

Управление образования Администрации города Новочеркаска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Эколого-биологический центр»

Рассмотрено на
методическом совете
от 31.08.2020г.
протокол №9

Принято на
педагогическом совете
от 31.08.2020г.
протокол № 1

Утверждено

директором МБУ ДО ЭБЦ
Ю.А. Рущенко
Приказ от 31.08.2020г. №57



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа «Театр танца»**

Направленность: художественная

Автор-составитель:
Педагог дополнительного образования
Лысенкова Екатерина Вячеславовна
1 квалификационной категории
Срок реализации: 3 года
Возраст учащихся: 13-16 лет

2020 год

Пояснительная записка

Хореография — один из древнейших видов искусства. Танец, это волшебный мир, в котором с помощью языка тела и музыки можно выразить любое чувство. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения. Одним из видов хореографии является направление хип-хоп.

Хип-хоп танцы в городах становятся все более популярными и имеют серьезное будущее. Хип-хоп дает много возможности для импровизации и самовыражения. Иногда легкий и плавный, иногда жесткий и агрессивный – этот танец всегда найдет своих истинных поклонников. Хип-хоперы – это яркое поколение современной молодежи, которая свободно выражает свои эмоции с помощью уличных танцев. Хип-хоп – это выбор смелых и неординарных молодых людей. При прохождении материала по программе «Театр танца» у детей появляется интерес к танцу как направлению искусства.

Дополнительная образовательная программа

"Театр танца" МБУ ДО ЭБЦ имеет художественную направленность и направлена на развитие в ребенке творческих и индивидуальных способностей, которые выявляются посредством занятий современной хореографией с элементами хип-хопа и театрализацией.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Театр Танца» (LUCKY) разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014г. №1726-р);
3. Областным законом Ростовской области от 14.11.2013г. №26-3С «Об образовании в Ростовской области»;
4. Нормативно-правовых документов Федерального уровня;
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г №41 «Об утверждении Сан ПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Актуальность и педагогическая целесообразность.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, 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. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Через изучение основ хореографии дети приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус.

Программа направлена на предоставление учащемуся начального профессионального образования, в том числе, на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце.

Новизна.

Сейчас наиболее востребованным видом современной хореографии является такое танцевальное направление как хип-хоп, которое включает в себя множество стилей и подвидов, совмещая также в себе и основы любой хореографии. Все они очень динамичны, но в то же время имеют свою очередность и подразумевают под собой хорошее или минимальное владение телом, подвижность и хорошо развитую координацию.

Цель и задачи программы

Цель - приобщение детей к здоровому образу жизни, развитие творческих способностей детей, формирование понимания необходимости систематических занятий по здоровому духу и физкультуре. Раскрытие и развитие индивидуальных способностей в каждом ребенке, формируя их личность. Подготовка для участия в Официальных Российских турнирах и конкурсах, организованных ОРТО и ГОРО (Личный и командный зачёт).

Задачи.

Обучающие:

- научить детей двигаться под музыку, передавая ее динамические и ритмические нюансы;
- освоить различные дисциплины хореографии: виды танцев, ритмику, гимнастику, и.т.п.

Развивающие:

- пробудить у детей интерес к танцу как к виду искусства в целом;
- развитие творческих способностей и воображения у детей с использованием творческих заданий и конкурсов, зажечь актерские качества;
- выработать у обучающихся способность творчески создавать свой "образ" танца в соответствии со своими индивидуальными качествами;
- развить хореографические способности детей, умение владеть своим телом.

Воспитательные:

- воспитание выносливости, дисциплины, умение учитывать интересы коллектива;
- воспитание гармонично развитой, культурной и творчески активной личности.

Отличительные особенности данной программы

Занятия по данной программе проходят в интерактивной игровой форме, что дает детям лучше и с интересом усвоить пройденный материал. В качестве стимула детям может задаваться домашнее задание. Также дети сами дома, через интернет и другие источники информации, самостоятельно находят интересную для их возраста информацию о танцевальных направлениях, известных танцорах и музыке под которую проходят занятия, а на занятии в виде доклада делятся впечатлениями с остальными, тем самым обмениваясь своими впечатлениями. Помимо практических заданий они учатся еще и наглядно, тренируя все виды памяти, активность и внимательность.

Учащиеся общаются между собой не только в пределах одной группы, но и во всем коллективе, делятся опытом на занятиях и посещают конкурсы, концерты и соревнования по хип-хопу, а также другие хореографические мероприятия.

Для того, чтобы уделять внимание каждому обучающемуся количество детей в группе не должно превышать 12 человек.

Возраст детей и срок реализации программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы от 7 до 16 лет. Программа рассчитана на 3 года. Принимаются все желающие дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Во время приема и формирования групп происходит первичная диагностика творческих способностей ребенка, его знаний, умений, навыков и хореографических

данных. По итогам первичной диагностики, в зависимости от музыкальных данных и специальной подготовки, дети, поступающие в объединение, могут быть приняты в группы второго и третьего годов обучения. А также возможен досрочный перевод учащихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации.

6.Формы и режим занятий

Занятия проводятся:

1-й год обучения «общекультурный»(базовый), возраст обучающихся 7-16 лет – по 2 часа 2 раза в неделю – 144 часа в год;

2-й год обучения «репродуктивный» , возраст обучающихся 7-16 лет – по 2 часа 3 раза в неделю – 216 часов в год;

3-й год обучения «конструктивно-творческий», возраст обучающихся 7-16 лет – по 2 часа 3 раза в неделю – 216 часов в год.

В программе используется большое разнообразие форм.

Особенности состава обучающихся : неоднородный(смешанный).

Основная форма обучения – групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом. Еще одна из форм обучения - концертная деятельность: участие в концертах, фестивалях и конкурсах, подготовка к ним подогревает постоянный интерес к занятиям, помогает ребенку раскрыться эмоционально, не бояться публичных выступлений. Также есть такие формы занятия как изучение танцевальных композиций и "Джем" (когда каждый после занятия показывает как он усвоил тот или иной танцевальный фрагмент при этом приветствуется импровизация и свое видение). Также формами занятия являются теория и практика. Теория - беседа в которой раскрывается суть темы занятия, история стиля, объясняется что и как надо делать. практика - форма занятия, при которой непосредственно сам ребенок имеет возможность овладеть навыками и умениями использования теоретического знания применительно к особенностям изучаемой темы. Важнейшей стороной любого практического занятия являются упражнения (физические, танцевальные, актерские). Практические занятия формируются так, чтобы дети постоянно ощущали нарастание сложности выполняемых упражнений, испытывали положительные эмоции от переживания собственного успеха в учении, были заняты напряженной творческой работой. Большое значение имеет индивидуальный подход. Дети должны получить возможность раскрыть и проявить свои способности, свой личностный потенциал. Поэтому при разработке тем или плана занятий преподаватель должен учитывать уровень подготовки и интересы каждого ребёнка из группы. Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся, предусматривает комплексный и индивидуальный подход.

Методика преподавания на всех годах обучения сочетает в себе тренировочные гимнастические упражнения, танцевальные движения классического, а также современного танца. Большую роль играет

индивидуальный подход к каждому ребенку, учитываются его природные хореографические данные, особенности характера и его поведения в студии. Общим для каждого года обучения 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.

Последовательность изложения тем и количество времени корректируется календарным планом и может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах и фестивалях, концертах.

На первом году обучения повышенное внимание уделяется тренировочным гимнастическим упражнениям на полу и на середине. В первый год обучения важно привить такие навыки, как «вытянутая стопа», «прямая спина». Простые хореографические движения в разминке и диагонали, а также «партерная гимнастика» способствуют закреплению этих навыков.

Для второго года обучения характерно максимальное развитие природных данных. Это основной этап накопления знаний, умений и навыков.

На третьем году обучения стоит задача сохранения этого максимального уровня, так же дети знакомятся с основными законами танцевальной драматургии, овладевают навыками актерского мастерства. Обучающиеся должны стараться сами наполнить содержанием образ. Импровизация – это одна из главных особенностей данного этапа. Овладев основными элементами разных танцев, дети смогут уверенно исполнять их в различных комбинациях и связках. Таким образом, сформируется лексика танца, которая будет использоваться для выражения внутреннего эмоционального состояния исполнителя, а также развития сценического образа.

7. Ожидаемые результаты программы

После первого года обучения, учащийся должен знать и уметь:

- назначение хореографического зала, правила поведения в нем;
- ритмическое строение музыки, ее размер, части и фразы;
- будет знать понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг»;
- знать танцевальные шаги и ритмические движения,
- знать базовые элементы современного танца,
- уметь правильно держать корпус,
- уметь применять знания на практике;
- уметь работать в коллективе и учитывать общие интересы группы,

После второго года обучения, учащийся будет знать и уметь:

- будет знать приемы стретчинга, его назначение;
- будет знать танцевальные позиции рук и ног,
- быстро ориентироваться в хореографическом зале, делать различные перестроения;
- овладеет базовыми акробатическими элементами,
- уметь создать образ на заданную музыку, придумать движения под свой образ;
- будет уметь исполнять танцы основного репертуара,
- будет принимать участие в концертных и конкурсных выступлениях,
- пробуждение индивидуального стиля танца у каждого ребенка.

После третьего года обучения, учащийся будет знать и уметь:

- будет знать названия и уметь самостоятельно исполнять основные базовые шаги современных танцевальных направлений,
- будет знать понятие «стиль музыки», «образность»;
- иметь навыки сценической деятельности,
- будет уметь импровизировать и сам создавать свой танец, танцевальные выходы так называемый "фристайл",
- будет примером для младших, обмениваясь опытом с младшими,
- будет профессионально расти сам и творчески передавать самовыражение в жизни.

Помимо технического совершенствования двигательного аппарата, обучающиеся должны получить стимул к личностному развитию, т.е. воспитывать в себе такие необходимые для танца качества как трудолюбие, сосредоточенность и внимание. Кроме того, дети должны владеть основами общей культуры, разбираться в направлениях и течениях современной хореографии.

Реализация программы способствует:

- развитию навыков общения, коммуникативных компетентностей;
- повышению культурного уровня;
- воспитанию настойчивости и самоотдачи, коллективной и личной ответственности за поручение дело;
- осознанному развитию хореографических способностей;
- развитию интереса не только к творческой деятельности в коллективе, но и к творчеству других исполнителей;
- умению критически анализировать собственную деятельность.

8.Формы подведения итогов реализации программы.

С момента поступления ребенка в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования хореографических способностей, определения задач индивидуального развития: первичная диагностика (сентябрь), промежуточная аттестация (декабрь), итоговая аттестация (апрель — май).
Формы выявления полученных знаний: собеседование, практические

задания, открытые занятия, концерты, участие в конкурсных мероприятиях.

Учебно-тематический план 1-й год обучения

№ п/п	Тема занятий	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Техника безопасности.	2	-	2
2	Базовые элементы современной хореографии	4	86	90
3	Основы музыкальных ритмов	1	7	8
4	Партерная гимнастика	1	3	4
5	Общая физическая подготовка	2	8	10
6	Постановка танцевальных номеров	3	19	22
7	Концертная деятельность	-	6	6
8	Итоговое занятие	-	2	2
9	ИТОГО	13	131	144

Учебно-тематический план 2-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	-	2
2	Партерная гимнастика.	2	6	8
3	Стили хип-хопа. История возникновения стиля.	5	121	126
4	Импровизация	2	22	24
5	Акробатика	1	5	6
6	Общая физическая подготовка	-	3	3
7	Постановка и отработка танцевальных номеров.	4	35	39
8	Концертная деятельность	-	6	6
9	Итоговое занятие	-	2	2
	Итого	16	200	216

Учебно-тематический план 3-й год обучения

№ п/п	Тема занятия	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	-	2
2	Партерная гимнастика	2	6	8
3	Стили хип-хопа	5	121	126
4	Импровизация и свой стиль	2	22	24
5	Акробатика	1	5	6
6	Общая физическая подготовка	-	3	3
7	Постановка и отработка танцевальных номеров	4	35	39
8	Концертная деятельность	-	6	6
9	Итоговое занятие	-	2	2
	Итого	16	200	216

Содержание программы 1-й год обучения

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Введение в образовательную программу. Инструктаж по технике безопасности. Выявление хореографических и музыкальных данных. Диагностика спортивной подготовки.

2. Базовые элементы современной хореографии.

Образно-игровые и ритмические упражнения. Развитие чувства ритма и музыкальности. Знакомство с танцевальным стилем Хип-Хоп, как представителем целой Хип-Хоп культуры. Познакомить учащихся с основными этапами развития Хип-Хоп культуры. Познакомить детей с Хип-Хоп музыкой. Заинтересовать учащихся этим современным танцевальным направлением.

Теория. Понятие о характере музыки (быстрая, медленная), об эмоциональной окраске (веселая, грустная), о простейших пространственных построениях (линия, круг). Представление о красоте осанки, легкости шага, делающих движение красивыми и грациозными.

Практика. Музыкально-ритмические упражнения – ходьба в ритме и темпе музыки на месте и в пространственных построениях, а также вокруг себя, направо и налево. Танцевальный шаг с носка, ход с вытянутыми коленями, поднимая колени, на полу-пальцах. Различные *плие (деми, гранд)*, кач, баунс, грав.

Построения и переходы в простейшие фигуры.

3. Основы музыкальных ритмов.

Теория. Понятия: такт, сильная и слабая доля.

Практика. Основные музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, выделение сильной доли, понятие паузы, движение в заданных размерах.

4. Партерная гимнастика.

Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

5. Общая физическая подготовка.

Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

6. Постановка и отработка концертных номеров.

Изучение танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло. Начиная с первого года обучения, дети пробуют выходить на сцену, участвовать в соревнованиях в таких номинациях как группы, дуэты и соло. Подготовка к этим мероприятиям – отработка номеров и подготовка костюмов.

Практика. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие в концертах различного уровня.

7. Итоговое занятие.

Подведение итогов за год. Открытый урок. Планы на следующий год. Отчетный концерт. Выступления обучающихся с лучшими номерами.

Содержание второго года обучения.

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Проводится общее собрание группы, знакомство с программой. Изучаются правила техники безопасности и правила поведения до, во время и после занятий. Обучающиеся знакомятся с возможными перспективами.

2. Партерная гимнастика.

Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки,

развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

3.Стили хип-хопа.

Теория. История хип-хопа, использование докладов, представление видеоматериалов по теме, ведущих мировых и российских танцоров и видео выступления с чемпионатов мира и ОРТО (Общероссийская Танцевальная Организация). История возникновения стилей хип-хопа - Хаус, локинг, брейкинг. Каждый из этих направлений имеет характерные особенности: **Хип-Хоп (Old school) - "старая школа"** базовые шаги и танцевальные элементы, составляющие основу стиля.

Практика. Изучение базовых движений, шагов и техник. Исполнение различных комбинаций. Все практические занятия проводятся под музыкальное сопровождение, каждый стиль рассматривается отдельно, начиная с танцевальной разминки, изучения основных базовых элементов стиля, принципов движения, заканчивая составлением, изучением и отработкой композиции по изучаемому стилю хип-хопа. Для наглядного примера используются видеоматериалы.

4.Импровизация.

Эти занятия позволяют каждому обучающемуся раскрыться как индивидуальности и наработать умение двигаться под любую танцевальную композицию, используя изученные элементы и связки.

5.Акробатика.

Базовые акробатические упражнения: «мостик» из положения лежа и стоя, «березка», «складка», кувырки в различных направлениях, шпагаты с правой и левой ноги.

Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирования) и вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты, сальто). Стойка на голове, стойка на руках. Изучение парных упражнений, изучение поддержек.

6.Общая физическая подготовка.

Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Отжимания, приседания, прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардиоупражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

7. Постановка и отработка концертных номеров.

Изучение танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло. Участие обучающихся в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие в городских, областных и во всероссийских конкурсах.

8. Итоговое занятие.

Подведение итогов за год. Итоговая аттестация. Открытый урок. Планы на следующий год. Отчетный концерт. Выступления обучающихся с лучшими номерами.

Повторение танцевальной программы первого года обучения, и полноценный концерт всех танцев поставленных, пройденных и отработанных за два года обучения.

Содержание третьего года обучения.

1. Вводное занятие. Техника безопасности.

Проводится общее собрание группы, знакомство с программой. Изучаются правила техники безопасности и правила поведения до, во время и после занятий. Обучающиеся знакомятся с возможными перспективами. Напоминания: во время занятий нельзя принимать пищу, выполнять трюки и сложные элементы танца без указаний педагога самостоятельно; обязательно разогревать мышцы и свое тело.

2. Партерная гимнастика.

Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

3. Стили хип-хопа.

Теория. История хип-хопа, использование докладов, представление видеоматериалов по теме, ведущих мировых и российских танцоров и видеопредставления с чемпионатов мира и ОРТО (Общероссийская Танцевальная Организация). История возникновения стилей хип-хопа - Хаус, локинг, нью

стайл, крампинг, поппинг, брейкинг. Каждый из этих направлений имеет характерные особенности:

Хип-хоп (New style) – самый артистичный из всех направлений хип-хопа. Основной задачей танцора является «обыграть» звучащую композицию.

Хаус (House) – работа ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек и шагов и сложной координации.

Локинг (Locking) – сложные координационные движения рук и корпуса на высокой скорости.

Паппинг (Popping) – стиль, построенный на умении изолировать части тела, «ставить точки» при помощи сокращения мышц, а также сложная пластика с множеством элементов из верхнего брейка.

Брейкинг (Breaking) – силовой танцевальный стиль в котором необходим особенный подход и умение владеть базовыми силовыми элементами (держат свое тело на руках: уголок, равновесие, «фризы», т.е. замирения тела в партере).

Практика. Изучение базовых шагов и техник. Исполнение различных комбинаций. Все практические занятия проводятся под музыкальное сопровождение, каждый стиль рассматривается отдельно, начиная с танцевальной разминки, изучения основных базовых элементов стиля, принципов движения, заканчивая составлением, изучением и отработкой композиции по изучаемому стилю хип-хопа. Для наглядного примера используются видеоматериалы.

4. Импровизация и свой стиль.

На третьем году обучения дети под любую новую музыку передают настроение, ритм и динамику через свой наработанный опыт и отработанные комбинации занятий и выученных танцев. Особенно учитывается в сольном выходе (так называемый «свой выход») в номинациях: танцевальность и музыкальность, артистизм, креативность, универсальность и индивидуальность. Разрешается привнесение своего видения и свободы.

5. Акробатика.

Базовые акробатические упражнения: «мостик» из положений лежа и стоя, «березка», «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»).

Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирования) и вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты, сальто). Стойка на голове, стойка на руках. Изучение парных упражнений, изучение поддержек.

6. Общая физическая подготовка.

Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Отжимания, приседания, прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию. Приседание на одной ноге. Развитие равновесия (стойка на одной ноге на полупальцах) с разведенными руками во 2-й позиции.

7. Постановка и отработка концертных номеров.

На занятиях с помощью комбинаций мы отрабатываем движения и координацию, а затем составляем танцевальные этюды, которые при отработке становятся концертными номерами. Развитие чувства пространства и понимание сцены. Каждому дается индивидуальная возможность проявить себя лично в соло, в дуэте и всем коллективом. Особенно важным акцентом на выступлениях 3 года обучения является легкость, танцевальность, синхронность и музыкальность, тем самым показывая пример пришедшим начинающим в группах.

8. Итоговое занятие.

Открытый урок. Подведение итогов, итоговая аттестация, экзамен. Проведение отчетного концерта. Вручение специальных памятных дипломов по окончании 3-х летнего танцевального курса.

Методическое обеспечение.

Для достижения цели и задач образовательной программы, предусматривается в рамках учебно-воспитательного процесса проведение следующих видов занятий: теоретические и практические занятия, индивидуально-групповая работа, творческие занятия импровизации, открытые занятия, зачеты, отчетные концерты, участие в конкурсах и фестивалях.

Методика преподавания на всех этапах обучения сочетает в себе тренировочные упражнения, уроки классического и современного эстрадного танца, трюки и элементы акробатики.

В плане работы предусмотрены индивидуальные беседы с обучающимися по результатам, как творческой деятельности, так и воспитательной работы. Во время бесед уделяется большое внимание формированию у подрастающего поколения моральных принципов, общечеловеческих ценностей, правил поведения в обществе.

В образовательную программу включены регулярные беседы с родителями для своевременного выявления проблем ребенка. Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его

эффективности. Ученые доказали, что действительно занятия танцами способствуют разным положительным эффектам для нашего организма. А именно:

- Тонизирующий эффект

От танцев всегда находятся в тонусе, только если заниматься ими регулярно. Достаточно двух занятий в неделю, и сохраняется хорошая форма тела, также появляется гибкость и острота восприятия, чувствуется легкость и удовлетворенность, все из-за того что будет выплеск эндорфинов в кровь.

- Мозговая деятельность и психотерапия.

Танцы помогут улучшить работу нервной системы организма. Занимаясь танцами, освобождаешься от всех ненужных комплексов, а также приобретаешь раскрепощение. В моменты стресса танец поможет его побороть и получить дополнительную уверенность в себе. Помимо этого танцы позволяют развить память, образное и логическое мышление.

Если регулярно заниматься танцами, то будет здоровый организм. Соблюдая правила внешнего поведения, форму одежды, регулирующих взаимоотношения между тренером и танцором, между танцорами, между младшими и старшими танцорами, между зрителями и танцорами, между судьями и участниками турниров все руководствуется правилами ЭТИКЕТА.

Этика поведения:

- В зал можно входить только в специальной обуви (кроссовках).
- Опоздывать считается дурным тоном. При опоздании приступить к тренировке можно только с разрешения тренера
- В начале и конце занятия обязательно приветствие.
- Все упражнения на тренировке происходят только по команде тренера.
- В танцевальном зале танцоры построены в шахматном порядке, для лучшего обзора тренера.
- Младшие ученики и ученики маленького роста находятся в первых рядах.
- Танцоры всегда должны вести себя с достоинством, демонстрируя манеру настоящего спортсмена.
- Танцоры должны общаться друг с другом, так как бы они хотели, чтобы общались с ними.

Материально-техническое оснащение:

Специально оборудованный танцевальный класс:

- на стенах зеркала и пол со специальным покрытием
- комната для переодевания;
- аудио аппаратура (музыкальный центр);
- окна для регулярного проветривания.

**Список используемой литературы интернет сайты
и видео материалы для педагога:**

1. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» М. 1994
2. Васильева Т. "Балетная осанка" М. 1986,
3. Богаткова Л. "Танцы разных народов" М. 1999
4. Хавилер "Тело танцора" ИД "Владос" Л. 2003
5. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника». ИД «Один из лучших», Москва 2004г.
6. Захаров Р.В., «Сочинение танца». М. 1989г.
7. Видеокурсы западных школ по современному танцу, материалы семинаров и мастер-классов ведущих педагогов России, Европы и Америки. 7.
<http://www.ortodance.ru/>

**Список используемой литературы интернет сайты
и видео материалы для учащегося:**

1. Королева М. «Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп».

2. Элис Броунинг Миллер, Кэрол Блэкмэн "Упражнения на растяжку" Изд. "Гранд" М. 2003
3. Письменская А. « Хип-хоп и R'n'B — танец».
4. Студия «Диваданс» . С,-Петербург 2005г.
5. Видео с соревнований и конкурсов, где участвую учащиеся танцевальной студии.
6. <http://danceproject.info/>