

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА  
ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

Принята на заседании  
педагогического совета  
МАУДО ДТД и М  
«25» августа 2016 г.  
Протокол №           



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАУДО ДТД и М  
Г.Н.Андреева

«25» августа 2016 г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
Художественной направленности  
«Спортивные бальные танцы»  
Возраст учащихся: 5-12 лет  
Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:  
Порохнявая Рамиля Исламбековна,  
педагог дополнительного образования

Калининград 2016 г.

## **I. Пояснительная записка.**

В настоящее время спортивный бальный танец пользуется большой популярностью. Этот вид танцев привлекает красотой и изяществом движения человеческого тела, блеском костюмов, грацией партнёрш и галантностью партнёров. В то же время бальный танец привлекателен не только внешними проявлениями, но и является многогранным инструментом воздействия на личность ребёнка:

1. Способствует развитию мышечной выразительности тела; формирует фигуру и осанку;
2. Формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно двигаться, а также ориентироваться в ограниченном танцевальном пространстве.
3. Воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, чувство ритма, знакомит с простыми музыкальными формами, стилем и характером музыкальных композиций.
4. Формирует личностные качества : силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремлённость.
5. Развивает творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию).
6. Воспитывает коммуникативные способности детей, развивает чувство «локтя партнёра», группового, коллективного «ансамблевого» действия.

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности разработана на основе нормативно-правовых документов, Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказом Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года; Постановлением Главного государ-

ственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», а также документов, регламентирующих деятельность учреждений дополнительного образования.

*Новизна*, то есть отличительная особенность данной программы от уже существующих заключается в том, что программа предусматривает теоретическую, физическую, хореографическую подготовку, а также включает в себя знакомство с различными танцевальными стилями. Помимо обучения бальной хореографии, большое внимание уделяется физической подготовке: включены упражнения на развитие всех групп мышц.

*Актуальность*. Свыше 90% современных детей и подростков имеют различные патологические отклонения в физическом развитии. Разнообразные движения и действия, выполняемые под музыку в танцевальном ритме, оказывают на детей не только оздоровительное воздействие, но и способствуют творческому развитию.

*Педагогическая целесообразность* программы заключается не только в укреплении здоровья, развитии общефизических и хореографических навыков обучающихся, но и в развитии творческих и коммуникативных качеств личности учащихся. В процессе занятий спортивными бальными танцами у ребят развиваются творческие способности, целеустремленность, стремление к самосовершенствованию и дальнейшей самореализации.

**Цель программы:** развитие стойкого интереса детей к бальному танцу, художественно-творческих способностей средствами ритмики и танца с учётом индивидуальных способностей каждого учащегося.

**Задачи:**

*образовательные:*

- обучить базовым шагам танца
- дать знания по истории возникновения и развития танца.
- научить технике выполнения танцевальных связок.

-научить правилам движения в различных стилях танца

-научить создавать хореографические композиции на музыкальные темы

*воспитательные:*

-привить интерес к хореографическому искусству;

-воспитать трудолюбие, выносливость, силу воли.

*развивающие:*

-развить правильную осанку.

-развить основные групп мышц.

-развить основные физические качества: силу, гибкость, выносливость, ловкость, чувство динамического равновесия.

**Данная программа предназначена для обучения детей 5-12 лет.**

**Срок реализации программы: 4 года**

Программа первого года обучения рассчитана на 72 часа - режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу; второго года - 144 часа - 2 раза в неделю по 2 часа; третьего и четвёртого годов обучения - 216 часа (6 часов в неделю) - 3 занятия по 2 часа.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- Открытые занятия.
- Концерты для родителей внутри коллектива.
- Участие в мероприятиях и праздниках ДТД и М.
- Участие в фестивалях и конкурсах танца.
- Проведение итоговых концертов в конце учебного года.
- Зачёты, мониторинг, диагностика.

## **Контроль, оценка результатов обучения детей:**

- «Предварительный контроль» - перед началом учебного года, а также перед изучением новой темы.
- «Текущий контроль» - результат усвоения предложенного материала.
- «Промежуточный» - контрольные задания, тесты, открытые занятия.
- «Итоговый» - в конце учебного года.

## **Ожидаемый результат:**

### ***Первый год обучения:***

1. Укрепление и развитие мышц корпуса.
2. Развитие анализаторного аппарата детей: зрительной, слуховой, вестибулярной чувствительности.
3. Развитие координации движения.
4. Умение слушать музыку и двигаться в соответствии с музыкой, освоение азов ритмики.
5. Социальные танцы 1 уровень: Паучок, Крабик, Мышка, Зебра, Лесенка, Стирка, Петушок и Ладочки.
6. Знание основных сведений о разучиваемых танцах, умение исполнять фигуры начинающего класса :
  - Медленный вальс (закрытые перемены, квадрат, большой квадрат)
  - Квикстеп (основное движение на месте).
  - Ча ча ча (основное движение на месте, вправо-влево, вперед-назад)
  - Джайв (шоссе в сторону, основное фоловей движение, основное движение)
7. Умение ориентироваться в зале.

### ***Второй год обучения:***

1. Достижение гармонии движения рук и корпуса.

2. Умение выполнять основные технические элементы и базовые фигуры латиноамериканской и европейской программы:
  - Медленный вальс (правый поворот, левый поворот)
  - Квикстеп (четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе, правый поворот)
  - Ча ча ча (Нью-Йорк, рука в руке, повороты на месте, поворот под рукой, туда и обратно, кросс бэйсик)
  - Джайв (смена мест, удар бедром)
3. Четко и выразительно выполнять программные движения «Е» класса в различных музыкальных размерах.
4. Быть работоспособным, физически выносливым, волевым.
5. Уметь ориентироваться на танцевальной площадке, знать основные направления и построение.
6. Социальные танцы 2 уровень: Автомобиль, Полька, Пингвины, Слононок, Вечный двигатель.

### *Третий год обучения*

1. Умение исполнять упражнения со слитной координацией рук, ног и корпуса.
2. Социальные танцы 3 уровень: Телевизор, Диско, Папуасы, Руки вверх.
3. Умение исполнять танцевальные вариации Е класса в танцах латиноамериканской и европейской программы:
  - Медленный вальс (правый спин поворот, виск, синкопированное шоссе)
  - Венский вальс (правый поворот)
  - Квикстеп (правый спин поворот, лок степ вперед, лок степ назад)
  - Самба (основное движение, стационарный самба ход, виск, самба ход в ПП, боковой самба ход)
  - Ча ча ча (веер, алемана, клюшка, закрытый и открытый хип-твист)
  - Джайв (американский спин, свивлы с носка на каблук, смена рук за спиной).
  - Румба (основной шаг, веер, клюшка, рука в руке)

## *Четвертый год обучения*

1. Умение исполнять программные движения и вариации «D» класса в паре:

- Медленный вальс ( правый поворот с хезитейшн, виск назад, лок степ вперед, лок назад)
- Венский вальс (левый поворот)
- Квикстеп ( правый поворот с хезетейшн, левый шоссе поворот, типл шоссе, бегущее окончание)
- Танго (ход, закрытый и открытый променад, основной левый поворот, фор степ, наружный свивл).
- Самба ( левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, коса)
- Ча ча ча (правый волчок, три ча-ча-ча, турецкое полотенце)
- Джайв (болл чейндж, хлыст, фоллэвей с откидыванием).
- Румба (турецкое полотенце, волчок)

2. Умение понимать характер исполняемых танцев и передать его в движении.

3. Иметь развитую волю, чувство парного сотворчества, уметь трудиться самостоятельно, быть коммуникабельным, психологически устойчивым.

4. Социальные танцы 4 уровень: Рикки Мартин, Модный рок, Джон Траволта.

## II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### 1 год обучения

№ п/п	Разделы программы	Теория	Практика	Всего часов
<b>I период (аудиторный)</b>				
1	Введение в образовательную программу	2		2
2	Социальные танцы и основы классического танца 1 уровень.	1	7	8
3	Европейская программа танцев начинающий класс.	3	23	26
4	Латиноамериканская программа танцев начинающий класс.	3	23	26
5	Постановочная работа.		8	8
6	Промежуточная аттестация		2	2
	Итого за учебный год (аудиторные занятия):	9	63	72
<b>II период (внеаудиторный)</b>				
7	Летний период		12	12
	Итого за календарный год:	9	75	84

### 2 год обучения

№ п/п	Разделы программы	Теория	Практика	Всего часов
<b>I период (аудиторный)</b>				
1	Введение в образовательную программу	4		4
2	Социальные танцы и основы классического танца 2 уровень.	2	8	10
3	Европейская программа танцев «Е» класс.	2	48	50
4	Латиноамериканская программа танцев «Е» класс.	2	48	50
5	Постановочная работа.		22	22
6	Промежуточная аттестация	4	4	8
	Итого:	14	130	144



	<b>II период (внеаудиторный)</b>		24	24
	Итого:	14	154	168

### 3 год обучения

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы программы</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего часов</b>
	<b>I период (аудиторный)</b>			
1	Введение в образовательную программу	4		4
2	Социальные танцы и основы классического танца 3 уровень.	2	18	20
3	Европейская программа танцев «Е» класс.	2	68	70
4	Латиноамериканская программа танцев «Е» класс.	2	84	86
5	Постановочная работа.	2	26	28
6	Промежуточная аттестация	4	4	8
	Итого:	16	200	216
	<b>II период (внеаудиторный)</b>		36	36
	Итого:	16	236	252

### 4 год обучения

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы программы</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего часов</b>
	<b>I период (аудиторный)</b>			
1	Введение в образовательную программу	4		4
2	Социальные танцы и основы классического танца 4 уровень.	2	18	20
3	Европейская программа танцев «D» класс.	2	68	70
4	Латиноамериканская программа танцев «D» класс.	2	84	86
5	Постановочная работа.	2	26	28
6	Итоговая аттестация	4	4	8
	Итого:	16	200	216
7	<b>II период (внеаудиторный)</b>		36	36
	Итого:	16	236	252

## **III. Содержание программы.**

### **Первый год обучения.**

#### **1. Введение в образовательную программу.**

**Теория.** Знакомство с педагогом, друг с другом. Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы занятий, инструктаж по технике безопасности.

#### **2. Социальные танцы и основы классического танца 1 уровень.**

**Теория.** Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения несложных танцевальных движений.

**Практика.** Изучение социальных танцев 1 уровня: Паучок, Крабик, Мышка, Зебра, Лесенка, Стирка, Петушок и Ладошки. Изучение основ классического танца, позиции ног, позиции рук, используемых в бальной хореографии, развитие координации движений, гибкости и пластики: *demi-plie*, *releve*, *battement tendus*, упражнения на растягивание и выворотность.

Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения направленные на укрепление необходимых групп мышц.

#### **3. Европейская программа танцев.**

**Теория.** История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Квикстепа. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Квикстеп — 4/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

**Практика.** Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений начинающего класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс (закрытые перемены, квадрат, большой квадрат), Квикстеп (основное движение на месте).

Техника исполнения основных фигур. Освоение простейших базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

#### **4. Латиноамериканская программа танцев.**

**Теория.** История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Ча-ча-ча, Джайв. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: .

**Практика.** Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений по отдельности и в паре танцев: Ча-ча-ча (шассе, тайм-степ, основное движение Ча-ча-ча, ), Джайв (основное движение джайва, основное фоловей движение, смена мест). Техника исполнения основных фигур танцев ча-ча-ча и джайв. Освоение простейших базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

#### **5. Постановочная работа.**

**Практика.** Практическое освоение основных комбинаций спортивно-бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев.

#### **6. Промежуточная аттестация.**

Открытое занятие для родителей.

### **Второй год обучения.**

#### **1. Введение в образовательную программу.**

**Теория.** Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы 2-го года обучения, занятий, инструктаж по технике безопасности.

#### **2. Социальные танцы и основы классического танца 2 уровень.**

**Теория.** Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения танцевальных движений.

**Практика.** Изучение социальных танцев 2 уровня: Автомобиль, Польша, Пингвины, Слононок, Вечный двигатель. Изучение основ классического танца, позиции ног, позиции рук, используемых в бальной хореографии, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi-plie, releve, battement tendus, grand-plie, grand battement, battement relevent, упражнения на растягивание и выворотность. Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения направленные на укрепление необходимых групп мышц.

### **3. Европейская программа танцев.**

**Теория.** История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Квикстепа. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Квикстеп — 4/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

**Практика.** Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс(правый поворот, левый поворот), Квикстеп (четвертной поворот вправо и влево, поступательное шассе, правый поворот ). Техника исполнения основных фигур. Освоение простейших базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

### **4. Латиноамериканская программа танцев.**

**Теория.** История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Ча-ча-ча, Джайв. Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: .

**Практика.** Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и

в паре танцев: Ча-ча-ча (Нью-Йорк, рука в руке, повороты на месте, алемана, туда и обратно), Джайв (смена мест, удар бедром). Техника исполнения основных фигур танцев ча-ча-ча и джайв. Освоение простейших базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

#### **5. Постановочная работа.**

**Практика.** Практическое освоение основных комбинаций спортивно-бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев.

#### **6. Промежуточная аттестация.** Открытое занятие.

### **Третий год обучения.**

#### **1. Введение в образовательную программу.**

**Теория.** Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы 3-го года обучения, занятий, инструктаж по технике безопасности.

#### **2. Социальные танцы и основы классического танца 3 уровень.**

**Теория.** Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения танцевальных движений.

**Практика.** Изучение социальных танцев 3 уровня: Телевизор, Диска, Папуасы, Руки вверх. Изучение основ классического танца, позиции ног, позиции рук, используемых в бальной хореографии, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi-plie, releve, battement tendus, grand-plie, grand battement, battement relevent, упражнения на растягивание и выворотность.

Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения направленные на укрепление необходимых групп мышц.

#### **3. Европейская программа танцев.**

**Теория.** История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Венского вальса, Квикстепа. Музы-

кально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс — 3/4, Венский вальс —  $\frac{3}{4}$ , Квикстеп — 4/4. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

**Практика.** Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс(правый спин поворот, виск, синкопированное шоссе), Венский вальс (правый поворот), Квикстеп (правый спин поворот, лок степ вперед, лок степ назад) . Техника исполнения основных фигур. Освоение базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

#### **4. Латиноамериканская программа танцев.**

**Теория.** История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Самба, Ча-ча-ча, Джайв и Румба . Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: .

**Практика.** Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «Е» класса по отдельности и в паре танцев: Самба ( основное движение, стационарный самба ход, виск, самба ход в ПП, боковой самба ход), Ча ча ча (веер, клюшка, закрытый и открытый хип-твист), Джайв (американский спин, свивлы с носка на каблук, смена рук за спиной), Румба (основной шаг, веер, клюшка, рука в руке) Совершенствование техники исполнения движений танцев латиноамериканской программы «Е» класса. Объединение движений в танцевальную схему . Правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

#### **5. Постановочная работа.**

**Практика.** Практическое освоение основных комбинаций спортивно-бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев.

#### **6. Промежуточная аттестация. Открытое занятие.**

## Четвёртый год обучения.

### **1. Введение в образовательную программу.**

**Теория.** Беседа о бальном танце, организационные моменты: приветствие и построение, дисциплина и манера поведения в классе, моменты этикета в общении девочек и мальчиков. Содержание программы 4-го года обучения, занятий, инструктаж по технике безопасности.

### **2. Социальные танцы и основы классического танца 4 уровень.**

**Теория.** Простой музыкальный ритм. Положение головы, корпуса, рук и ног во время исполнения танцевальных движений.

**Практика.** Изучение социальных танцев 4 уровня: Модный рок, Рикки Мартин, Джон Траволта. Изучение основ классического танца, позиции ног, позиции рук, используемых в бальной хореографии, развитие координации движений, гибкости и пластики: demi-plie, releve, battement tendus, grand-plie, grand battement, battement relevent, упражнения на растягивание и выворотность. Формирование правильной и красивой осанки, физические упражнения направленные на укрепление необходимых групп мышц.

### **3. Европейская программа танцев.**

**Теория.** История возникновения европейской программы. История возникновения танцев: Медленного вальса, Венского вальса, Квикстепа и Танго. Музыкально-образный характер танца: музыка, характер, ритм, музыкальный размер: Медленный вальс —  $3/4$ , Венский вальс —  $3/4$ , Квикстеп —  $4/4$ , Танго —  $2/4$ . Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

**Практика.** Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Подъемы и снижения. Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «D» класса по отдельности и в паре танцев: Медленный вальс ( правый поворот с хезитейшн, виск назад, лок степ вперед, лок назад)

Венский вальс (левый поворот), Квикстеп (правый поворот с хезетейшн, левый шоссе поворот, типл шоссе, бегущее окончание), Танго (ход, закрытый и открытый променад, основной левый поворот, фор степ, наружный свивл). Техника исполнения изученных фигур. Освоение вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

#### **4. Латиноамериканская программа танцев.**

**Теория.** История возникновения латиноамериканской программы. История возникновения танцев: Самба, Ча-ча-ча, Джайв и Румба . Музыкально-образный характер: музыка, характер, ритм, музыкальный размер.

**Практика.** Постановка корпуса, рук и ног в паре. Позиция в паре. Построение по залу. Работа стопы (каблук, носок, подушечка, ребро). Ритмический рисунок танца. Изучение основных движений «D» класса по отдельности и в паре танцев: Самба (левый поворот, ботафого с продвижением, вольта с продвижением влево и вправо, коса), Ча ча ча (правый волчок, три ча-ча-ча, турецкое полотенце), Джайв (болл чейндж, хлыст, фоллзвей с откидыванием), Румба (турецкое полотенце, волчок) Освоение базовых вариаций, построенных на изученных фигурах, правила ориентации в танцевальном зале и направление движений.

#### **5. Постановочная работа.**

**Практика.** Практическое освоение основных комбинаций спортивно-бального танца. Постановка концертных номеров на основе социальных танцев.

#### **6. Итоговая аттестация.** Конкурс по спортивному бальному танцу.



## **IV. Условия реализации программы.**

### **1. Материально-техническое обеспечение.**

- Танцевальный зал площадью 100 квадратных метров, оснащённый хореографическим станком, зеркалами.
- Музыкальный центр.
- Концертные костюмы.

### **2. Формы аттестации.**

- Фестиваль.
- Турнир по массовому танцевальному спорту.
- Отчётный концерт.

## **V. Методическое обеспечение программы.**

Методы и приемы обучения, используемые в работе с детьми, можно разделить на **наглядные, словесные и практические**.

Кроме того, в методическом арсенале педагога есть и методы с ярко выраженной психолого-педагогической доминантой, а так же более локальные, частные и специфические приёмы, в которых преобладает составляющая бального танца.

**Наглядный метод** включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога,
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем,
- подражание образам окружающей действительности,
- наглядно-слуховой приём,
- демонстрация эмоционально-мимических навыков,
- использование видео-семинаров и ресурсы интернета.

**Словесный метод** состоит из многочисленных приёмов:

- рассказ,
- объяснение,

- инструкция, лекция, беседа, анализ и обсуждение,
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца,
- приём раскладки танцевального движения,
- приём закрепления целостного танцевального движения.

**Практический метод** обогащен комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём,
- соревновательность и переплясность,
- использование ассоциаций-образов,
- комплексный приём обучения,
- фиксация отдельных этапов движения,
- сравнение и контрастное чередование движений,
- приём пространственной ориентации,
- развитие основных пластических линии,
- музыкальное сопровождение танца с использованием аудиоаппаратуры как методический прием,
- танцевальная импровизация.

Эффективен и **психологический метод**:

- приём педагогического наблюдения,
- приём индивидуального подхода к каждому ребёнку,
- педагогическая оценка исполнения ребёнком танцевальных упражнений.

Организация процесса строится с использованием технологий группового обучения, игровой и здоровьесберегающей технологии. На протяжении всего обучения наиболее применимыми являются групповая и игровая технологии. Элементы здоровьесберегающей технологии присутствуют на всех этапах обучения, учитываются возрастные и индивидуальные особенности учащихся. Так же на всем протяжении обучения используется технология лично- ориентированного обучения.

## **V. Источники**

1. Громова Е.Н., Детские танцы, С-Пб., 2000г.,
2. Рубштейн Н. Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым. М., 2000.
3. Официальное издание Российского Танцевального Союза – «Профессионал.International» (2001–2007)
4. Официальное издание Федерации танцевального спорта Санкт-Петербурга – «Танцевальный вестник» (2001 – 2007)
5. Говард Г. Техника европейских танцев, М., 2003г.
6. Книги по спортивным бальным танцам в электронном виде (А. Мур, У. Лайред и др.) – ресурсы Интернета.