#### Методические материалы

Методологической основой настоящей программы является современная дидактическая концепция, носящая гуманистический характер, в русле которой строится образовательный процесс - процесс воспитания и развития подростков в ходе их очного обучения.

Методическую систему реализации программы составляют методы, формы организации образовательного процесса и учебного занятия.

Методы:

1. Обучения: словесные, сенсорные – наглядные, практические, дискуссионные.
2. Воспитания: убеждение, мотивация, стимулирование, поощрение. Поскольку обучение - двусторонний процесс и его результативность определяется выбором методов организации взаимосвязанной и взаимообусловленной деятельности педагога и обучаемых, программа предлагает бинарные методы: показа – наглядного восприятия, информационно- сообщающего – исполнительского, объяснительно-репродуктивного, объяснительно-побуждающего – поискового и активности обучаемых, контроля

* самоконтроля и взаимоконтроля, стимулирования, мотивации деятельности и поведения – взаимооценки.

Формы организации образовательного процесса:

1. По организации обучающихся: групповые, индивидуальные, индивидуально-групповые, коллективные.
2. По направленности обучения: теоретические, практические, комплексные, объединяющие теоретическую и практическую подготовку учащихся.

Формы организации учебного занятия: беседа, учебно-тренировочное занятие, импровизация, постановочное занятие, соревнование, тренировка, упражнения, внутриклубный праздник.

Основными регулятивными нормами организации образовательного процесса являются:

1. Принципы организации педагогического процесса: гуманистической направленности, социокультурного соответствия, ценностной ориентации, целенаправленности, комплексности, наглядности и доступности, деятельностного подхода, постепенности в развитии природных данных и способностей учащихся, единства развития каждого обучающегося и группы, эстетизации всей деятельности обучающихся.
2. Принципы управления деятельностью обучающихся: учет возрастных и индивидуальных особенностей, опора на положительное в человеке, сочетание уважения с разумной требовательностью, положительной мотивации и благоприятного эмоционального фона, сочетания педагогического управления с развитием инициативы и самостоятельности обучающихся.

Для обеспечения наиболее эффективного достижения поставленных целей программа предлагает использовать педагогические технологии группового обучения, коллективной деятельности, технологии развивающего и опережающего обучения, технологию здоровье сбережения.

Алгоритм учебного занятия. Из всех предложенных форм организации учебных занятий систематически и регулярно используется учебно- тренировочное занятие. Оно обеспечивает прочность освоения обучающимися знаний и играет определяющую роль в формировании их умений, навыков и способов практической деятельности.

Структура учебно-тренировочного занятия

1. Подготовительный блок занятия. Этапы: организационный, подготовительный. На подготовительном этапе учащиеся в течение 10-15 минут выполняют комплекс упражнений, способствующих подготовке организма к выполнению нагрузок, достижению наибольших результатов в основной части занятия и снижающих вероятность получения травм.
2. Основной блок занятия. Этапы: подготовительный, этап усвоения учебного комплекса знаний и умений, этап первичной проверки и

корректирующего взаимодействия с обучающимися. На подготовительном этапе

* этапе подготовки к восприятию материала учащиеся выполняют «подводящие» упражнения. В основной части теоретические занятия интегрированы с практическими, ни одно из них не осуществляется изолированно. Степень включения в учебный комплекс элементов различных разделов содержания программы для каждого учебно-тренировочного занятия варьируется педагогом в зависимости от того, какие задачи являются приоритетными для данного учебно-тренировочного занятия.

1. Заключительный блок занятия. Этапы: итоговый, рефлексивный, релаксационный. Во избежание изменений в работе сердечно-сосудистой системы и снятия мышечного напряжения учебно-тренировочное занятие заканчивается выполнением упражнений на «остывание» и растягивание в течение 5 минут.

## Карта диагностики личностного развития, обучающегося (результаты общей и специальной физической подготовки) *сдача норм*

Фамилия, имя обучающегося

Возрастная группа «юниоры и юниорки»

ФИО педагога

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Контрольные | Баллы | Юноши | Девушки |
| упражнения |
| **Скоростные качества** | | | |
| Бег 20 м (с) | 5 | 3,8 | 4,4 |
| 4 | 3,9 | 4,5 |
| 3 | 4,0 | 4,6 |
| 2 | 4,1 | 4,7 |
| 1 | 4,2 | 4,8 |
|  | 5 | 160 | 150 |
| Прыжок с вращением | 4 | 150 | 140 |
| скакалки вперед (кол-во | 3 | 140 | 130 |
| прыжков за 1 мин.) | 2 | 130 | 120 |
|  | 1 | 120 | 110 |
| **Скоростно-силовые качества** | | | |
|  | 5 | 200 | 175 |
| Прыжок в длину с места | 4 | 190 | 165 |
| 3 | 180 | 150 |
| (см) |
| 2 | 170 | 140 |
|  | 1 | 160 | 130 |
| **Силовые качества** | | | |
|  | 5 | 47 | 40 |
| Подъем туловища из | 4 | 40 | 30 |
| положения лежа | 3 | 35 | 25 |
| (количество раз в мин) | 2 | 30 | 20 |
|  | 1 | 25 | 15 |
| **Выносливость** | | | |
| Бег 600 м | 5 | 2,05 | 2,25 |
| 4 | 2,20 | 2,30 |
| 3 | 2,30 | 2,40 |
| 2 | 2,40 | 2,50 |
| 1 | 2,50 | 2,55 |
| Максимальное количество баллов – 25 | | | |
| Среднее количество баллов – 15 | | | |
| Минимальное количество баллов – 5 | | | |

Карта диагностики личностного развития обучающегося

### собеседование

Фамилия, имя обучающегося

Возрастная группа «юниоры и юниорки»

ФИО педагога

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Вопрос | Кол-во |
| п/п | баллов |
| 1 | Что в большей мере помогает приобщиться к «прекрасному»: |  |
| занятия в ТСК или посещение дискотеки? |
| 2 | Что лучше характеризует эстетически воспитанного человека: |  |
| нетерпимость к безобразному и уродливому или умение |
| привнести красоту в искусство, спорт, труд, поведение, |
| отношения? |
| 3 | Перед кем несет ответственность человек за свои поступки? |  |
| 4 | От чего зависит Ваше отношение к другому человеку и каким |  |
| оно должно быть? |
| 5 | Какими волевыми чертами характера должен обладать |  |
| спортсмен? |
| 6 | Вы рассказываете друзьям о своих достижениях в танцевальном |  |
| спорте? А о неудачах? |
| 7 | Как Ваши друзья относятся к тому, что Вы занимаетесь |  |
|  | спортивными танцами? |  |
| 8 | Как Вы оцениваете свои результаты в танцевальном спорте? |  |
| 9 | Хотите достичь большего? |  |
| 10 | Вы верите в свои силы? В себя? |  |

Оценка: правильный ответ – 1 балл, аргументированный ответ – 2 балла.

Максимальное количество баллов – 20 Среднее количество баллов – 15 Минимальное количество баллов – 10

Вопросы 6-10 говорят о наличии или отсутствии у обучающегося самооценки своей предметной деятельности, позитивной «Я – концепции», мотивации, осознании перспективы.

## Карта диагностики метапредметных умений обучающегося

### анкетирование

Фамилия, имя обучающегося

Возрастная группа «юниоры и юниорки»

ФИО педагога

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Критерии | Умею | | | Кол- во |
| С помощью | Частично | Полностью | балл ов |
| педагога |  |
| Анализировать учебную задачу |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Планировать и контролировать ее |  |  |  |  |
| выполнение |  |  |  |  |
| Оценивать свои учебные действия |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| Пользоваться источниками |  |  |  |  |
| информации |  |  |  |  |
| Следовать принципам |  |  |  |  |
| межличностного общения |  |  |  |  |

Самооценка учащегося (верхняя строка) и экспертная оценка (нижняя строка) суммируются, вычисляется средне-арифметическое значение по каждому критерию достижений (в баллах). Ответы: «с помощью педагога» - 1 балл, «частично» - 2 балла, «полностью» - 3 балла.

Максимальное количество баллов – 15 Среднее количество баллов – 10 Минимальное количество баллов – 5

## Карта диагностики предметной подготовки обучающегося

### анкетирование

Фамилия, имя обучающегося

Возрастная группа «юниоры и юниорки»

ФИО педагога

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Критерии | | Оценка | | | | | Кол-во | Уровень |
| баллов |
| Знаю историю и национальные корни | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
| европейских и латиноамериканских танцев | |  |  |  |  |  |  |  |
| Освоил лексику и понятийный аппарат | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Владею техникой выполнения базовых фигур I и | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
| II степени сложности | |  |  |  |  |  |  |  |
| Проявляю мужское (женское) исполнение | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
| танцевальных элементов | |  |  |  |  |  |  |  |
| Музыкально и динамично исполняю танцы | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
| конкурсной программы | |  |  |  |  |  |  |  |
| Самостоятельно работаю над конкурсными | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
| вариациями | |  |  |  |  |  |  |  |
| Соблюдаю линии направления движения | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Правильно распределяю хореографию на паркете | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | |  |  |  |  |  |  |
| Определяю и использую средства эстетической и | 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
| эмоциональной выразительности танца |  | |  |  |  |  |  |  |
| Использую механизмы взаимодействия в паре | 1 | | 2 | 3 | 4 | 5 |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |

Учащийся дает свою оценку по пятибалльной шкале (отмечает в верхней строке). В нижнюю строку вносит свою оценку педагог. Самооценка учащегося (верхняя строка) и экспертная оценка (нижняя строка) суммируются, вычисляется средне-арифметическое значение по каждому критерию достижений (в баллах).

Максимальное количество баллов – 50 Среднее количество баллов – 30 Минимальное количество баллов – 10

## Карта диагностики предметной соревновательной деятельности и социального творчества обучающегося

### аналитическая справка

Фамилия, имя обучающегося

Возрастная группа «юниоры и юниорки»

ФИО педагога

#### Предметная соревновательная деятельность

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Дата | Название | Уровень | Место | Место, |
| п/п | проведения | Соревнования | соревнования\* | проведения | поощрение |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Социальное творчество**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Дата | Название | Уровень | Место | Поощрение |
| п/п | проведения | мероприятия | мероприятия\*\* | проведения |
|  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

\* - ОС (Областное соревнование), Рег (Региональное соревнование), РС «В» (Российское соревнование категории «В»), РС «А» (Российское соревнование категории «А»), МС (Международное соревнование).

\*\*- на уровне ОУ (образовательного учреждения), «Социума», района, города, области.

# Оценка предметной соревновательной деятельности:

Участие в соревновании – 1 балл

Выход в финал соревнования – 2 балла 2-3 место – 3 балла

1 место – 4 балла

# Оценка социального творчества:

Участие в общественном мероприятии – 5 баллов

## Итоговая аналитическая справка обучающегося

Фамилия, имя обучающегося

Возрастная группа «юниоры и юниорки»

ФИО педагога

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Показатели | | Кол-во баллов | | |  |
| № | Набранное | Среднее | Максималь- | Уровень |
| п/п | ное | достижений |
| 1. | Личностное развитие учащегося | |  | 15 | 25 |  |
|  | 15 | 20 |  |
| 2. | Метапредметные учебные | |  | 10 | 15 |  |
| действия | |
| 3. | Предметная подготовка | |  | 30 | 50 |  |
| 4. | Предметная спортивная | |  | - | - |  |
| деятельность учащегося | |
| 5. | Социальное творчество | |  | - | - |  |
|  | учащегося |  | |  |  |  |