

Аннотация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности

Дополнительная образовательная программа «В ритме танца».

Статус программы: Программа разработана на основе требований проведения фестивалей массового спорта по спортивным бальным танцам.

Направленность – физкультурно-спортивная.

Цель программы: формирование умения двигаться под музыку; развитие чувства ритма, грациозности, элегантности, свободы движений.

Возраст обучающихся: 7-17 лет.

Продолжительность реализации программы: 1 год

Режим занятий: 3 часа в неделю.

Краткое содержание: На занятиях обучающиеся знакомятся с базовыми фигурами бальных танцев; изучают танцевальные термины и музыкальные составляющие изучаемых танцев. Освоение материала в основном происходит в процессе практической творческой деятельности. В программе изучаются техники исполнения танцев: Шаг вперёд и шаг назад в ча-ча-ча. Шассе в ча-ча-ча. Тайм степ в ча-ча-ча. Лок степ в ча-ча-ча. Основное движение в самбе. Четвертной поворот в квикстепе. Лок степ в квикстепе. Правый квадрат в медленном вальсе. Левый квадрат в медленном вальсе. Спуск и подъём в медленном вальсе. Спуски и подъёмы в квикстепе. Линии корпуса и рук в медленном вальсе. Баунсовое движение в самбе. Направления шагов венского вальса. Степень поворота венского вальса. Построение стоп в венском вальсе. Работа стоп в венском вальсе. Музыкальность в венском вальсе. Основное движение джайва. Кик в джайве. Работа ног в джайве. Работа бедер в джайве. Музыкальность в джайве. В каждой теме учащиеся проводят разбор движений танцев.

Ожидаемый результат:

- знание: истории танцев; позиции рук и ног, названий классических движений;
- умение: двигаться под музыку; определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии; красиво, правильно и музыкально исполнять изученные танцы; соединять отдельные движения в хореографические композиции; уважительно и внимательно относиться к партнеру по танцу; держаться на сцене;
- владение базовыми фигурами и основными элементами бального танца;
- развитие грации у девочек, силы и выносливости у мальчиков; художественно-эстетического вкуса; музыкального слуха.