

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКИЙ ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «РОДНИК»

Согласовано
Проектно-методический совет
от «28» августа 2018г.
Протокол № 1



Директор МОУ ДО ДЭЦ «Родник»
А.В.Киселева
«03» сентября 2018г.
Принято на заседании Педагогического совета
Протокол № 1 от «28» августа 2018г.

Физкультурно-спортивная направленность

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа «Спортивные танцы»**

Возраст обучающихся: 10-14 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Попов Павел Владимирович,
педагог дополнительного образования

Ярославль, 2018 г.

№	Оглавление	Стр
	Пояснительная записка	2
	Учебно-тематический план.....	5
	Содержание программы.....	5
	Обеспечение дополнительной общеобразовательной программы- дополнительной общеразвивающей программы	
4.1.	Методическое обеспечение.....	12
4.2.	Материально-техническое обеспечение.....	13
4.3.	Кадровое обеспечение.....	13
	Мониторинг образовательных результатов.....	14
	Список информационных источников.....	18
	Приложения	
	Приложение 1 Сводная таблица образовательных результатов обучающихся объединения «Спортивные танцы».....	20

I. Пояснительная записка

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Трудовые ресурсы страны, ее безопасность, политическая стабильность, экономическое благополучие и морально-нравственный уровень населения непосредственно зависят от состояния здоровья детей, подростков, молодежи. Сегодня многие девушки и юноши предпочитают заниматься спортом, посещать различного рода секции, студии, объединения вместо хождения по улицам и пристрастия к вредным привычкам.

Одним из видов занятий, призывающий вести здоровый образ жизни, являются спортивные танцы. Занятия современной хореографией актуальны еще по целому ряду причин: они способствуют снятию психологических и мышечных зажимов, помогают скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом, дают возможность выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Через изучение основ современной хореографии обучающиеся приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус.

Самым распространенным и популярным на сегодняшний день направлением в спортивных танцах считается хип-хоп. В Россию хип-хоп пришел с запада еще в конце 80х годов, но только сейчас он стал по-настоящему популярен, востребован и узнаваем. Основными элементами техники данного стиля являются движения под ритмичную музыку, прыжки, падения, а также легкие акробатические трюки. Современный спортивный танец – это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. Таким образом, дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Спортивные танцы» актуальна.

Направленность программы – физкультурно-спортивная, так как в ней представлен синтез хореографического обучения с физической подготовкой обучающихся, деятельность по здоровьесбережению воспитанников через комплекс упражнений и освоение танцевальных направлений.

Цель – способствовать развитию физических и личностных качеств обучающихся, а также их творческих и музыкально-исполнительских способностей посредством обучения спортивному танцу.

Задачи:

- обучить основным движениям спортивного танца, познакомить с различными направлениями;

- способствовать физическому развитию обучающихся через систему специальных упражнений;
- обучить способам точной выразительной передачи характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;
- содействовать развитию музыкально-исполнительских и творческих способностей обучающихся;
- формировать личностные качества: целеустремленность и творческую активность; ответственность, трудолюбие, а также потребность в здоровом образе жизни.

Вид программы – модифицированная. В основу программы положен материал программы Перминовой О.И. (Ставрополь). По сроку реализации – краткосрочная.

Программа рассчитана на занятия с мальчиками и девочками в возрасте 10-14 лет. По данной программе могут заниматься дети с разным уровнем хореографической подготовки. В объединение принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний для занятий данными видами деятельности. В программе учитываются возрастные и физические особенности обучающихся.

Срок реализации программы – 1 год.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу, итого – 72 часа в год.

В связи с изменениями учебного расписания обучающихся возможно внесение корректив в расписание занятий объединения с сохранением недельной нагрузки.

Форма занятия – групповая. Группы формируются в соответствии с возрастом обучающихся (10-12 лет и 13-14 лет). Для более успешного прохождения программы возможно деление групп на подгруппы или индивидуальные занятия на период изучения движений, которые являются базой для дальнейшей постановки танца, когда изучена и натренирована база, то подгруппы объединяются в группу для изучения композиций и построения танцевального номера.

Особенностью программы является включение в ее разделы не только комплекса танцевальных упражнений и материала на освоение движений спортивного танца, но и упражнений общефизической подготовки, стретчинга (упражнения на растягивание и развитие гибкости), акробатики, что будет способствовать укреплению здоровья обучающихся, их морфологическому и физическому совершенствованию.

Важным при построении образовательного процесса является принцип движения от простого к сложному, что предполагает постепенное: увеличение физической нагрузки и объемов излагаемого материала; усложнение рисунка движений рук и ног, композиций разучиваемых номеров; усложнение творческих заданий.

К концу обучения обучающиеся должны *знать*:

- историю возникновения Hip-hop;

- названия элементов различных стилей спортивного танца;
 - танцевальные направления спортивного танца;
 - разновидности техник исполнения спортивного танца;
 - танцевальную терминологию;
 - комплекс упражнений по стретчингу;
 - комплекс упражнений по акробатике;
 - комплекс упражнений общей физической подготовки;
 - уметь:*
 - слышать музыку и ритм;
 - выражать эмоционально-зримые образы музыки посредством пластических этюдов, танцевальных композиций;
 - выполнять комплексы упражнений в рамках программы (по стретчингу, акробатике, ОФП);
 - соблюдать технику безопасности;
 - владеть:*
 - приемами правильного исполнения движений спортивных танцев различных направлений;
 - проявлять:*
 - личностные качества: целеустремленность и творческую активность; ответственность, трудолюбие, а также потребность в здоровом образе жизни.
- Формой подведения итогов реализации данной дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы является участие в концертной деятельности.

II. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и видов деятельности	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Введение	1	0	1
2.	Музыкальное движение	2	3	5
3.	Базовые элементы современной хореографии	2	5	7
4.	Направления спортивного танца	5	17	22
5.	Стретчинг	1	5	6
6.	Акробатика	1	5	6
7.	Общая физическая подготовка	1	14	15
8.	Репетиционно-постановочная деятельность	1	3	4
9.	Итоговые мероприятия (концертная и мониторинговая деятельность)	0	6	6
10.	ИТОГО	14	58	72

III. Содержание программы

Раздел 1. Введение

Теория

Техника безопасности: правила поведения во время занятий, при выполнении упражнений, безопасные подходы и выходы к месту занятий, правила поведения при возникновении экстремальных ситуаций.

Раздел 2. Музыкальное движение

Тема 2.1. Основные музыкальные понятия

Теория

Основные музыкальные понятия: музыкальные размеры, музыкальная фраза, сильные и слабые доли.

Практика

Упражнения «Ассоциации», «Пантомима»; упражнения, направленные на развитие воображения и фантазии.

Тема 2.2. Музыкально-ритмическое воспитание

Теория

Понятия «темп» и «ритм».

Танцевальный шаг. Техника выполнения упражнений, движений.

Практика

Упражнение «Аплодисменты».

Вытягивание ноги вперед, в сторону, назад из первой позиции, носка вперед и натягивание носка на себя.

Ходьба (по часовой стрелке, против часовой стрелки с левой ноги, с правой ноги; шаги с хлопком на сильную долю; шаги на полупальцах; на пятках, переменный шаг, шаг с поднятым бедром, шаг с акцентом на сильную долю).

Бег (с замедлением и ускорением, на месте, в продвижении по диагонали с отбрасыванием ног от колена назад с вытянутой стопой).

Переступание из стороны в сторону.

Притопы (с хлопками в ладоши, в комбинации с шагами вперед, в сторону, назад).

Подскоки.

Пространственные построения: линия, шеренга, колонна, круг (внутренний, внешний), диагональ, интервал.

Тема 2.3. Приемы музыкально-двигательной выразительности

Теория

Приемы музыкально-двигательной выразительности: пружинные движения, маховые движения, плавные движения, движения эмоционально-динамического характера.

Практика

Упражнения «Кукловод», «Кривое зеркало» и др, направленные на развитие двигательной памяти и памяти о тактильных ощущениях.

Освоение пружинных движений: приседания, полуприседания, пружинное движение ногами - полуприсед, с последующим подъемом на носки, прыжковые движения: подпрыгивание на двух ногах; подскоки с ноги на ногу; легкие подскоки; сильные подскоки; упражнение «Попрыгунчики» (пружинное подпрыгивание); полуприседание напряженное, полуприседание пружинное; для ступни; выпады вперед и в сторону с пружинным движением в колене и т. д.; пружинное движение руками – руки в стороны, сгибание руки одновременно во всех суставах, прижать локти к бокам, кисти в стороны; разогнуть руки в стороны, подняв кисти вверх.

Освоение маховых движений: поднятие ноги с вытянутым носком вперед, в сторону до прямого угла.

Освоение плавных движений: упражнение «Тугая резинка» (плавное полуприседание); упражнение «Морская волна» (плавное движение рук).

Освоение основных движений эмоционально-динамического характера:

- ходьба: спокойно-сдержанная; неторопливая; высоко поднимая колени; бодрая; различного характера (высокий и осторожный шаг); с продвижением вперед и на месте; на полупальцах; плавная; топающий шаг на всей ступне; пружинный шаг; высокий и тихий шаг; решительный и настороженный шаг;
- бег: легкий; неторопливый танцевальный, стремительный, широкий; легкий пружинный, пружинный с прыжками; на месте и стремительный;
- упражнения «Ускоряй и замедляй», «То бегом, то шагом»;
- подготовка к вращениям – повороты из стороны в сторону на 180°;

- вращения по диагонали.

Раздел 3. Базовые элементы современной хореографии

Теория

Понятие о характере музыки (быстрая, медленная), об эмоциональной окраске (веселая, грустная), о простейших пространственных построениях (линия, круг). Техника выполнения базовых элементов современной хореографии и балета, музыкально-ритмических упражнений.

Практика

Музыкально-ритмические упражнения (ходьба в ритме и темпе музыки на месте и в пространственных построениях, вокруг себя, направо и налево). Танцевальный шаг с носка, ход с вытянутыми коленями, поднимая колени, на полу-пальцах. Плие (деми, гранд). Построения и переходы в простейшие фигуры. Базовые элементы современной хореографии и балета: пластика (различные волны); элементы балета (афро, джаз, модерн, пластика, пантомима, вращения, пируэты, сотэню, прыжки; брейкинг (силовые музыкально-хореографические движения под счет и ритм музыки, базовые акробатические танцевальные композиции, уголок, равновесие, «фризы», т.е. замирания тела в партере) и др.

Раздел 4. Направления спортивного танца

Тема 4.1. Hip-hop

Теория

Hip-hop как вид искусства. Характеристика направления Hip-hop. Стили Hip-hop Техника выполнения основных базовых элементов.

Практика

Базовые движения: подпрыгивания, скольжения, «слайды», изолированные движения отдельными частями тела, волнообразные движения. Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Тема 4.2. Girl Hip-Hop

Теория

Характеристика направления Girl Hip-hop. Техника выполнения основных базовых элементов.

Практика

Базовые движения: подпрыгивания, скольжения, «слайды», изолированные движения отдельными частями тела, волнообразные движения, элементы восточных танцев. Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Тема 4.3. The Krump

Теория

Характеристика направления the Krump. Техника выполнения основных базовых элементов.

Практика

Базовые движения: подпрыгивания, скольжения, «слайды», изолированные движения отдельными частями тела, волнообразные движения; резкие амплитудные движения; движения, передающие эмоции; комбинации широких шагов, наклонов; простые поддержки, «контактные» комбинации движений.

Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Тема 4.4. Crip Walk или C-Walk

Теория

Характеристика направления Crip Walk или C-Walk. Техника выполнения основных базовых элементов.

Практика

Базовые движения: подпрыгивания, скольжения, «слайды», импровизационная и определенная работа стоп.

Танцевальные комбинации движений данного танцевального направления.

Тема 4.5. House

Теория

Характеристика направления. Техника выполнения основных базовых элементов.

Практика

Базовые движения: работа ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек и шагов и сложной координации. Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Тема 4.6. Locking

Теория

Характеристика направления. Техника выполнения основных базовых элементов.

Практика

Базовые движения: подпрыгивания, скольжения, «слайды», изолированные движения отдельными частями тела, волнообразные движения, сложные координационные движения рук и корпуса на высокой скорости.

Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Тема 4.7. New Style

Теория

Характеристика направления. Техника выполнения основных базовых элементов.

Практика

Базовые движения: подпрыгивания, скольжения, «слайды», изолированные движения отдельными частями тела, волнообразные движения. Импровизация.

Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Тема 4.8. Popping

Теория

Характеристика направления. Техника выполнения основных базовых элементов.

Практика

Базовые движения: подпрыгивания, скольжения, «слайды», изолированные движения отдельными частями тела, волнообразные движения, «ставить точки» при помощи сокращения мышц, сложная пластика со множеством элементов из верхнего брейка.

Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Раздел 5. Стретчинг

Теория

Техника упражнений по профилактике плоскостопия, на гибкость, на растягивание.

Практика

Упражнения по профилактике плоскостопия: сгибать - разгибать пальцы ног; с напряжением тянуть носки на себя - от себя (медленно, колени прямые); соединить подошвы стоп (колени прямые); круговые движения стопами внутрь – наружу; поочередное поднимание выпрямленных ног; максимальное разведение и сведение пяток, не отрывая носков от пола; отрывать от пола пятки; отрывать от пола носки.

Упражнения на гибкость: «складочка», «бабочка», «рыбка», «мостик», перекаты на спине, «крабик», «лотос», «лягушка» и др.

Упражнения на растягивание: выпады; шпагаты: продольный левый, продольный правый, поперечный, «захват ноги», «мах в кольцо».

Раздел 6. Акробатика

Теория

Техника выполнения акробатических упражнений.

Практика

Базовые акробатические упражнения: «мостик» из положения лежа и стоя, «березка», «складка», кувырки в различных направлениях, шпагаты с правой и левой ноги, «стойка-краб» с прямыми ногами и широко разведенными в сторону на одной и двух руках, «складка», кувырки в различных направлениях, шпагаты с правой и левой ноги, «колесо вперед»

(плюс колесо в разные стороны с разных рук), «циркуль», прыжок через ногу «узел», переворот в воздухе на руках всем телом, «полу-свайсп» («бочка»). Упражнения на равновесие (балансирования) с вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты, сальто). Стойка на голове, стойка на руках. Парные упражнения, поддержки.

Раздел 7. Общая физическая подготовка

Теория

Техника выполнения упражнений.

Практика

Упражнения на:

- улучшение подвижности в суставах;
- развитие гибкости;
- развитие эластичности мышц и связок;
- развитие подъема стопы, прыгучести;
- развитие выворотности, шага вперед, в сторону, назад;
- упражнения на развитие силы мышц спины и пресса.

Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса:

- наклоны головы вперед, назад и в стороны;
- повороты головы вправо и влево;
- круговые движения головой по полукругу и по целому кругу;
- вытягивание шеи вперед и в стороны;
- подъем и опускание плеч вверх, вниз, вместе и поочередно;
- круговые движения плечами вперед и назад, двумя вместе и поочередно.

Упражнения для рук:

- подъем и опускание вверх-вниз;
- разведение в стороны;
- сгибание рук в локтях;
- круговые движения «мельница»;
- круговые махи одной рукой и двумя вместе;
- отведение согнутых в локтях рук в стороны;

Упражнения для кистей рук:

- наклоны вперед, в стороны;
- отведение вправо, влево;
- вращение кистей наружу, внутрь.

Упражнения для корпуса:

- наклоны вперед, в стороны;
- перегибы назад;
- повороты корпуса;
- круговые движения в поясе;
- смещение корпуса от талии в стороны;
- расслабление и напряжение мышц корпуса.

Упражнения для ног:

- полуприседания;

- подъем на полупальцы;
- подъем согнутой в колене ноги;
- разгибание и сгибание ноги в коленном суставе вперед, в сторону;
- то же с приседанием;
- отведение ноги, выпады вперед и в стороны;
- разворот согнутой в колене ноги.

Упражнения для ступней ног:

- сгибание и разгибание ноги в голеностопном суставе;
- отведение стопы наружу и внутрь;
- круговые движения стопой.

Прыжки:

- на обеих ногах;
- на одной (по 2, 4, 8 на каждой);
- прыжок с просветом;
- перескоки с одной ноги на другую с отведением работающей ноги на носок или пятку вперед и в стороны;
- подскоки;
- легкий бег.

Дыхательная гимнастика:

- звуко-двигательные дыхательные упражнения;
- игры, позволяющие закрепить привычку удлинить выдох;
- упражнения на восстановление дыхания.

Упражнения на расслабление:

- «Куколка», направленное на постепенное расслабление;
- «музыкальная релаксация» (полное расслабление).

Раздел 8. Репетиционно-постановочная деятельность

Теория

Культура исполнителя. Правила поведения на сцене.

Практика

Отработка сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, отработка танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло, танцевальных композиций и др.

Раздел 9. Итоговые мероприятия (концертная и мониторинговая деятельность)

Практика

Выступления, участие в концертах, в мероприятиях различного уровня. Диагностические мероприятия.

IV. Обеспечение дополнительной общеобразовательной программы- дополнительной общеразвивающей программы

Методическое обеспечение

Приемы и методы организации учебного процесса:

- метод наглядного восприятия – показ упражнений, движений, схем, просмотр видеозаписей;
- метод словесный – лекция, беседа, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку;
- метод повторения – выработка умений и навыков танцевальных движений;
- метод дробления – разделение основного движения на отдельные шаги, сложных учебных схем на отдельные элементы;
- метод анализа – анализ учебного занятия, открытого занятия, концертного выступления и деятельности в целом;
- метод контроля – проверка знаний, умений и навыков.

Формы организации образовательного процесса: групповая, по подгруппам, индивидуальная.

Формы проведения занятий.

1. Традиционное (групповое).

Включает в себя следующие части:

- разминка на все группы мышц, построение корпуса;
- основная часть – получение теоретических знаний по теме / технике выполнения основных движений;
- отработка основных движений;
- самостоятельная работа под контролем педагога;
- рефлексия.

2. Традиционное (индивидуальное)

Состоит из следующих частей:

- разминка на все группы мышц, построение корпуса;
- постановка личной схемы танца;
- тренировка технических моментов танца;
- совершенствование основных движений и на их основе – более сложных движений;
- работа над эмоциональной выразительностью, исполнительским мастерством.

3. Практическое занятие по стретчингу, ОФП, акробатике.

Включает в себя следующие части:

- разминка на все группы мышц;
- основная часть – выполнение комплекса упражнений;
- упражнения на расслабление и восстановление дыхания.

4. Открытое занятие.

Включает в себя следующие части:

- разминка на все группы мышц, построение корпуса;
- основная часть – демонстрация танцевальных композиций;
- рефлексия.

5. Танцевальный «баттл».

Включает в себя следующие части:

- разминка на все группы мышц, построение корпуса;
- основная часть – соревнование между участниками в умении импровизировать под музыку определенного стиля;
- рефлексия.

Дидактические материалы:

- методические разработки: «Основатели hip-hop культуры», «История hip-hop культуры» и др;
- портфолио объединения;
- диагностические материалы (тесты, опросники, задания «Теория», «Гибкость», «Координация», «Импровизация» и т.д.);
- аудио и видеозаписи (музыка, концертные номера и т.д.).

Материально-техническое обеспечение

Зал:

- помещение не менее 45м², с хорошей освещенностью, некрашеным деревянным полом или специальным танцевальным покрытием;
- станки из расчёта около 1-го метра длины станка на 1 обучающегося, т.е. 12-15 метров, - зеркала, как минимум по одной стене высотой 1,8-2 м;
- стол для аппаратуры;
- стул.

Раздевалки для обучающихся (для девочек и мальчиков).

Форма для занятий (бриджи (шорты), футболка или гимнастический купальник, чешки);

концертные костюмы и обувь.

Технические средства обучения:

- музыкальный центр;
- телевизор / ПК (ноутбук) для демонстрации видеозаписей.

Инвентарь: коврики.

Кадровое обеспечение

Для реализации данной дополнительной общеобразовательной программы -дополнительной общеразвивающей программы обязательно наличие педагога дополнительного образования с хореографической подготовкой по данному профилю.

V. Мониторинг образовательных результатов

В ходе обучения по дополнительной общеобразовательной программе – дополнительной общеразвивающей программе «Спортивные танцы» педагог систематически отслеживает результативность деятельности обучающихся.

Цель мониторинга – определить уровень освоения теоретических основ и практических умений обучающихся в рамках дисциплины, динамику развития их физических, эстетических и личностных качеств, а также творческих и музыкально-исполнительских способностей.

Мониторинг в объединении проводится согласно обозначенным критериям и показателям 2 раза в год: промежуточный – в конце полугодия; итоговый – в конце учебного года. Показатели уровневые: высокий уровень – 3 балла; средний – 2 балла; низкий – 1 балл.

Результаты каждого обучающегося заносятся в сводную таблицу образовательных результатов (Приложение 1).

Мониторинг образовательных результатов

Критерии	Показатели	Формы и методы
<p>1. Уровень теоретической подготовки обучающегося</p>	<p><i>высокий уровень</i> – обучающийся свободно владеет танцевальной терминологией, знает отличия танцевальных направлений и особенности техник исполнения, комплексы упражнений (стретчинг, акробатика, ОФП) в достаточном объеме;</p> <p><i>средний уровень</i> – обучающийся употребляет танцевальную терминологию наряду с разговорными словами; знает отличия танцевальных направлений и особенности техник исполнения, но допускает незначительные ошибки; знает комплексы упражнений (стретчинг, акробатика, ОФП) в небольшом объеме;</p> <p><i>низкий уровень</i> – обучающийся использует отдельные танцевальные термины, чаще прибегая к разговорной лексике; путает танцевальные направления и особенности техник исполнения; знает технику выполнения отдельных упражнений (стретчинг, акробатика, ОФП).</p>	<p>Контрольный опрос, тест</p>
<p>2. Уровень практической подготовки обучающегося</p>	<p><i>Высокий уровень</i> – владеет приемами правильного исполнения движений спортивных танцев различных направлений (Hip-hop, Girl Hip-Hop, the Krump, Crip Walk, Locking, House, New Style, Popping); выполняет без ошибок все изученные в рамках программы комплексы упражнений (по стретчингу, акробатике, ОФП);</p> <p><i>Средний уровень</i> – допускает незначительные ошибки при выполнении базовых движений спортивных танцев различных направлений, а также при</p>	<p>Наблюдение, контрольные упражнения</p>

	<p>выполнении комплексов упражнений (по стретчингу, акробатике, ОФП), способен сам определить ошибку и исправить ее.</p> <p><i>Низкий уровень</i> – допускает много ошибок при выполнении базовых движений спортивных танцев различных направлений, а также при выполнении комплексов упражнений (по стретчингу, акробатике, ОФП), не способен сам определить ошибку, может исправить ее после замечания педагога.</p>	
3. Уровень соблюдения правил техники безопасности	<p><i>Высокий уровень</i> – обучающийся сознательно и добросовестно выполняет правила поведения во время занятий, при выполнении упражнений.</p> <p><i>Средний уровень</i> – обучающийся в основном соблюдает правила поведения во время занятий, при выполнении упражнений.</p> <p><i>Низкий уровень</i> – обучающийся игнорирует требования техники безопасности и правила поведения во время занятий, при выполнении упражнений, нуждается в контроле со стороны педагога.</p>	Наблюдение
4. Исполнительский уровень обучающегося	<p><i>Высокий уровень</i> – владеет техникой исполнения спортивных танцев всех изученных направлений, яркая эмоциональная передача танцевального образа, ярко выраженные творческие способности, умение импровизировать.</p> <p><i>Средний уровень</i> – допускает незначительные ошибки в технике исполнения танцев различных направлений, недостаточная эмоциональная передача танцевального образа, недостаточно</p>	Контрольные упражнения, баттлы, выступления

	<p>выраженные творческие способности. <i>Низкий уровень</i> – минимально владеет техникой исполнения, путает движения танцев различных направлений, не умеет эмоционально передавать танцевальный образ, не способен к импровизации и творчеству.</p>	
<p>5. Динамика развития личностных качеств: целеустремленность и творческая активность; ответственность, трудолюбие, потребность в здоровом образе жизни</p>	<p>«+» – наличие положительной динамики развития данных качеств; «-» – отсутствие положительной динамики развития данных качеств.</p> <p>Оценивается один раз в конце года</p>	<p>Наблюдение</p>

Список информационных источников

1. Антонова Л. В. Фитнес и ваше здоровье. - М.: Вече, 2008
2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Под ред. Е. Б. Мякинченко и М.П Шестакова. – М.: СпортАкадемПресс, 2002.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии / Т.Барышникова. – СПб, 1996.
4. Большая книга игр. – М.: Эксмо, 2007.
5. Дункан А. Танец будущего. Моя жизнь. – Киев, 1989.
6. Захаров Р. Искусство балетмейстера. – М., 1954.
7. Игры – Обучение, Тренинг, Досуг / Под. Ред. В.В Петрусинского, в четырех книгах. – М.: Новая школа, 1994.
8. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р).
9. Кох И.Э. Основы сценического движения. – Л., 1970.
10. Михайлова М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. – Ярославль, 2000.
11. Мухина В.С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студ. высш. учеб. заведений / В.С.Мухина. – 10-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», – 2006.
12. Подвижные игры. – М.: Мой Мир ГмбХ & Ко. КГ, 2007. (Азбука дошкольного воспитания).
13. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 29 ноября 2018 г. Регистрационный № 52831).
14. Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение: методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб, 2000.
15. Руднева С., Фиш А. Ритмика. Музыкально-ритмические движения. – М.: Просвещение, 1972.
16. Румнев А. О пантомиме. – М., 1964.
17. Слостенин В.А. и др. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, Е. Н. Шиянов; – М.: Издательский центр «Академия», 2002.
18. Станиславский К. С. Работа актера над собой. Собр. соч., т.2. – М., 1989.
19. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция).
20. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985.
21. Ястребов Ю. От замысла до художественного воплощения. Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности». – М.: Советская Россия, 1978.

Для обучающихся:

1. Антонова Л. В. Фитнес и ваше здоровье. – М.: Вече, 2008.
2. Михайлова, М.А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. – Ярославль, 2000.
3. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985.
4. Ястребов Ю. От замысла до художественного воплощения. Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности». – М.: Советская Россия, 1978.

Приложения

Приложение 1

Сводная таблица образовательных результатов обучающихся объединения «Спортивные танцы»

Учебный год 20...-20...

Группа № _____

ФИО педагога дополнительного образования _____

№ п.п	Ф.И. обучающегося	Уровень теоретический подготовки обучающегося		Уровень практической подготовки обучающегося		Уровень соблюдения правил техники безопасности		Исполнительский уровень обучающегося		Динамика развития личностных качеств				
		П	Г	П	Г	П	Г	П	Г	целестремленность и творческая активность	целестремленность и творческая активность	ответственность	трудолюбие	потребность в здоровом образе жизни
										Г	Г	Г	Г	Г

