

**муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детская школа искусств г.Сегежа».**

**Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № «_____» от _____ года**

**УТВЕРЖДАЮ:
И.о.Директора МБОУ ДО «ДШИ г.Сегежи
_____ С.Н.Разумеева**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕНОСТИ
«ТАНЦЫ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ»
(Возраст учащихся 40 – 60 лет.)
(Срок реализации программы от 1 до 3 лет)**

**Составитель:
Преподаватель хореографического отделения Долгорукая Л.Д.**

**г. Сегежа
2025 год**

Содержание программы.

1. Пояснительная записка.
 - Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.
 - Срок реализации учебного предмета.
 - Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета.
 - Сведения о затратах учебного времени.
 - Форма проведения учебных аудиторных занятий.
 - Цели и задачи учебного предмета.
 - Структура программы учебного предмета.
 - Методы обучения.
 - Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.
2. Содержание учебного процесса.
 - Учебно-тематический план.
 - Годовые требования.
3. Методическое обеспечение учебного процесса.
4. Список учебной и методической литературы.
 - Список рекомендуемой учебной литературы.
 - Список рекомендуемой методической литературы

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Танцы для взрослых», разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцы для взрослых» имеет художественную направленность, так как ориентирована на гармоничное развитие личности обучающихся средствами хореографической деятельности; формирование танцевальных навыков, способствующих повышению эстетической культуры обучающихся; развитие художественно-творческого потенциала и исполнительских способностей.

Данная программа предполагает усвоение материала на стартовом уровне, который предусматривает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность для усвоения. Реализация программы на стартовом уровне направлена на формирование и развитие танцевальных способностей обучающихся всех возрастов.

Программа обучения охватывает обширный спектр тем, начиная с базовых шагов и движений, и заканчивая хореографией, стилистикой и выразительностью. Призвана не только научить желающих танцевальным навыкам, но и вдохновить и поддержать в каждом человеке индивидуальность.

В процессе обучения, занимающиеся будут получать не только знания и навыки, но и повышать физическую форму, развивать гибкость, улучшать координацию и находить новых друзей с общим увлечением.

Программа разработана с ориентацией на работу в условиях разновозрастных групп, сформированных с учетом физиологических и психоэмоциональных особенностей обучающихся и танцевальное самовыражение.

Актуальность и новизна программы:

Программа «Танцы для взрослых» является актуальной и новаторской в контексте танцевального направления для взрослых, которые занимаются для поддержания здоровья, создания позитивных эмоций от танца, а также для тех, кто принимает танцы как хобби или способ расслабиться и отвлечься от повседневной трудовой рутины.

Эта программа предлагает индивидуальный подход и адаптацию к потребностям каждого ученика, что поможет обучающимся развить танцевальные навыки и техники с учетом их возможностей и целей.

Занятия танцами актуально в современном мире, где все больше людей признают важность физической активности, и, к тому же, становятся популярным увлечением для многих взрослых, служат отдушиной и способом снять стресс после напряженного трудового дня.

Цель программы:

Удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся посредством развитие творческих способностей танцевальной культуры и эстетического восприятия обучающихся, средствами хореографии.

Задачи программы:

Образовательные:

- 1.Получение представлений о видах танца: народном, бальном, современном.
2. Изучение исполнительской закономерности современного эстрадного танца, техники классического тренажа, движений народного и бального танца.
3. Формирование танцевальных способностей и навыков посредством современного, эстрадного танца.
4. Изучение хореографической терминологии.

Развивающие:

1. развитие музыкально-ритмической координации;
2. развитие психофизических качеств (сила, выносливость, координация);
3. развитие мотивации на концертную и творческую деятельность;
4. развитие психических процессов (внимание, память, воображение).

Воспитательные:

1. Вырабатывание позитивного отношения к хореографическому искусству;
2. Формирование навыков сотрудничества
3. Формирование нравственного сознания, чувств и поведения на основе усвоения общечеловеческих нравственных ценностей.
4. Вырабатывание готовности и способности к образованию, в том числе самообразованию.
5. Формирование опыта здорового образа жизни.

Методы обучения.

Основной организационной формой обучения являются групповые занятия, на которых используются различные методы и приемы организации и стимулирования хореографической деятельности.

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений. Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога.

Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

Материально-техническое обеспечение:

- специальный зал, оснащённый зеркалами, с достаточным освещением в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура;
- специальная форма и обувь для занятий

Адресат программы.

Программа предназначена для взрослых 40 - 60 лет.

В объединение принимаются родители участников и выпускников а
Также все желающие вне школы.

Количество человек в группе: от 6 до 10 человек.

Вид программы по уровню освоения: содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии с базовым уровнем освоения программ.

Срок реализации программы: 3 года.

Занятия проводятся по 2 учебных часа (40 минут) в неделю.

Форма обучения – очная.

II. Содержание учебного процесса.

Задачи:

- сформировать основные позиции корпуса, рук, ног;
- сформировать умения и навыки выступления перед зрителями.
- дать специальные знания по бальным танцам в объеме фигур.

- сформировать музыкально-ритмические навыки;
- развивать координацию движений, гибкость и пластику.

Начиная с обучения происходит непосредственное знакомство с программой бальных танцев, которая состоит из европейской программы и латиноамериканской программы.

Главная задача этого блока: познакомить учащихся с происхождением, отличительными особенностями и основными элементами бальных танцев.

Чтобы поддержать интерес и эмоциональный отклик у учащихся, в течение учебного года рекомендуется изучать один танец из европейской программы и один танец из латиноамериканской программы.

Преподаватель может увеличить или уменьшить объем материала в зависимости от качества и состава класса, а также по своему выбору знакомить учащихся с танцами, не указанными в программе.

Учебный план занятий

№	Название темы	Всего часов	теория	практика	Формы контроля
	Введение в танцы.	2	2	-----	беседа, наблюдение, анализ
1.	Техника движений.	10	2	8	краткий опрос, наблюдение, анализ
2.	Работа с музыкальностью и ритмом .	4		4	наблюдение, анализ
3.	Освоение комбинаций и хореографии.	10	-----	10	краткий опрос, наблюдение, анализ
4.	Работа над стилистикой и выразительностью.	10	2	8	краткий опрос, наблюдение, анализ
5.	Практика и повторение изученного материала.	10	-----	10	краткий опрос, наблюдение
6.	Подготовка к выступлению.	20	-----	20	краткий опрос, наблюдение
7.	Заключительное занятие	2	2	-----	опрос, диагностика, коллективный анализ

Итого: 68ч.

Содержание учебного плана занятий:

Введение в танец – 2 час

Теория: Знакомство с участниками группы и определение их уровня подготовки и интересов. Объяснение целей, задач и ожидаемых результатов программы обучения. Объяснение основных понятий и характеристик танцевальных стилей

Практика: Освоение правильной позиции тела и рук во время танца.

Тема 1. Техника движений – 10 часов.

Теория: Техникой танцевальной походки, чтобы придать грацию и элегантность движениям.

Практика: Изучение базовых шагов, таких как шаги «самба», «румба», «чарльстон». Тренировка основных движений ног и тела. Изучение различных поворотов и вращений в танце.

Тренировка плавности и точности движений во время поворотов. Улучшение баланса и контроля над телом

Тема 2. Работа с музыкальностью и ритмом – 4 часов

Знакомство с основными ритмическими схемами и структурами танцевальной музыки. Развитие ритмического слуха и умение сопровождать музыку с помощью танцевальных движений. Практика танцев под различные ритмы.

Тема 3. Освоение комбинаций и хореографии – 10 часов

Теория: Сочетание различных шагов и элементов в потоковую хореографию. Практика: Изучение серии комбинаций движений, которые часто используются в изучаемых танцах. Развитие умения запоминать и исполнять сложные танцевальные последовательности. Работа над плавным переходом между различными движениями.

Тема 4. Работа над стилистикой и выразительностью – 10 часов

Теория: Разработка выразительности и эмоциональной интерпретации танцевальных комбинаций.

Практика: Изучение особенностей стилистики танца и характерных движений для каждого танца. Работа над танцевальной мимикой и осознанием собственного выражения.

Тема 5. Практика и повторение изученного материала – 10 часов

Практика: Повторение и укрепление изученных базовых шагов, движений и комбинаций. Практика танцевальной техники и ритмического слуха.

Улучшение координации движений и повышение уверенности в исполнении танцев.

Тема 6. Подготовка к выступлению и самооценка – 20 часов

Практика: Подготовка к выступлению перед другими участниками или зрителями. Практика исполнения хореографии и выступление на публике. Обратная связь и самооценка каждого участника в целях дальнейшего развития.

Заключительное занятие – 2 часа.

Практика: Подведение итогов.

Учебно-тематический план 1 года обучения.

	Наименование тем, разделов.	ВСЕГО ЧАСОВ	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1.	Вводное занятие.	1	1	-----
2. 2.1	История бального танца. История развития танцев Латиноамериканской Программы.	3	1	2
3. 3.1	Самба. Происхождение, отличительные особенности. Основные элементы.	10	-----	10
4.	Техника народно сценического танца	10	-----	10
5. 5.1	Ча-ча-ча. Происхождение, отличительные особенности. Основные элементы	10	-----	10
6. 6.1	Венский вальс. Происхождение, отличительные особенности. Основные элементы.	10	-----	10
7.	Техника современного, эстрадного танца.	10	-----	10
8. 8.1	Постановочная и концертная деятельность. Эмоционально-артистическая подача танца	14	-----	14
	Итого:	68ч.	2	66

Содержание учебного плана 1-й год обучения.

Раздел 1. Вводное занятие.

1. Цели и задачи, содержание и форма занятий в ансамбле танца;
2. Расписание;

Раздел 2. История бального танца.

- 2.1 История развития бальных танцев «Латина».

Раздел 3. Танец « Самбо». История происхождения.

- 3.1 Основные движения танца. Постановка корпуса.

Хореография изучаемых фигур

(построение, позиция стоп, технический элемент, величина поворота).

Ритм и музыкальность. Работа стопы и колена.

Позиции рук, взаимодействие с партнером.

Раздел 4. Техника народно-сценического танца.

Разучивание танцевальных движений Русского танца и составление комбинаций.

Практика: Позиции рук (открытая и закрытая); позиции ног 1,2,3,6.

«Танцевальные шаги»:

Практика: Шаг с вытянутой стопы, на полупальцах, пятках, с поднятием колена вперед, назад; подскок.

Шаг польки, шаг галопа с продвижением вперед, назад, по линии танца, против линии танца.

Ритмические хлопки, переменный ход, «припадания».

Раздел 5. Танец «Ча-Ча-Ча». История происхождения.

5.1 Основные движения танца.

Постановка корпуса.

Хореография изучаемых фигур

(построение, позиция стоп, технический элемент, величина поворота).

Ритм и счет. Работа стопы и колена.

Позиции рук, взаимодействие в паре.

Раздел 6. « Венский вальс». История происхождения..

Возникновение танца. Развитие танца. Характерные национальные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности танца.

Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

6.1 Основные движения танца

«Правый поворот».

«Левый поворот».

«Перемена с правого на левый поворот».

«Перемена с левого на правый поворот».

Разучивание и отработка комбинации из выученных элементов

Раздел 7. Техника современного, эстрадного танца

Теория:

«Понятие джаз-модерн танца»

Практика в контексте с теорией:

1. Движения головой: наклоны, повороты, круги

2. Движения плеч по направлениям (крест, квадрат, «восьмёрка», твист, шейк)

3. Движения грудной клетки: горизонтальные и вертикальные кресты, квадраты, круги, полукруги

4. Движения рук. Основные позиции и их варианты

5. Движения ног. Изоляция ареалов (стоп, голеностопа). Перевод стоп из параллельных позиций в выворотные и наоборот.

Раздел 8. Концертная деятельность Отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах.

Годовые требования содержат примерные исполнительские программы, разработанные с учетом индивидуальных возможностей и интересов учащихся.

В конце 1-ого года обучения обучающийся знает:

- основные позиции корпуса, рук, ног, головы для солистов и танцевальных пар;
- базовые принципы танцевальных стилей
- технику выполнения основных танцевальных движений и комбинаций в танце
- основы работы над танцевальной выразительностью и стилистикой.

В конце 1-ого года обучения умеет:

- исполнять различные танцевальные движения по программе 1-ого года обучения;
- правильно и устойчиво двигаться в различных ритмах;
- выполнять расширенный комплекс общефизических и танцевальных упражнений;
- показывать свое исполнительское мастерство на внутриклубных конкурсах и перед зрителями на концертах.

Учебно-тематический план 2 года обучения.

№	Наименование тем, разделов.	Всего часов	теория	практика
1.	Техника народно сценического танца	10	-----	10
2.	Ча-ча-ча. Комбинации и работа в паре.	10	-----	10
3.	Венский вальс. Отработка основных движений.	10	-----	10
4	Самбо. Комбинации и работа в паре.	10	-----	10
5.	Современно стилистический танец.	10	-----	10
6.	Концертная деятельность.	14	4	14
	Итого:	68ч.	4	64

Содержание учебного плана 2-й год обучения.

Раздел 1.

Техника народно-сценического танца (стилизация)

Тема «Движения белорусского, литовского и др. танца»

Особенности народного костюма каждого танца.

Практика: Движения танца «Крыжочок», « Полечка».

Основные ход танца. Притопы. Работа в паре.

Раздел 2. Танец Чача.

- положение в паре;
- построение пар на сценической площадке;
- основной ход (вперед-назад);
- поворот вправо-влево;
- «раскрытие»;
- нью - йорк;
- веер;
- алемана;
- кручение;
- спираль;
- кубинский брейк

Раздел 3. Основные движения « Венский вальс».

Движения «Вальса» - вальсовая дорожка, квадрат, балансэ, вальс в повороте

- положение в паре;
- построение пар на сценической площадке;
- изучение основного хода (вальсовые повороты вправо-влево по III позиции);
- па - баланс (из стороны в сторону. вперед-назад);
- вальсовая дорожка;
- поклон

Раздел 4. Основные движения «Самбо».

- положение в паре и соединение рук;
- построение на сценической площадке;
- пружинящее движение по позиции;
- виске;
- самбо - ход (вперед- боковой);
- соло - поворот;
- бото – фого;
- самбо - поворот влево;

Раздел 5. Современный стилистический танец.

РОК - Н - РОЛЛ:

- положение в паре и соединения рук;
- построение на сценической площадке;
- изучение основного хода;
- изучение трюковой части в парах;
- повороты в парах;
- переходы в парах;
- положение в паре.

Раздел 6. Постановочная и концертная деятельность

Постановка и отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах.

На втором году обучения в задачи входят формирование умений определять характер музыки веселый, торжественный, спокойный, изящный, плавный. Исполнять выученные движения и танцы; формирование умений грамотно исполнять программные движения и танцы: знать правила того или иного движения, его ритмическую раскладку; находить ошибки в исполнении других; формирование - знаний о выразительности танца.

Музыка определяет характер танца, выразительность рук, лица, походки, позы - исполнительские средства выразительности; формирование умений выразительно исполнять движения, танцы: передавать в движениях парного танца внимание к друг другу.

Учебно-тематический план 3 года обучения.

№	Наименование тем, разделов.	Всего часов	теория	практика
1.	Венский вальс. Отработка основных движений.	10	-----	10
2.	Техника народно сценического танца.	10	-----	10
3.	Самбо. Комбинации и работа в паре.	10	-----	10
4.	Современно стилистический танец.	10	-----	10
5.	Ча-ча-ча. Комбинации и работа в паре.	10	-----	10
6.	Концертная деятельность.	14	4	14
	Итого:	68ч.	4	64

Содержание учебного плана 3-й год обучения.

Раздел 1. Венский вальс. Отработка основных движений. Работа в паре.

- положение в паре;
- построение пар на сценической площадке;
- вальс по VI позиции (повороты вправо, повороты влево);
- закрытая перемена;
- открытая перемена;
- правый спин-поворот;
- синкопированное шассе;
- виске назад;
- поклон.

Раздел 2. Техника народно сценического танца.

Практика:

1. Шаг с каблучка
2. Притопы
3. Простые дроби
4. «Расческа»

5. Шен

6. Основной ход

7. Комбинации движений.

Раздел 3. Основные движения «Самбо». Комбинации танца. Работа в паре.

- Основной ход по одному, в парах.
- Виск вправо, влево по одному, в парах.
- Соло поворот дамы под рукой.
- Основной ход вперед, назад.
- Разучивание вариации.
- Отработка вариации по одному.
- Отработка вариации в парах.
- Отработка техники исполнения движений.

Раздел 4. Современно стилистический танец. Комбинации.

Техника современного, эстрадного танца

Практика в контексте с теорией:

- 1.Движения головой: наклоны, повороты, круги
2. Движения плеч по направлениям (крест, квадрат, «восьмёрка», твист, шейк)
3. Движения грудной клетки: горизонтальные и вертикальные кресты, квадраты, круги, полукруги
4. Движения рук. Основные позиции и их варианты
5. Движения ног. Изоляция ареалов (стоп, голеностопа). Перевод стоп из параллельных позиций в выворотные и наоборот.
6. Ротация бедра

Раздел 5. Танец Чача-ча. Комбинации. Работа в паре.

-Постановка корпуса.

-Хореография изучаемых фигур

(построение, позиция стоп, технический элемент, величина поворота).

-Ритм и музыкальность.

-Работа стопы и колена.

-Позиции рук, взаимодействие в паре.

Раздел 6. Постановочная и концертная деятельность

Постановка и отработка танцев. Подготовка и участие в концертах, фестивалях и конкурсах.

Теория: «Танец как законченная художественная форма»

-Образы, характеры, сюжеты, музыка.

Практика:

- Разучивание, отработка движений, постановка танца.

(Теория при разучивании даётся в контексте с практикой.)

На третьем году обучения учащиеся продолжили и усложнили технику танцевального тренажера. Разучили новые прыжки, движения по линии, элементы ногами в движении, крутки.

Стали более сильными и выносливыми, продолжили изучение и усложнили движения современного эстрадного, европейского и народного танца.

Разучили новые танцы и показали зрителям на выступлениях, что явилось яркой мотивацией на концертную деятельность.

Главный результат обучения – это качественные концертные номера.

Учащиеся получили основы бального танца, получили навыки стилизованного народного танца, приобрели опыт в области современного эстрадного танца. Научились выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции, контролировать и координировать свое тело, сопереживать и чувствовать музыку, выразительно и ритмично двигаться, в соответствии с образом танца.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для раскрытия творческого потенциала, воспитывают чувство ответственности, дружбы.

Тренировочно - обучающий процесс в течение длительного времени – это повышенная нагрузка для организма как физическая, так и психическая. Вследствие этого необходимо кратковременное переключение внимания в процессе занятия.

Каждое занятие включает в себя разминку, объяснение и изучение нового материала, повторение и закрепление уже изученного на прошлых занятиях под контролем преподавателя.

Разминка по продолжительности занимает до 15% от времени занятия и включает в себя набор физических упражнений, исполняемых под музыку быстрого и медленного темпов. В разминку включаются начальные простейшие движения, упражнения для развития координации движений, ориентирование в зале.

Разминка исполняется по принципу “делай как я” и направлена на физическую подготовку к основному занятию, а также на развитие координации и ритмических способностей учащихся.

Объяснение и освоение нового материала занимает 60% от времени занятия. На каждом занятии изучается новая информация только по одному танцу или один теоретический вопрос.

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения.

Далее учащиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно, поэтому иногда можно идти по пути параллельного освоения фигур, т. е. не ждать, пока будет полностью освоена одна фигура, а работать сразу над несколькими элементами одинаковой сложности.

В результате такой работы у учащихся расширяется двигательный кругозор, и освоение танца в целом происходит быстрее.

Повторение пройденного материала занимает до 15% времени. На каждом занятии обязательно повторяются уже изученные танцы (частично или полностью).

В группах первого года обучения взрослых (при наличии танцоров мужского пола) формируются пары, с инициативы тренера-преподавателя.

Не менее сложной является задача научить двигаться в паре. Здесь необходимо подвести учащихся к изменению мироощущения из «я» в «мы», потому что, только ощущая себя «вместе», можно справиться с техническими рекомендациями по исполнению парной фигуры.

В танцах необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец «начинается от пола», и следует показывать и объяснять в последовательности:

- куда наступаем (как переносим вес);
- как ставим ногу (как работает стопа);
- что делает колено;
- как работают бедра;
- что делает корпус;
- как танцуют руки;
- куда направлен взгляд (что делает голова).

Успешное выполнение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятии такого психологического микроклимата, когда преподаватель, свободно общаясь с учащимися, на принципах созворчества, содружества, общего интереса к делу, чутко реагирует на восприятие учащихся, и, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает учащихся к творчеству.

Методы проведения занятий:

1. Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:

- словесные методы (устное изложение материала);
- наглядные методы (педагогический показ);
- практические методы (упражнения, тренинги).

2. Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:

- объяснительно-иллюстративные (взрослые усваивают и воспроизводят готовую информацию);
- репродуктивные (взрослые воспроизводят полученные знания);
- поисковые (взрослые самостоятельно ищут новые варианты соединения фигур в танцах).

III. Методическое обеспечение учебного процесса

Определение целей: Педагогу необходимо помочь обучающимся определить их цели и ожидания от программы «Танцы для взрослых».

Обсудить, что они хотят достичь, улучшить или научиться в течение этой программы.

Техническая основа: Уделять достаточно времени для изучения основных элементов и техники танцев, таких как движение рук, ног, движения тела и позиции. Акцентирование внимания на правильную форму при выполнении каждого элемента, регулярное повторение их на протяжении программы.

Расширение стиля и выразительности: Внимание к стилю и выразительности танцев, а также рассказ педагога обучающимся о силе и энергии этих танцев и поможет им развить свою индивидуальность и выразительность через движения тела, фразировку и музыкальность.

Практические упражнения: Различные упражнения для развития и совершенствования навыков в танце». Это могут быть упражнения на силу и гибкость, упражнения, фокусирующиеся на основных движениях, а также комбинации и импровизационные упражнения.

Обратная связь и коррекция: Очень важно предоставить ученикам обратную связь и помочь им корректировать свои движения и технику. Поощрять вопросы и комментарии, а также предоставлять практические советы для улучшения.

Индивидуальный подход: Принимая во внимание индивидуальные потребности, уровень подготовки и прогресс каждого, необходимо адаптировать программу и упражнения для достижения наилучших результатов каждым обучающимся.

Практика и выступления: Нужно предоставлять обучающимся возможности для практики и выступлений, чтобы они могли применить свои навыки на практике, демонстрируя свои достижения перед другими людьми.

Вдохновение и мотивация: Очень важно поощрять и вдохновлять учеников на протяжении всей программы. Поддерживать их мотивацию, давая положительную обратную связь, высокие ожидания и создавая атмосферу взаимной поддержки

Продолжительное обучение: Обучение по программе «Танцы для взрослых» - это процесс, который требует времени и практики. Обучающиеся должны быть мотивированы продолжать обучение и развитие после окончания программы, чтобы они могли достичь ещё больших результатов.

Вывод:

Необходимо варьировать методы обучения, учитывая хорошие, средние и плохие способности учащихся. Особое внимание уделять работе с талантливыми и одарёнными людьми, что позволяет учащимся провести самооценку полученного результата, испытав при этом чувство удовлетворения.

Система занятий в группе строится на базе одного из следующих типов занятий: весь материал изучается последовательно, от простого к сложному. При этом предложенный материал творчески перерабатывается и усваивается постепенно шаг за шагом. В ходе занятия с преподавателем учащиеся выполняют конкретные цели и задачи новой хореографической постановки.

При проведении занятий по данной программе приоритет отдаётся творческой самореализации учащихся, т.к. такой подход усиливает личностную направленность обучения. Но при этом важнейшим фактором в процессе эффективного обучения является руководство со стороны педагога.

При изучении тем различных жанров хореографии происходит обогащение знаний, умений, навыков обучающихся и расширяется репертуар ансамбля.

Обучающиеся должны быть мотивированы продолжать обучение и развитие после окончания программы, чтобы они могли достичь ещё больших результатов.

Методическое обеспечение программы.

- балетный зал площадью не менее 20 кв.м (на 6 -7 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие);
- балетные станки (палки) длиной не менее 20 погонных метров вдоль двух стен;
- зеркала размером 5м x 2м на одной стене;
- наличие музыкальной аппаратуры.
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку.);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки для обучающихся и преподавателей.

Список учебной и методической литературы.

1. Имперское общество учителей танцев, Лондон «Пересмотренная техника латиноамериканских танцев» части 1 – 5, 1993г
2. Коваленко А.А. Структура и содержание учебной программы для групп начального обучения ДЮСШ по спортивным танцам. В сб.: Тезисы 1 Конференции..., М., 1997г.
3. Коваленко А.А., Учебная программа по спортивным бальным танцам для Культурно-досугового центра. М, 1995г.
4. Мошкова Е. И. Ритмика и бальные танцы. Учебная программа для начальной и средней школы, М., Просвещение, 1997г.
5. Классический танец. Методическая разработка для преподавателей детских хореографических школ и школ искусств. – М., 1988.
6. Лопухов Л., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца. – М. – Л., 193
7. Марион Хинц. Модерн в моей школе. – Мюнхен, 1999.
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз. Этапы обучения. – М.: ВЦХТ, 1998