

**Семинар-практикум «Особенности организации и проведения фестивалей – конкурсов по направлению фитнес-аэробика»
в рамках методического объединения отдела Художественно-эстетического воспитания». 13.02.2023**

Выступление подготовила Усова И.Е.
педагог дополнительного образования ЦРТДиЮ «Полярис»

**Тема выступления: Организация и проведение конкурса-фестиваля
«Командный фитнес-трофи»**

Экспериментальный вариант этого фестиваля, решено провести на учащихся объединений «Фитнес-аэробика» руководитель Усова И.Е., «Аэробика» руководитель Волкова А.Ю.

Основу фестиваля-конкурса составляет одно из доступных средств современного фитнеса - направление «Зумба», которая сочетает в себе элементы классической аэробики, базовой хореографии и различных стилей танцев. «Зумба» проходит под ритмичную танцевальную музыку и напоминает атмосферу зажигательной вечеринки. В переводе zumba означает – «веселиться, жужжать». Движения «Зумбы» не требуют никакой подготовки и просты в исполнении. Справляется любой начинающий, поэтому «зумба» продолжает покорять сердца и так нравится детям.

Танцевальные комбинации для судей–презенторов составляют педагоги. На наших фестивалях судьями-презенторами обычно становятся девочки из числа учащихся старших групп, выпускников или студентов-практикантов СКФКиС, которые проходят учебную практику на базе нашего учреждения на объединениях по направлению фитнес.

Все программы готовятся заранее. Они включают в себя разновидности базовых шагов и элементов базовой аэробики и основных элементов/упражнений современного танцевального фитнеса «Зумба». Это комбинации с высоким уровнем координации движений всем телом, оставляющих впечатление слитных непрерывных сочетаний.

Наш конкурс-фестиваль будет проходить в 3 этапа. На 1 этапе участникам нужно будет зеркально повторить танцевальные композиции, которые будут демонстрировать судьи-презенторы. Им нужно постараться максимально запомнить танцевальную связку. Выполнив все композиции, участники в порядке очереди тянут жребий, в котором будет указана фамилия презентора. Это будет означать, что во 2 этапе, они выполняют одну из композиций лицом к жюри с участниками, которые вытянули такой же жребий. Судья-презентор, фамилия которого указана у участника, будет танцевать свою программу вместе с ними.

3 этап — это подведение итогов и награждение команд-победителей.

Участники - учащиеся объединений по направлению фитнес-аэробика в возрасте 9-12 лет, которые на 2 этапе по жребию объединяются в команды.

Каждой команде, после демонстрации своей программы выставляется оценка по 5-ти бальной шкале. Победителем становится команда, набравшая максимальное количество баллов по 3 критериям:

- Техническая оценка. Умение демонстрировать комбинации с максимальной точностью при правильном положении тела, осанки и под мышечным контролем.
- Синхронность. Умение участников команды исполнять комбинацию синхронно (одновременно в музыку и в одно и тоже время), демонстрировать комбинацию без ошибок, в соответствии с тем порядком, который демонстрирует судья-презентор.
- Артистизм. Умение демонстрировать на протяжении всего выступления энергетику движений и мимическую выразительность.

За что могут сниматься штрафные баллы:

<i>Ошибки:</i>	<i>Примеры:</i>	<i>Величина сбавки:</i>
Малая	Несущественное отклонение от безошибочного исполнения.	0,1 балла
Средняя	Существенное отклонение от безошибочного исполнения. Неправильное выполнение элемента. Нарушение осанки. Не корректное положение линии рук и ног при выполнении комбинации.	0,5 балла
Грубая	Падение. Остановка участника. Солирование. Пропуск, невыполнение элементов. Участник самостоятельно покинул площадку для соревнований во время выполнения комбинации.	1 балл

Если две или более команд набирают равное количество баллов в ходе конкурса, результат команды определяется общим решением членов жюри.

В основе идеологии фитнеса и его целеполагания лежит приоритет здоровья человека, создаваемые фитнес-технологии имеют преимущественно оздоровительную направленность

Грамотное и целенаправленное внедрение фитнес-технологий в систему дополнительного образования, способствует модернизации учебных планов и программ, это способствует популяризацией различных направлений оздоровительного фитнеса и пропагандирует здоровый образ жизни.

В дальнейшем планируем продолжать искать интересные формы проведения досуга для учащихся объединений по направлению фитнес, способствуя формированию здорового образа жизни среди детей и подростков города Мончегорска.