. Эмоциональность исполнения танца. Мимика и жесты в танце.

4. Действие балльных пар в ансамбле. Ансамбль – коллективный танец с единым рисунком. Сотрудничество танцевальных пар в ансамбле, чувство коллективизма, ответственности за общее дело.

5. Спортивные балльные танцы. История происхождения и развития танцев. *Европейская программа* балльных танцев, «Е» класс. Движения-подготовки на технику исполнения танцев «стандарта». Постановка корпуса, положение в паре. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей европейской программы.

Латиноамериканская программа балльных танцев, «Е» класс. Движения-подготовки на технику исполнения танцев «латины». Постановка

корпуса, положение в паре. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей латиноамериканской программы.

6. Массовые танцы. Подтанцовки на современные песни.

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

8. Игры. Игры на развитие координации, ориентировки в пространстве, ловкости: «Рыбаки и рыбки», «Воробушки», «Мороз», «Палочка-передавалочка», «Жмурки», «На пляже» и другие.

9. Творческая деятельность. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях, смотрах, игровых программах, помощь другим творческим коллективам.

Учебно-тематический план IV года обучения

№	Тематические блоки	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Музыкально-ритмическая деятельность	2	8	10
3.	Актерское мастерство танцора	1	3	4
4.	Действие балльных пар в ансамбле	2	10	12
5.	Спортивные балльные танцы	14	78	92
6.	Массовые танцы	1	2	3
7.	Индивидуальная работа	-	68	68
8.	Игры	1	2	3
9.	Творческая деятельность	2	21	23
	ИТОГО:	24	192	216

Содержание изучаемого курса IV года обучения

1. Вводное занятие. Организационные вопросы.

2. Музыкально-ритмическая деятельность.

Музыкальное сопровождение танца. Музыка различных танцевальных жанров. Язык музыки. Повторение основ хореографии, пройденных на II году обучения. Спортивно-танцевальная разминка, пластика, стрейч, вращение

на месте и в продвижении.

3. Актерское мастерство танцора. Основы сценического движения. Культура взаимоотношений танцоров в паре. Правила поведения на сценической площадке. Искусство танцевального поклона в паре. Эмоциональность исполнения танца. Мимика и жесты в танце.

4. Действие балльных пар в ансамбле. Ансамбль – коллективный танец с единым рисунком. Сотрудничество танцевальных пар в ансамбле, чувство коллективизма, ответственности за общее дело.

5. Спортивные балльные танцы. История происхождения и развития танцев. *Европейская программа* балльных танцев, «Е» класс. Движения-подготовки на технику исполнения танцев «стандарта». Постановка корпуса, положение в паре. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей европейской программы.

Латиноамериканская программа балльных танцев, «Е» класс. Движения-подготовки на технику исполнения танцев «латины». Постановка корпуса, положение в паре. Танцевальные фигуры, связки, комбинации. Исполнение танцевальных композиций с учетом особенностей латиноамериканской программы.

6. Массовые танцы. Подтанцовки на современные песни.

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

8. Игры. Игры на развитие координации, ориентировки в пространстве, ловкости: «Рыбаки и рыбки», «Воробушки», «Мороз», «Палочка-передавалочка», «Жмурки», «На пляже» и другие.

9. Творческая деятельность. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях, смотрах, игровых программах, помощь другим творческим коллективам.

7. Методическое 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 (Приложение 1).

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные способы и методики:

- педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики умений и навыков, уровня взаимоотношений в паре;
- 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.

После каждого изученного блока программы проводится промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах. 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;
- запись, монтаж музыки для разучивания и постановки танцевальных композиций и проведения массовых зрелищ.

Методическое обеспечение:

- методическая литература;
- аудиотека и видеотека.

Материально-техническое обеспечение:

Оборудование кабинета:

- помещение площадью не менее 5х8 м;
- зеркало на одной из стен сплошной площадью;
- паркетный, покрытый линолеумом или листами фанеры ДСП пол;
- стол для аппаратуры;
- шторы.

Технические средства обучения:

- музыкальный МРЗ плеер;
- колонки.

Наглядные пособия:

- позиции ног;
- фотостенд о конкурсах;
- информационный уголок для объявлений о конкурсах, о телепередачах балльных танцев.

8. Литература

Для педагога

1. Гусев С.И. Детские бытовые массовые танцы. М., 1985.
2. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. - Ростов н/Д: «Феникс», 2004.
3. Копорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. М., 1978.
4. Лиф И.В. Ритмика. М., Академия , 1999.
5. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев. – Перевод и ред. Ю.С. Пина. – М., С-П., 1993.
6. Немов Р.С. Общая психология: Учебная деятельность студии образовательных учреждений среднего профессионального образования. М., Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001.
7. Новые бальные танцы. М., 1980.
8. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. – Лондон. Имперское общество учителей танцев. Перевод и ред. Ю.С. Пина. – М., С-П., 1992.
9. Пересмотренные направления и формы обучения танцам. – Перевод и ред. Ю.С. Пина. – М., С-П., 1995.
10. Светинская В.Н. Современный бальный танец. Учебное пособие. М., 1976.
11. Современный бальный танец. Под редакцией В.М. Стриганова и В.И. Уральской. М., Просвещение 1978.
12. Строганов В.Н. Современный бальный танец. – М., 1975.
13. Ткаченко Т.С. Народный танец. М., 1980.
14. Уральская В. Разрешите пригласить! Репертуарный сборник. М., 1973.
15. Череховская Р.Л. Танцевать могут все. Минск. Издательство «Народная асвета», 1973.

Литература для детей

1. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. – М., 1973.

2. Гринберг Е.Я. Растем красивыми. – Новосибирск, 1992.
3. Земская И. Свет мой, зеркало, скажи. – Новосибирск, 1984.
4. История костюма. – М., Искусство, 1996.
5. Как построить свое «я». – М., Педагогика, 1991.

Музыкально-ритмическая деятельность

Теория. Понятие музыкального вступления. Поклон. Колонна. Движение в колонне друг за другом. Линии на середине зала. Круг (движение по кругу, сужение, расширение). Интервалы. Диагонали. Вращения.

Практика. Поклон. Постановка корпуса.

Разминка: 1. Круг:

- марш по кругу друг за другом с высоким подниманием коленей (с выделением 1-ой сильной доли-головой, хлопком);
- ходьба на полупальцах, пяточках, внутренней и внешней стороне стопы, завороты бедра при ходьбе («винт»);
- бодрый шаг;
- руки к плечам, вверх, вниз;
- руки по очереди вверх, вниз;
- бег с высоким подниманием бедра;
- бег с захлестыванием голени;
- подскоки;
- галоп;
- марш для выстраивания в линии на середине зала.

2. Упражнения на середине зала

1. Упражнения на голову: «Слоник кланяется», «Поворот головы в сторону», «Голову на ушко».
2. Плечевой пояс: «Паровозик», «Незнайка».
3. Кисти: «Вращение кулачками», «Кошечка», «Считаем пальчики».
4. Корпус: «Чашки», «Мельница», «Самолеты».
5. Ноги и корпус: «Цыплята».
6. Прыжки «Зайчики» (трамплинные прыжки по 6 п.) «По три прыжка на «четыре» - пауза» в комбинации на месте, вперед, назад, в повороте вокруг себя.
7. Упражнения на чувство ритма: «Комарики-Лесенка» (руки по очереди ставятся на пояс, плечи, вверх, 2- хлопка, то же самое вниз, хлопки за спиной).

3. Par terre

1. Сидя:
 - стопы: «Цыпленок шагает по дорожке», «Рисуем солнышко»;
 - сгибание ног в коленном суставе;
 - наклоны к ногам: ноги вместе, ноги врозь;
 - «бабочка».
2. Лежа на спине:
 - поднятие «хвостика»;
 - «Стрелочки» - махи ногами, разводы ног;
 - «Ножницы»;
 - «Велосипед»;
 - «Березка», «березка ломается» - опускание ног за голову.
3. Сидя на коленях:
 - «Кошечка-собачка»;
 - «Солдатык»;
 - «Галочка»;

- «Лисички».

4. Лежа на животе:

- «Дракончик»;
- «Лодочка»;
- «Колечко»;
- «Корзиночка»;
- «Лягушка».

5. Растяжки:

Шпагат на правую ногу, левую ногу, «поперечный».

Музыкально-ритмическая деятельность

Теория. Понятие музыкального размера 2/4; 4/4; 6/4. Постановка корпуса, положения в паре латиноамериканской и европейской программы. Позиции ног 1,2,3,6. Позиции рук-подготовительная, 1,2,3. Парная колонка, точка восприятия, исполнение движений по цепной реакции.

История происхождения и развития танцев: «Джайв», «Ча-ча-ча», Медленный вальс».

Практика. Поклон.

Разминка на середине зала в линиях.

1. Наклоны головы вперед, назад, в стороны, круговые вращения головой, смещение головы вперед, назад, в стороны.

2. Плечевой пояс и руки: упражнения на руки и плечи.

3. Наклоны корпуса в стороны:

- наклон в сторону с рукой;
- наклон в сторону с двойным махом рукой;
- наклоны в стороны с разнообразным положением рук (например: одна за спиной, другая наверху);

- наклоны вперед, назад;

- «мельница»;

- круговые вращения корпусом.

4. Бедра:

- раскачивание по одному разу;

- с хлопком на «четыре»;

- по два раза;

- круговые вращения.

5. Ноги:

- отставление ног назад из 4 позиции («пружинка» - выполняется с разбивкой по четвертям);

- «цапелька» - поднятие бедра, отведение его в сторону и обратно с раскрытыми в стороны руками.

6. Прыжки:

- трамплинные прыжки по 6 позиции с хлопками на «четыре»;

- прыжки на одной ноге (чередование левой и правой);

- «крестик» (в стороны, вперед-назад);

- подскоки на месте, вокруг себя;

- комбинация прыжков: вперед, назад, врозь, вместе.

7. Вскок-вращение (исполняется на месте с руками).

8. Вращение на месте – «держать точку».

9. Вращение по диагонали:

- шаг приставка, шаг-поворот;

- шаг-поворот (с руками).

Музыкально-ритмическая деятельность

Теория

1. Правильные выход и уход с танцевальной площадки.
2. Линия танца, движение по линии танца.
3. Понятия: «Прочес», «Круг в круге», «Шен».
4. Постановка корпуса и положения в паре в танцах латиноамериканской и европейской программ.
5. История происхождения и развития танцев «Венский вальс», «Ча-ча-ча», «Самба», «Квикстеп», «Полонез», «Менуэт».
6. Понятие синхронности, симметричности исполнения.
7. Эмоциональное общение в паре.
8. Понятие рисунка танца, виды рисунков танца («Восьмерка», «Корзиночка» и т.д.)

Практика

1. Поклон с вращением партнерши под рукой. (У мальчиков перехват рук во время вращения девочки).
2. Разминка:
 - упражнения на голову: полукруг и полный круг головой;
 - плечевой пояс и координация: марш на месте с руками, которые проходят положения: перед собой, над головой, в стороне, внизу. (Используется разная потактовая раскладка);
 - корпус:
 - а) наклоны корпуса в стороны в комбинации со сгибанием колена и движением руки;
 - б) наклоны вперед на диагональ в комбинации с движением рук;
 - в) наклоны вперед на диагональ в комбинации с движением рук и поднятием бедра;
 - г) наклоны вперед до пола в комбинации с *releve* и с движением рук по диагонали.
 - ноги:
 - а) приставные шаги, с отставлением ног назад в комбинации с движением рук;
 - б) перекрестные шаги с поднятием голени назад в комбинации с движением рук.
 - прыжки:
 - а) прыжки с поднятием голени назад;
 - б) прыжки-ноги врозь, прыжки с поднятием вверх бедра;
 - в) прыжки в стороны с движением рук (исполняются в разной потактовой раскладке);
 - вращение:
 - а) «вскок – вращение в сочетании с движением рук»;
 - б) вращение по диагонали «Шене» (Исполняется в разной потактовой раскладке).