

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
ГБУ ДО ЦИ «Эдельвейс»  
Протокол № 02/21  
от « 31 » 108 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом  
от « 02 » 108 2021 г.  
Директор И.В. Поликарпова



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
**«БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ»**

Возраст учащихся: 7-15 лет  
Срок реализации: 3 года

Разработчик:  
**Чудных Светлана Васильевна,**  
педагог дополнительного образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Человечество танцует с незапамятных времен, непрерывно рождая новые ритмы, новую музыку, новую пластику движений. В одном только XX веке появилось огромное количество танцевальных направлений, которые тут же находили как своих приверженцев, так и оппонентов. И тот, кто предан танцу, кто стремится к совершенству и вершинам танцевального Олимпа, знает, что красоте и легкости движений, артистичному и одухотворенному исполнению предшествует напряженная, кропотливая, с колоссальными затратами энергии работа.

С каждым годом растет авторитет России в танцевальном мире, появляются прекрасные дуэты международного уровня. С 1994 года Россия стала полноправным членом ISDF и получила право участвовать в официальных чемпионатах Европы и мира по спортивным бальным танцам. Данный факт послужил огромным стимулом для развития этого направления не только среди взрослых, но и среди школьников, и в настоящее время бальные танцы являются одним из самых массовых видов спорта среди детей и молодежи. Спортивные бальные танцы - это прекрасное сочетание спорта и искусства.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бальный танец» имеет **художественную** направленность и разработана для Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Центра музыкально-хореографического искусства «Эдельвейс» с учётом творческих, учебно-воспитательных, оздоровительных задач коллектива, с опорой на собственный опыт занятий бальными танцами и работы педагога, на опыт работы коллег – хореографов и танцоров, с использованием современных методик, учебных пособий, основанных на многолетнем опыте работы ведущих педагогов, в соответствии с государственной образовательной политикой и современными нормативными документами в сфере образования<sup>1</sup>.

### Актуальность

Актуальность данной программы определяется потребностью детей в танцевальной деятельности как средстве самопознания, самовыражения и развития. Танцы относятся к группе сложно-координационных видов деятельности. В процессе занятий ребенок получает значительную физическую нагрузку, связанную с определенной тренировкой тела. Занятия по программе дают возможность учащимся получить общее музыкально-ритмическое воспитание, направленное на повышение общей физической подготовки, развитие координации, культуры движений, в дальнейшем, позволяют продолжить углубленные (профессиональные) занятия танцами.

Дети, занимающиеся бальными танцами, имеют возможность:

- укрепить свое здоровье и вести здоровый образ жизни;
- познакомиться с танцевальной культурой народов разных стран;
- развить творческие способности по дизайну танцевальных костюмов и причесок;
- развить творческие танцевальные способности;
- участвовать в командных соревнованиях и выступлениях, клубных мероприятиях, развивая чувство коллективизма и взаимопомощи.

**Особенность** программы «Бальный танец» в том, что помимо художественной направленности она имеет еще и спортивный уклон, затрагивая тем самым все сферы жизни: музыкальную, спортивную, творческую.

Особенностью программы также является и то, что ряд тем проходит «сквозь» всю программу. Тема «*Общая физическая подготовка*» предполагает ее изучение на каждом занятии, так как каждое занятие начинается с разминки, в которую входит комплекс упражнений на разогрев мышц, подготовка тела к занятию. Разминка в танце является основой для развития чувства ритма и двигательных особенностей занимающихся, позволяющей свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под

<sup>1</sup>1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. Концепция развития дополнительного образования детей // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р

3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 № 196

4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р

Количество занимающихся в группе не должно превышать 16 человек, поровну мальчиков и девочек.

Возможен прием в коллектив на 2-ой и 3-й год обучения при условии владения необходимыми знаниями и навыками.

### ***Особенности организации образовательного процесса***

Искусством танца дети овладевают постепенно: из года в год программа усложняется в зависимости от возраста учащихся и результативности их обучения. На первом году обучения происходит выработка необходимых качеств для исполнения танцев обеих программ: европейской программы и латиноамериканской, а также общедоступных форм бального танца, выборочно изучаются основные движения танцев (медленный вальс, полька, модный рок, диско, самба, ча-ча-ча, джайв), производится постановка в пары.

На втором году обучения количество исполняемых танцев увеличивается, усложняется набор фигур каждого танца, особое внимание уделяется технике исполнения и ведению в паре.

На третьем году обучения продолжается освоение обеих программ (европейская программа бального танца и латиноамериканская программа), но идет усложнение за счёт введения новых ритмических рисунков, дополнительных позиций в паре, увеличения степеней поворота в фигурах.

Новые фигуры в программе каждого года обучения сначала изучаются «по-одному», затем проучиваются в паре и комбинируются в различных сочетаниях с другими фигурами. Значительную роль в художественном воспитании учащихся играют композиционная работа, которая осуществляется на основе пройденного материала. Небольшие танцевальные вариации в обеих программах бального танца развивают технику, выразительность, манерность и танцевальность.

При проведении занятия по бальному танцу применяются следующие принципы:

- постепенно увеличивать физическую нагрузку;
- постоянное движение от простых фигур к более сложным;
- чередование быстрого и медленного темпов;
- постановка правильного свободного дыхания в момент исполнения движений.

Большую роль в художественном воспитании играет сценическая практика. На освоенном в результате прохождения программы материале ставятся концертные номера, с которыми учащиеся выступают на школьных праздниках, в учебных конкурсах в группе, в концертных программах ЦИ. Правильный подбор концертных номеров с учетом возможностей учащихся развивает артистизм и творческие способности.

В течение всего года для родителей учащихся проводится ряд открытых занятий, где наглядно демонстрируются достижения учащихся согласно их способностям. Один раз в полугодие для детей и их родителей организуется праздник, на которых все могут танцевать несложные танцы, принять участие в играх, викторинах и лотереях. На таких праздниках для детей проводятся первые соревнования с элементами конкурса, где выступления детей судьи оценивают, не выводя в финал лучших, а разделяя их на группы (первые, вторые и третьи места). Это, с одной стороны, вводит их в мир конкурсного танца, а с другой стороны, избегаются эмоциональные стрессы, разочарования и первые потрясения. Во втором полугодии дети в рамках праздника «Первые шаги» выступают уже в роли учителей своих родителей, обучая их простейшим танцам: бит-ритм и модный рок.

В конце каждого полугодия проходит итоговое занятие – праздник в группе, на котором родители исполняют танцы со своими детьми. Оба праздника проходят в танцевально-игровой форме, благодаря чему родители могут более грамотно оценить способности сына или дочери.

### ***Формы организации образовательного процесса***

Программа предусматривает как теоретическое, так и практическое освоение предлагаемого материала. Поэтому **формы проведения занятий** очень разнообразны: игровые тренинги и упражнения; беседы, экскурсии, репетиции; конкурсы, концерты, посещение культурно-образовательных мероприятий и т.д.

### ***Формы организации деятельности детей на занятиях***

- Фронтальная (объяснение нового материала, показ педагогом образца исполнения, беседы, рассказ)
- Групповая - работа в паре (разучивание танцев)
- Коллективная (мастер-классы, праздники, репетиции, концерты)

### ***Материально-техническое оснащение***

- хореографический класс, оборудованный станками и большим зеркалом на стене;
- музыкальный центр, мультимедиа;
- гимнастические коврики;

### ***Требования к учащимся***

Каждый ребёнок для занятий должен иметь:

- спортивную форму (лосины, юбки, футболки);
- спортивную обувь (туфли, спортивные тапки);
- длинные волосы во время занятий должны быть убраны;
- для концертной деятельности – костюмы.