

КОМИТЕТ ПО КУЛЬТУРЕ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №2»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

«БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ»
5 ЛЕТ ОБУЧЕНИЯ

Саратов 2025

Принята решением
педагогического Совета
от 29.08.2025 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор МБУДО «ДШИ № 2»
К.Г.Никитин

СОСТАВИТЕЛИ:

Коневцев Н.А., *преподаватель МБУДО «ДШИ №2»*

Коневцева Т.П., *преподаватель МБУДО «ДШИ №2»*

Программа учебного предмета разработана на основе Федеральных государственных требований к дополнительным общеразвивающим общеобразовательным программам в области хореографического искусства.

Организация-разработчик:

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования детей
«Детская школа искусств № 2»

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Бальный танец» имеет художественную направленность, по уровню усвоения – базовая.

Школьный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. «Бальный танец» является одним из основных в обучении всего комплекса танцевальных дисциплин, который рассматривает и обогащает исполнительские возможности обучающихся. Образовательная программа «Бальный танец» направлена на всестороннее, гармоническое развитие детей школьного возраста и рассчитано на детей 7-11 лет.

Актуальность программы состоит в том, что искусство танца – великолепное средство воспитания и развития маленького человека во все времена. Оно обогащает духовный мир, помогает ребёнку раскрыться, как личности. Органическое соединение движения, музыки формирует атмосферу положительных эмоций, которые в свою очередь раскрепощают ребёнка. Всё это направленно сделает его более глубокой личностью и научит лучше понимать себя и других. Благодаря занятиям по данной программе, ребёнок сможет успешно адаптироваться в современном обществе.

Программа «Бальный танец» является одним из эффективных инструментов формирования универсальных учебных действий, которые актуальны в образовании.

Данная образовательная программа направлена на усиление эстетического развития современных школьников и повышение их общей культуры с помощью средств хореографии и в частности программы «Бальный танец».

Бальный танец обладал и обладает огромным потенциалом для развития гармоничной личности. Начиная с 18 века и по сегодняшний день, бальная хореография придаёт уверенность в движениях, свободу и непринуждённость в постановке фигуры, что положительным образом влияет на психический строй человека и повышает его самооценку.

Откровенный цинизм, ханжество и бескультурье, как средства общения в молодёжной среде, пропагандируемые в СМИ и на ТВ, делают эту программу весьма актуальной и целесообразной, как средство воспитания детей, подростков. Бальный танец воспитывает у них культуру общения. Своеобразие и оригинальность заключается в том, что бальный танец с его

высокой этикой и эстетикой представляет собой «инструмент» воспитания всесторонне развитой, гармоничной личности. Данная программа ведёт к освоению одного из самых элегантных видов танцевального искусства. Включает в себя все аспекты воспитания: от совершенствования физической формы тела до очень тонкой и деликатной области межличностных отношений, помогающий детям в будущем легче адаптироваться в любой социальной среде.

Новизна программы. В настоящее время бальный танец очень популярен в России и мире. В бальном танце нет определённого сценария, точного текста танцевальной партии, пошагового описания логического хода событийности. Композиция в бальном танце не несёт в себе практически никакого подтекста, не имеет какой либо определённой сюжетной линии. Педагог, ставящий композицию в паре, берёт для себя несколько критериев: ряд последовательных фигур должен соответствовать уровню и классу пары; внимание уделяется так же соответствию физической и технической оснащённости пары со сложностью исполнения фигуры; музыкальности исполнения в зависимости от класса танцующих.

Данная же программа подразумевает в основном сценическому бальному танцу т.е. репертуар, предусмотренный данной программой, имеют сюжетную линию в отличие от вариации, исполняемых танцорами на конкурсах по бальным танцам. С помощью бальной хореографии создаются танцевальные номера, с которыми дети выступают на сцене.

Ведущая идея программы: помочь становлению творческой личности ребёнка в современном мире.

Цель программы: раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретённых знаний, умений, навыков в области бального танца.

Задачи:

- овладение основными теоретическими и практическими занятиями, умениями и исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять танцевальные композиции;

- понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации;

- формирование умений различать ритмическую сторону музыки и согласовывать свои движения с её звучанием;

- развитие способности самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свои вариации;
- организация постановочной и концертной деятельности учащихся;
- создание дружеской среды, создание условий для общения;
- воспитания доброжелательности, чуткости и внимательности отношения к друг другу;
- развитие навыков самостоятельной и коллективной работы;
- развитие мотивации на творческую деятельность; - развитие выносливости, координации движений.

Принципы программы:

Современная система дополнительного образования детей предоставляет обучающимся заниматься в объединениях различной направленности – в соответствии со своими желаниями, интересами и потенциальными возможностями.

Зная концептуальную основу дополнительного образования детей, которая соответствует главным принципам гуманистической педагогики: признание уникальности и индивидуальности человека, его права на самореализацию, личностно – равноправная позиция педагога и ребёнка, ориентированность на его интересы, способность видеть в нём личность, достойную уважения, следует придерживаться в своей педагогической деятельности следующих принципов обучения:

- принцип сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принцип наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приёмов (личная демонстрация приёмов, использование ИКТ (видео- и фотоматериалы , интернет ресурсы) .
- принцип доступности, который требует, чтобы перед ребёнком ставились посильные задачи. В противном случае у занимающихся снижается интерес к занятиям при этом, однако необходимо приучать детей к преодолению трудностей.

- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приёмов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности детей.

Отличительными особенностями программы являются:

- условия набора детей в объединение: набор ведётся с 7 лет парами (мальчик- девочка), исходя из специфики бального танца (это парный танец) ребёнок должен иметь медицинский допуск к занятиям хореографией.

- после первого месяца занятий осуществляется постановка детей в пары, как правило, это 6 пар- 6 мальчиков и шесть девочек, соответственно возрасту, комплекции, роста, психологических особенностей.

- программа допускает добор детей, в случае потери одного из партнёров или уменьшения численного состава, согласно требованиям, прописанным ранее.

Предмет «Бальный танец» предполагает разделение на три раздела: отечественная программа, европейская, и латиноамериканская программа.

Объём учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета «Бальный танец»: 1 год обучения- 144 ч- 2 раза в неделю по 2 часа. В программу «Бальный танец» включены 10 танцев бальной хореографии, а именно: 3 танца отечественной хореографии: «Сударушка», «Вару – вару», «Барыня», 3 танца Европейской программы- «Медленный вальс», «Фигурный вальс», «Танго», 4 танца Латиноамериканской программы- ча-ча-ча, самба, джайв, и квадратная румба. Набор движений, подобранный для детей данного возраста, позволяет творчески подходить к составлению вариаций для отработки технического исполнения любого движения бального танца с учётом психических и физиологических особенностей детей 7-11 лет.

Количество детей, одновременно находящихся в группе, составляет 12-15 человек.

Обучение происходит поэтапно: от простого бального элемента до сложного движения и вариации.

Занятие состоит из двух частей – теоретической и практической, а именно:
а) знакомство с техникой ритмической раскладкой выполнения движения.

б) изучение движения и работа над движениями в комбинациях под музыку, переходя от медленного темпа к быстрому.

Занятие включает в себя разминку на середине зала, элементы бального танца, движения бального танца, вариации.

На первом этапе необходимо заложить фундамент правильного, техничного исполнения бальной хореографии, на основе которой будет строиться всё дальнейшее обучение отечественной, Латиноамериканской и Европейской программы. Вместе с тем необходимо систематично и целенаправленно распределять учебный материал с учётом индивидуальности в восприятии и мышлении каждого учащегося.

Важно выработать правильную постановку корпуса в соответствии с требованиями отечественного, латиноамериканского и европейского танца, правильную постановку рук у партнёра и партнёрши, умение держать баланс в простейших движениях бальной хореографии.

Укрепление физической выносливости, применение упражнений, способствующих укреплению мышечного корсета, силы мышц позволяет подготовить детей к дальнейшей исполнительской деятельности.

Ведётся работа над правильным техничным танцем в любом ритмическом рисунке, с любым типом музыки.

В первом полугодии проводится творческий показ по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии – концертное выступление.

Планируемые результаты по программе:

Личностные:

- положительное отношение к посещению и объединения «Бальный танец» и его занятиям;
- интерес к занятиям;
- этические чувства и знания основных моральных норм.

Регулятивные:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- определять выполнения заданий на уроке под руководством педагога.

Познавательные:

- хорошо ориентироваться в зале, владеть основами хореографических упражнений;
- самостоятельно выполнять несложные танцевально-ритмические упражнения.

Коммуникативные:

- участвовать в диалоге на уроке; - отвечать на вопросы педагога.

Предметные:

- знание танцевальной терминологии;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы; - знание элементов и основных комбинаций бального танца.

Очень важно:

- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы.
- знание элементов и основных комбинаций бального танца.
- знание рисунка бального танца, особенностей взаимодействия с партнёрами на сцене.
- знание средств создания образа в хореографии.
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств.
- умение исполнять на сцене различные виды бального танца: отечественной, европейской и латино – американской программ.
- умение исполнять элементы и основные композиции танца, произведения учебного хореографического репертуара.
- умение исполнять бальные танцы на разных сценических площадках. - умение распределять сценическую площадку, сохранять рисунок при исполнении бального танца.
- умение понимать и исполнять указания педагога.
- умение запоминать и воспроизводить бальных танцев.
- положительное отношение к посещению объединения «Бальный танец» и его занятиям
- представление в целом, чем занимается объединение «Бальный танец»
- интерес к занятием и тому материалу, что предлагается,

- привитие любви к танцевальному искусству, уважительное отношение друг к другу.

Содержание программы

1 Отечественная программа

1.1 «Сударушка»

Теория: история рождения танца. Танец построен на народных движениях, бытующих на Урале. Композиция медленная. Состоит из 2 фигур занимает 24 такта, темп умеренный.

Практика:

- ход вперёд;
- поворот на 90 градусов;
- боковые шаги и шаг – каблук;
- 2 расхода и поворота в паре;
- 2 соло – поворота партнёрши; - 2 хода вперёд – назад с переходом; - композиция повторяется.

1.2 «Вару – вару»

Теория: история рождения танца. Танец создан в Латвии, но получил широкое признание молодёжи всей страны. Он исполняется подвижно, игриво. Композиция свободная исполняется на месте с незначительным продвижением. Темп умеренно быстрый.

Практика:

- боковой ход;
- отведение ноги вперёд на носок; - отведение ноги вперёд на каблук; - композиция повторяется.

1.3 «Барыня»

Теория: история рождения танца. Танец построен на русских народных движениях плясового характера. Композиция определённая состоит из 3 частей, занимает 24 такта, темп умеренно быстрый.

Практика:

- молоточки с притопами;
- переходы;
- 2 переменных хода вперёд в открытом положении;
- расход и молоточки;
- припадание в повороте;
- 4 переменных хода в закрытом положении; - припадание в повороте в разные стороны;
- композиция повторяется.

2 Европейская программа

2.1 «Медленный вальс»

Теория: история рождения танца. Танец плавный, движения исполняются слитно и широко. Характер танца подчёркивают небольшие наклоны верхней части корпуса вправо и влево. Сохраняется техника шагов, указанная подготовительных упражнениях: чередование шагов на всю ступню (вперёд – с каблука, назад – с носка), на полупальцы с постепенным подъёмом и опусканием на всю ступню в конце третьего шага. Темп медленный.

Практика:

- правый поворот;
- закрытая перемена;
- левый поворот;
- положение променада;
- синкопированное шассе;
- первая половина правого поворота;
- открытая перемена по дуге от центра;
- вторая половина левого поворота;
- закрытая перемена;
- первая половина правого поворота;
- правый спин – поворот;
- корте;
- виск назад;
- синкопированное шассе.

2.2 «Фигурный вальс»

Теория: история рождения танца. Дата его рождения не известна, но увлечения танцами начинается в конце 18 века. Хотя вальс произошёл от народных

плясок за свою долгую жизнь вальс изменялся, совершенствовался, приобретал различные формы. Вальс побеждал не только уходящие, но и вновь возникающие модные танцы. Его торжествующие шествие по свету началось из Вены, и этот город по праву считают родиной вальса.

Практика:

- первая половина вальсового поворота;
- шаг – глиссад назад;
- балансе вперёд;
- балансе назад;
- 4 вальсовых поворота вправо.

2.3 «Танго»

Теория: история рождения танца. Танец сложился из движений и поз, характерных для аргентинских и испанских народных танцев. Его особенности составляют контрастные сочетания движений, разная смена положений. Манера исполнения танго сочетает в себе яркую выразительность южных народов со сдержанной строгостью. Это и делает его привлекательным для исполнения буквально во всех странах мира. Несмотря на общие черты с некоторыми другими европейскими танцами, танго значительно отличается от них положением в паре, техникой, манерой исполнения.

Практика:

- поступательный боковой ход по дуге к центру;
- открытый левый поворот с закрытым окончанием;
- рокк – поворот;
- поступательное звено; - открытый променад назад; - карте.

3 Латино – американская программа

3.1 «Ча – ча – ча»

Теория: история рождения танца. Название танца подчёркивает характерный для кубинских мелодий ритм, напоминающий чёткий суховатый звук маракас. Танец подвижный. Благодаря динамичности, яркости и разнообразию движений танец получил широкое распространение. Основные движения танца строятся на шагах, исполняемых в ритме с акцентом на первую и четвертую доли такта.

Практика:

- основной ход;
- соло – поворот вправо;

- хоккейная клюшка;
- открытый основной ход;
- кручения;
- правый волчок;
- спираль;
- кубинский брейк.

3.2 «Самба»

Теория: история рождения танца. Это быстрый танец с чёткой пульсирующей ритмикой. Родина самба – Бразилия. Для самбы характерно пружинящее движение. Характер весёлый, зажигательный с элементами заигрывания. История самбы - это слияние африканских танцев с испанскими и португальскими танцами.

Практика:

- основной ход;
- шаг на месте;
- бото – фого;
- соло – поворот;
- четыре контр – бото – фого;
- боковой самба – ход;
- самба – ход в положении променада; - вольта.

3.3 «Джайв»

Теория: история рождения танца. Современный танец свободной композиции. Год появления 1927. Родина танца – Северная Америка. Характер энергичный, буйный, зажигательный. Один из вечно модных не оставляющих никого без различным. Движение танца строится на элементах основного хода, состоящего из покачивания и шассе.

Практика:

- раскрытие и переход;
- переход и закрытие;
- поворот в паре;
- соло – поворот ;
- спин – поворот ;
- мельница; - смена мест;
- двойной спин.

3.4 «Квадратная румба»

Теория: история рождения танца. Это простой танец, его могут исполнять начинающие. Основной квадратной румбы послужил кубинский танец. Темп умеренно быстрый. Название танца определяется тем, что его основу составляют движения правого и левого квадрата.

Практика:

- правый квадрат;
- первая половина правого квадрата;
- правый квадрат в закрытом положении;
- 2 поступательных хода;
- левый квадрат;
- 2 кубинских хода.

Контроль успеваемости осуществляется в следующих формах:

1. Творческий показ родителям.
2. Концертные выступления.
3. Итоговая аттестация.

Итоговая аттестация проводится с целью определения:

- качества реализации образовательного процесса
- уровня умений и навыков, сформированных на определённом этапе обучения.

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходим танцевальный зал, музыкальное сопровождение (диски)

Материально-техническое обеспечение.

Для реализации программы «Бальный танец» имеется:

-танцевальный зал, имеющий пригодное для танца напольное покрытие,, зеркала,

- музыкальное оборудование,
- наглядные пособия.

Оценочные материалы:

Критерии оценки творческих показов и концертных выступлений

Критерии	Низкий уровень	Средний уровень	Выше среднего	Высокий уровень
Техника исполнения движений				
Артистичность, эмоциональность				
Музыкальность				
Постановка корпуса				

Методическое обеспечение

При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие у детей танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения- результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда ученик от простых заданий, связанных с передачей характера музыки в двигательно- ритмических упражнениях, постепенно переходит к более сложным, передающий стиль, характер танцев, развитие образа персонажа в сюжетных постановках.

В процессе обучения учитывается физическая нагрузка, не допускается перенапряжение детей, нельзя злоупотреблять прыжковыми движениями. Занятие является основной формой учебного процесса. Занятие характеризуется единством дидактической цели, объединяющий содержание деятельности педагога и учащихся, определённой структурой, диктуемой каждый раз конкретными условиями и закономерности усвоения учебного материала. Как часть учебного процесса занятие содержит: организационный момент, восприятие, осознание и закрепление в памяти информации; овладение навыками (на основе усвоенной информации) и опытом творческой деятельности; усвоение системы норм и опыта эмоционального отношения к миру и деятельности в нём; контроль и самоконтроль педагога и учащихся.

При организации и проведения занятий по программе «Бальный танец» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принцип сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных

задач;

- принцип наглядности, предлагающий использование при обучении комплекса средств и приёмов : личная демонстрация приёмов, видео- и фотоматериалов, словесное описание нового приёма и т.д;

- принцип доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От педагога требуются постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;

- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приёмов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

Рабочая программа воспитания

Пояснительная записка

Рабочая программа воспитания по ДООП «Бальный танец» строится на основе программы дополнительного образования детей, плана работы МУДО «Увинский дом детского творчества», графика проведения районных и республиканских мероприятий.

Рабочая программа воспитания направлена на создание условий для наиболее полной самореализации возможностей, потребностей и творческих способностей детей.

Также одной из задач учреждения дополнительного образования, наряду с творческим развитием детей, их самореализацией, является создание условий для их социализации. На этот процесс оказывает влияние окружающая среда и, прежде всего, система социальных отношений, в которые с самого раннего детства включается ребенок. Социализация рассматривается как усвоение элементов культуры, социальных норм и ценностей, на основе которых формируются качества личности.

Выявление и развитие возможностей и способностей обучающихся, развитие их творческих способностей поможет участие в конкурсах Увинского ДДТ, МОУ «Увинская СОШ №1».

Влияние на формирование и развитие детского коллектива в объединении

«Бальный танец» предполагается через мероприятия, праздники в объединении. Такие мероприятия помогут детям адаптироваться в новом детском коллективе, занять в нем достойное место. Они способствуют созданию доброжелательной и комфортной для детей атмосферы, в которой каждый ребенок может ощутить себя необходимым и значимым. Кроме того, дети приобретут социальный опыт, пробуя себя в разных социальных ролях. Большая роль в организации работы объединения отводится работе с родителями. Традиционно проводится организационное родительское собрание и творческие отчеты перед родителями.

Список литературы.

- 1 Васильева- Рождественская Н. В. Историко- бытовой танец М.Искусство, 1965.
- 2 Ивановский Н.П. Бальный танец 16-19 века М.Искусство 2003г
- 3 Под редакцией Стриганова В.М. и Уральской В.И. Современный бальный танец М. Просвещение 2006г.
- 4 Беликова А.Н. Бальные танцы М., «Советская Россия» 2005г.
- 5 Беликова А.Н. Бальные танцы М., «Советская Россия» 2006г.
- 6 Блок Р .Методические указания в помощь начинающему педагогу бального танца М., 1972.
- 7 Машков А. В. Спортивные танцы М., 2003г.
- 8 Пин Ю. Пересмотренная техника исполнения европейский танец. Медленный вальс Лондон-СПБ
- 9 Пин Ю. Пересмотренная техника исполнения европейских танцев. Танго Лондон- СПБ.