

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №27»

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «27» августа 2021 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ

Возраст обучающихся: 6-11 лет
Срок освоения: 3 года

Составитель (и):
Солертовский Егор Александрович,
Педагог дополнительного образования

Ижевск, 2021

Пояснительная записка.

Данная образовательная программа направлена на усиление эстетического развития современного школьника и повышение его общей культуры с помощью средств хореографии и, в частности, программы спортивных (бальных) танцев. Бальный танец играет немаловажную роль в деле эстетического и физического воспитания детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования.

Направленность – художественно-эстетическая.

Актуальность. Танец учит логическому, целесообразно организованному, а потому грациозному движению: ритмическая свобода, мышечная раскрепощённость, эмоциональная выразительность, уверенность в себе, скоординированность движений, развитый мышечный аппарат — вот только некоторые из арсенала средств, которыми ребёнок овладевает в ходе освоения данной программы. Бальные танцы оказывают большое влияние и на формирование внутренней культуры ребенка и освоение норм этики, культуры общения. Устраняется ряд физических недостатков, вырабатывается правильная и красивая осанка, внешнему облику придается соразмерность и элегантность. Дети начинают более ловко, красиво, четко двигаться не только во время занятий, но и в быту. Систематические тренировки и участие в различных турнирах делают детей более крепкими и выносливыми.

Образовательная программа «Бальные танцы» - модифицированная, составлена на основе программы для общеобразовательных учреждений: Ю.Н. Шутиков «Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам», С.-Петербург, 2006.

Уровень освоения – общекультурный.

Отличительные особенности. В процессе освоения международной программы спортивных танцев предполагается изучение и смежных хореографических дисциплин, таких как основы классического танца, современной пластики, музыкальной грамоты и истории хореографии.

Педагогическая целесообразность. Методика преподавания включает в себя регулярный тренаж, который служит средством подготовки костно-мышечного аппарата к изучению элементов танцевального репертуара. Программа построена таким образом, что информационные и физические нагрузки увеличиваются постепенно с использованием игровых форм и приёмов подачи материала.

Межпредметная связь. Занятия бальными танцами непосредственно связаны с общеобразовательными предметами – математикой, литературой, физической культурой.

Курс образовательной программы «Бальные танцы» рассчитан на детей 6-11 лет со сроком реализации 3 года.

Цель программы: Создать условия для формирования художественно-творческих

способностей, танцевальной культуры у обучающихся через овладение ими основ бального танца.

Задачи:

1)Образовательные: Обучить различным видам спортивных (бальных) танцев: историко-бытовых, европейских и латиноамериканских, формирование умения воплощать свои фантазии в танцевальных движениях.

2)Воспитательные: Воспитать коллективный характер деятельности, выработать уверенность в себе и коммуникативную активность, внимательность к другим и доброжелательность.

3)Развивающие: Развить творческие способности детей (создание художественного образа), артистизм (умение преподнести танец), эмоциональность, внимание и память.

Режим занятий:

1 год обучения - Занятия проводятся в групповой форме 1 раз в неделю по 1 часу.

2 год обучения - Занятия проводятся в групповой форме 1 раз в неделю по 1 часу.

3 год обучения - Занятия проводятся в групповой форме 1 раз в неделю по 1 часу.

Формы и методы работы с детьми:

1. Словесный: рассказ, объяснение.
2. Наглядный: показ выполнения движений, показательные выступления профессиональных пар и коллективов.
3. Практический: упражнения, развивающие пластику; исполнение танцевальных вариаций.
4. Музыкальный: слушание музыкальных отрывков, определение ритма и такта, исполнение движений под музыку.

Обучающиеся получают на первом году обучения базовые навыки, осваивают принципы красивого, грамотного, органичного движения, общения в паре, в коллективе, изучают историю бального танца.

В дальнейшем эти танцевальная лексика совершенствуется, по мере укрепления мышечного аппарата движения усложняются, общение и взаимодействие в паре выходит на новый уровень. Принцип обучения от простого к сложному является основополагающим при построении данной программы.

Наряду с использованием приёмов массового обучения на занятиях применяется дифференцированный подход к ученикам, учитывая при этом и уровень физических данных, способности к восприятию. При этом менее одарённые дети получают возможность показать свои результаты на зачётах, открытых уроках, отчётном концерте. А наиболее подготовленные танцоры пробуют силы на официальных спортивных соревнованиях, борясь за финальные и призовые места, набирают очки для перехода из класса в класс (по общепринятой международной

системе в спортивных танцах).

Ожидаемый результат по окончании курса программы:

К концу 3 года обучения танцоры достигают конкурсного уровня.

По окончании курса образовательной программы «Бальные танцы» обучающиеся должны знать и уметь:

1. представления о двигательных функциях отдельных частей тела
2. основные и положения рук, ног, головы
3. знания простейших танцевальных построений
3. перестроение из 1 фигуры в другую.
4. владение различными танцевальными шагами.
5. овладение элементарными навыками общения и коллективной деятельности
5. проявление интереса к музыкально-танцевальному творчеству
6. умение представлять движения в воображении и мыслить образами
7. Правильная постановка корпуса.
8. Освоение основных движений танца.
9. Освоение основ бальных танцев.
10. Исполнение основных фигур под музыку.
11. Постановка в пару.

В результате освоения курса образовательной программы дополнительного образования «Бальные танцы» у обучающихся должны быть сформированы ключевые компетенции:

УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ:

Наличие интереса к творческой деятельности.

В социально-трудовой сфере деятельности: Трудолюбие.

В коммуникативной сфере: любознательность, навыки уверенности в себе. Умение осуществлять коллективную творческую деятельность, исполнять различные роли в коллективе. Адекватность оценивания своих действий и окружающих.

В культурно-досуговой сфере деятельности: Способность реализовать себя в творческой деятельности.

В бытовой сфере деятельности: навыки ЗОЖ, воспитание эмоционального настроения.

По окончании полного курса выпускники могут продолжить обучение в танцевально-спортивном клубе «ManiLa».

Формы контроля:

Текущий контроль - зачетные занятия, показательные выступления, открытое занятие.

Итоговый контроль – танцевальный конкурс.

Условия реализации:

- 1) Материально- техническое обеспечение: светлое, просторное, проветриваемое помещение, наличие зеркал, музыкального центра и аудио, видео дисков.
- 2) Информационное обеспечение: литература для обучающихся и для педагога; учебные и наглядные материалы.

**Учебно – тематический план
1 года обучения**

№ п/п	Наименование разделов	Всего	Из них	
			теория	практика
1.	1.1. Вводное занятие	4	2	2
	1.2. Освоение элементов музыкальной грамоты			
2.	Изучение танцевальной азбуки	4	1	3
3.	Изучение основных движений танца и пляски	6	1	5
4.	Изучение отечественных бальных танцев	18	3	15
5.	Организационная работа	1	-	1
	Всего	33	7	26

Содержание.

Раздел 1. Вводное занятие.

Инструктаж по Технике безопасности.

Организационные вопросы по содержательному курсу программы.

Раздел 2. Освоение элементов музыкальной грамоты.

Понятие о характере и особенностях танцевальной музыки.

Определение ритма и такта. Темп. Начало и конец музыкального отрывка.

Понятие о музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.

Построение и перестроения в зале под различную музыку, ритмический рисунок и темп.

Раздел 3. Изучение танцевальной азбуки.

Положения и направления движения частей тела (ног, рук, корпуса, головы).

Позиции ног.

Позиции рук (1, 2, 3 позиции, открытое и закрытое положение рук, на талии и др.).

Упражнения для развития «мышечного чувства».

Композиции со слитной координацией движений.

Раздел 4. Освоение основных движений танца и пляски.

Знакомство с особенностями танцев и плясок разных народов.

Различные виды шагов.

Вынос ноги на каблук. Шаги польки. Шассе.

Дробные шаги. Тройной шаг. Русский переменный ход. Этюды.

Прыжки с хлопками в различном темпе. Повороты и прыжки отдельно и в паре.

Этюды и танцы на пройденном материале (Танец-игра «Полька тройками», танец-игра «Галоп шестерками»).

Раздел 5. Изучение отечественных бальных танцев.

Знакомство с танцами народов России.

Разучивание танца: «Вару-Вару».

Разучивание танца «Парижское танго».

Разучивание танца «Полька».

Раздел 6. Организационная работа.

Зачетное занятие

Итоговое занятие.

Ожидаемые результаты:

К концу 1 года обучения дети должны

Знать: историю хореографического искусства и особенности бальной хореографии в России и за рубежом, уметь хореографически грамотно стоять и двигаться на паркете, правильную постановку корпуса, головы, позиции рук, ног;

Уметь: хореографически грамотно стоять и двигаться на паркете, владеть своим телом, слышать и различать в музыке ритм, темп, динамику, метр (сильную долю такта), мелодию танцевальных произведений, а также исполнять под них элементарные линейные и парные танцы.

Учебно-тематический план
2 года обучения

№ п/п	Наименование разделов	Всего	Из них	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Изучение отечественных бальных танцев	32	8	24
3.	Организационная работа	1	-	1
	Всего	34	9	25

Содержание.

Раздел 1. Вводное занятие.

Инструктаж по Технике безопасности.

Организационные вопросы по содержательному курсу программы.

Раздел 2. Изучение отечественных бальных танцев.

Тема 2.1.Школьный вальс.

Основной шаг тройками.

Понятия «спуск» и «подъем»

Перемена вперед.

Перемена назад.

Правый поворот.

Исполнение танца в паре.

Музыкальный размер танца Школьный вальс.

.

Тема 2.2.Рилио.

Основной шаг.

Подскоки.

Поворот на месте.

Боковой шаг.

Исполнение танца в паре.

Музыкальный размер танца Рилио.

Тема 2.3.Парижское танго.

Сложные композиции.

Позиции в паре.

Раздел 3. Организационная работа.

Зачетное занятие

Итоговое занятие.

Ожидаемые результаты:

К концу 2 года обучения дети должны

Знать: отечественную программу бальных танцев, характер и особенности каждого из танцев, основы классического танца;

Уметь: исполнять базисные фигуры танцев; передавать характер каждого танца, иметь достаточную устойчивость и координацию движений.

Учебно-тематический план
3 года обучения

№ п/п	Наименование разделов	Всего	Из них	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Изучение международной программы спортивных бальных танцев	31	11	20
3.	Организационная работа	2	-	2
	Всего	34	12	22

Содержание.

Раздел 1. Вводное занятие.

Инструктаж по Технике безопасности.

Организационные вопросы по содержательному курсу программы.

Раздел 2. Изучение международной программы спортивных бальных танцев.

Тема 2.1.Европейская танцевальная программа.

Разучивание танца «Вальс».

- правый поворот
- Перемена вперед
- Перемена назад
- Левый поворот
- Позиция в паре
- Понятие контакт
- Музыкальный размер
- Исполнение танца под музыку

Тема 2.2.Латино-американская танцевальная программа

Разучивание танца «Ча-ча-ча».

- Основной шаг
- Тайм-степ
- Нью-Йорк поворот
- Спот-поворот
- Позиция в паре
- Музыкальный размер танца
- Исполнение танца под музыку

Разучивание танца «Джайв»:

- Основной шаг
- Рок-фоллоуей
- Смена мест
- Свивлы
- Музыкальный размер
- Исполнение танца под музыку

Раздел 3. Организационная работа.

Зачетное занятие

Итоговое занятие.

Ожидаемые результаты:

К концу 3 года обучения дети должны

Знать: особенности таких направлений современной хореографии, как джаз, латина других, лидеров-танцоров и передовых педагогов современного спортивного танца;

Уметь: исполнять программу «Е» - класса, владеть техникой танцевания в паре, эмоционально ярко преподносить зрителю и судьям конкурсов характер своих номеров и выступлений. Выпускники должны принимать участие в конкурсах по спортивным танцам и отчётном концерте.

Методическое обеспечение.

Тема	Обеспечение программы методическим и видами продукции	Рекомендации по проведению практических работ	Дидактический и лекционный материал
Вводное занятие	Беседа «Развитие бальных танцев»	Поверка данных	Инструкция по ТБ. Видеопрограмма «Детские танцы». Степанов Л.Г.- Новые бальные танцы.
Изучение международной программы спортивных бальных танцев	Схемы фигур Беседа «латино-американская культура танца» Беседа «Европейская культура танца»	Упражнения для развития мышечного чувства, пластики. Показ элементов танца для развития восприятия и воспроизведения. Приемы ведения в паре.	1. Методическая папка №1 2. Гай Говард «Техника европейских танцев». Изд. Артис. М. 2003. 3. Уолтер Лэрд «Техника латиноамериканских танцев». ч.1 и 2 Изд. Артис. М. 2003.
Организационная работа	Конспект занятия		Методическая папка № 2

Список литературы для педагога д/о:

1. Бекина С. И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н.. Музыка и движение.- М., «Просвещение». 1983.
2. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях.- Киев, «Музична Украина», 1985.
3. Мур Алекс. Пересмотренная техника европейских танцев. - М.- С.-Пб., «Rest», 1993.
4. Плахотина Ю. «Методика преподавания спортивных бальных танцев на начальном этапе обучения в разновозрастных группах», М., 2007 г.
5. Рубштейн Нина. Что нужно знать, чтобы стать первым. - М., «Маренго Интернейшнл принт», 2001.
6. Шутиков Ю.Н. «Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам», С.-Петербург, 2006 г.
7. Формейшн для двоих.// «Квик».-№ 4, 2006.

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Гай Говард «Техника европейских танцев». Изд. Артис. М. 2003.
2. Уолтер Лэрд «Техника латиноамериканских танцев». ч.1 и 2 Изд. Артис. М. 2003.
3. Сайт www.Dancesport.ru