

Документ подписан электронной подписью.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА «ПОЛЯРИС»

ПРИНЯТА

Методическим советом
МБУ ДО ЦРТДиЮ «Полярис»
Протокол от 31 августа 2023г. №16

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора МБУ ДО
ЦРТДиЮ «Полярис»
от 31 августа 2023г. № 525

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности

«Бальный танец»
(стартовый уровень)

Возраст учащихся: 14-17 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составитель программы:
Гиниатулина Наталья Геннадьевна
педагог дополнительного
образования

г. Мончегорск
2023

Документ подписан электронной подписью.

Комплекс основных характеристик программы **Пояснительная записка**

При разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «**Бальный танец**» основными нормативными документами являются:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273;

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р);

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2);

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28);

- Устав ЦРТДиЮ «Полярис»;

- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центра развития творчества детей и юношества «Полярис».

Программа составлена в 2020 году, 2023 году внесена корректировка в соответствии с современными требованиями.

Образовательная деятельность по программе направлена на формирование и развитие творческих способностей учащихся; удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также на формирование общей культуры.

Направленность программы: художественная.

Уровень программы стартовый.

Актуальность и педагогическая целесообразность

Бальные танцы очень популярны во всем мире и являются самым массовым видом среди детей и молодежи. Это объясняется высокой культурой и красотой его исполнения, зрелищностью и возможностями эстетического и оздоровительного воспитания молодежи.

Вальс безусловно считается королем бальных залов. Каждому человеку как минимум два раза в жизни приходится танцевать вальс: на выпускном вечере и в свадебном зале. Умение пригласить даму на танец, двигаться в ритме вальса, красиво держаться, даме следовать за партнером — небесполезные навыки для жизни.

Документ подписан электронной подписью.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что в процессе ее реализации происходит приобщение к миру танца, знакомство с мировой культурой бального и социального танца. Ритмичная танцевальная музыка прививает умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром, решая при этом задачи художественно-эстетического и культурного развития.

Отличительные особенности программы. Отличительной особенностью данной программы является ее узкая направленность. Выпускники в течение одного года изучают все варианты вальса, составляют танцевальные композиции и исполняют их на мероприятиях в течение года.

Адресат программы – 14-17 лет

Объем программы – 36 часов

Срок освоения программы – 1 год

Режим занятий – 1 раз в неделю по 1 академическому часу (академический час 45 минут)

Формы организации образовательного процесса - группа.

Форма обучения: очная

Виды занятий по программе: практические занятия, мастер-классы.

Цель и задачи программы

Цель: создание условий для формирования саморазвития и творчества учащихся посредством ознакомления с основами бальной хореографии.

Задачи:

Обучающие задачи:

- ознакомить с историей возникновения и развития вальса;
- обеспечить в ходе занятий усвоение основных движений танца «Вальс»;
- формировать практические умения и необходимые исполнительские навыки;
- научить взаимосвязи музыки и движения;
- научить исполнять танцевальные комбинации с использованием базовых шагов, элементов и фигур.

Развивающие задачи:

- сформировать пластичность движений, уверенность в себе;
- развивать координацию движений, гибкость, пластику;

Воспитательные задачи:

- воспитать дисциплину, чувство коллективизма, через использование эстетических особенностей танца;
- формировать культуру межличностных отношений в коллективе, выработку навыков коллективной творческой деятельности.

Документ подписан электронной подписью.

Ожидаемые результаты

Предметные результаты

- смогут использовать начальные понятия танцевальной терминологии;
- смогут технически правильно выполнять танцевальные движения и выученные танцевальные связки;
- смогут использовать полученные знания и навыки для исполнения вальса на различных мероприятиях.

Метапредметные результаты

- смогут анализировать и оценивать результат своего труда и своих сверстников, искать возможности и способы его улучшения.
- овладеют основами самоконтроля и самооценки.

Личностные результаты (воспитательные)

- смогут повысить общий культурный уровень;
- овладеют навыками выражения своих эмоций и управления ими;
- получают навыки умения общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Формы аттестации / контроля

В процессе обучения осуществляется текущий контроль за уровнем знаний, умений и навыков в соответствии с пройденным материалом программы.

Текущий контроль осуществляется: в течение учебного года (тематический контроль - определение уровня и качества освоения отдельной части дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, раздела программы или изученной темы).

Промежуточная аттестация учащихся проводится как оценка результатов обучения за полугодие.

Итоговая аттестация учащихся проводится по окончании полного курса обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Формы аттестация наблюдение, практические задания.

Учебный план

Таблица 1

| /п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестаци и/ контроля |
|------------|--|------------------|-----------|---------------|--------------------------------------|
| | | сего | теория | П практика | |
| | Вводное занятие. | | | 1 | собеседо вание |
| 2 | Разминка. Тренаж. | 2 | 1 | 1 | практическая работа, наблюдение |
| 3 | Танцевальная азбука | | | | |
| 3.1 | Музыкальная грамота | 2 | 1 | 1 | практическая работа, наблюдение |
| 3.2 | Позиции ног и рук, позиции в паре | 2 | 1 | 1 | практическая работа, наблюдение |
| 3.3 | Ориентация на танцевальной площадке | 2 | 1 | 1 | практическая работа, наблюдение |
| 4 | Медленный вальс | 3 | 1 | 2 | практическая работа, наблюдение |
| 5 | Парное танцевание | 6 | 1 | 5 | практическая работа, наблюдение |
| 6 | Венский вальс | 5 | 1 | 4 | практическая работа, наблюдение |
| 7 | Фигурный вальс. | 10 | 4 | 6 | практическая работа, наблюдение |
| 8 | Общая и спортивная этика | 1 | 1 | | собеседование |
| 9 | Итоговое занятие. ЗУН | 1 | | 1 | показательные выступление |
| | Итого: | 36 | 13 | 23 | |

К концу учебного года учащиеся должны

Знать:

- требования к правильной осанке;
- основы вальса;
- основные позиции корпуса, рук, ног, головы;
- основные понятия: музыкальный размер, направления движения, степени поворота;
- правила поведения в танцевальном коллективе;
- танцевальные позиции в паре;
- правила взаимоотношения в паре.

Уметь:

- выстукивать и дирижировать музыкальный размер Венского вальса;
- выполнять комплекс танцевальных упражнений;
- уметь перемещаться в паре по танцевальной площадке под музыку;
- выполнять перестроения, держать равнение, сохранять танцевальную рамку;

Документ подписан электронной подписью.

- исполнять фигуры танца «Фигурный вальс»

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория.

Знакомство с традициями и правилами в объединении. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу.

Практика.

Разучивание танцевального приветствия (поклон), построение по линиям, «знакомство». Первичная диагностика.

2. Разминка. Тренаж.

Теория.

Необходимость предварительного разогрева мышц, определение основных групп мышц.

Практика.

Общеукрепляющие упражнения. Растяжка, силовые упражнения на развитие основных групп мышц.

3. Танцевальная азбука

Теория.

Основные понятия и их разъяснение: музыкальный размер и фраза, слабая и сильная доли, вступление, характер музыки; линия танца, короткая и длинная стороны.

Практика.

Система специально разработанных упражнений на развитие основных навыков по данной теме.

3.1. Музыкальная грамота

Теория.

Музыкальный размер вальса 3/4

Практика.

Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха. Дирижирование, прохлопывание ритма, акцентирование сильных долей такта. Определение музыкальных фраз.

3.2. Положения ног и рук, положения в паре.

Теория.

Положения ног в бальном танце могут быть полувыворотными, невыворотными и повернутыми. Положений рук четыре – подготовительная, 1,2,3. Положения в паре закрытая, открытая, позиция «фолловэй»

Практика.

Освоение технических элементов.

3.3. Ориентация на танцевальной площадке

Теория.

Основные направления танцевального движения в зале: лицом и спиной по линии танца, диагональ в центр и из центра, лицом и спиной в центр. Построение в линии,

Документ подписан электронной подписью.

в круг, по линии танца друг за другом, в парах через центр зала.

Практика.

Движение по залу со сменой направлений под музыку. Задание для самостоятельной работы: распределение фигур в пространстве зала.

4. Медленный вальс

Теория.

Происхождение танцев европейского стандарта. Ритм, основные направления, принципы движения в европейской программе. Музыкальный ритм. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ Счет 1, 2, 3. Маленький, большой музыкальные «квадраты».

Практика.

Разучивание и исполнение начальных фигур. Маленький и большой квадраты, правый поворот по четвертям. Перемены вперед и назад с движением по линии танца.

5. Парное танцевание.

Теория.

Принципы парного танцевания. Постановка в пары. Танцевальные позиции в паре.

Практика.

Позиции корпуса, рук, ног, головы. Исполнение учебных танцевальных схем. Исполнение танцевальной хореографии.

6. Венский вальс.

Теория.

Музыкальный размер $\frac{3}{4}$, сравнение с медленным вальсом, особенности техники.

Практика.

Позиции корпуса, рук, ног, головы. Исполнение вальса на месте и по линии танца.

7. Фигурный вальс.

Теория.

Принципы построения фигур. Фигуры «Балансе», «Ворота», «Зеркало».

Перестроения.

Практика.

Разучивание и исполнение последовательности движений. Постановка ансамблевого танца.

8. Общая и спортивная этика

Теория.

Правила и нормы поведения в коллективе. Правила поведения на танцевальном паркете.

9. Итоговое занятие. ЗУН.

Практика.

Подведение итогов работы за год. Выступление на последнем звонке и на выпускном вечере.

Комплекс организационно-педагогических условий

Материально-техническое обеспечение

- Танцевальный зал с зеркалами;

Документ подписан электронной подписью.

- Музыкальный центр и аудиозаписи для проведения занятий.

Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение программы включает:

– **методы обучения:**

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями ведущих пар и танцевальных коллективов, посещение выступлений и соревнований для повышения общего уровня развития учащегося);
- аналитический (детальный разбор, сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, осмысление впечатлений, создание художественных образов);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого на более мелкие части для подробной проработки с последующим воссозданием вновь организованного целого);
- индивидуальный (подход к каждому ученику с учётом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки);
- контроля обучения (визуальный, опрос, показательное выступление).

Применяемые средства обучения:

- электронные ресурсы;
- аудиовизуальные (аудиозаписи, фотографии, видеозаписи на цифровых носителях);
- **формы организации учебного занятия** - концерт, мастер-класс, практическое занятие.

– **педагогические технологии** - технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения.

предъявления и демонстрации (фиксации) образовательных результатов. Главной формой отслеживания результатов является подготовка и выступление учащихся на мероприятиях в течение года, на последнем звонке и выпускном вечере.

Оценочные материалы, дидактические материалы, календарный учебный график перенесены в приложение из-за большого объёма информации и количества поправок в течение учебного года (изменения в расписании в виду карантина, уважительных причин отсутствия педагога, выездов на мероприятия и т.п)

Календарный учебный график (Приложение № 1)

Документ подписан электронной подписью.

Список литературы для педагога

1. Стриганова В.М., Уральская В.И. Современный бальный танец. Учебное пособие.-М., Просвещение, 2012
2. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.
3. Гребенкин А.В.Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М.:, 2003.
4. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
5. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.
6. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
7. С.Казлаускас, Танцуем и играем, Шауляйский университет, 1997.
8. Бальные танцы/Сост. А.Н. Беликова - М.: Сов.Россия. (Б-чка «В помощь худож. самодеятельности.» № 8.) 1984.- 100 с.
9. Бальные танцы /А.Мур. Пер. с англ.С.Ю.Бардиной.- М:ООО «Издательство АСТ»; «Издательство Астрель»,2004.-319с.
10. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец, - М. «Искусство»,., 1963.-389 с.
11. Васильева Е. Танец.- М. «Искусство», 1968.- 237с.
12. Европейская школа корреспондентского обучения. «Искусство современного танца» 2001.-37с.
13. Эльяш Н. Образы танца, - М. «Издательство», 1970.-237с.

Для учащихся и родителей

1. Васильева Т. К. Секрет танца. – СПб.:ТОО «Диамант». ООО «Золотой век». 1997
- 2 Журнал. «Звёзды над паркетом» с 2005года.
3. Фисанович Т.М. Танцы для девочек. – М.: Астрель.АСТ,, 2000

Интернет ресурсы

1. Бальный танец в становлении личности: история и современность [Электронный ресурс].Режим доступа. - (http://knowledge.allbest.ru/culture/2c0a65625a2ad78a4d53a88521216d37_1.html)
2. Все для хореографов и танцоров [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- <http://www.horeograf.com/>
3. Выбор.SU - общероссийский интернет-портал [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- http://www.vybor.su/author/2007-06-07_courage.htm
4. Гендерные отличия спортсменов подросткового возраста в бальных танцах [Электронный ресурс]. – Режим доступа. - (<http://www.informio.ru/publications/id736/Gendernye-otlichijasportsmenov-podrostkovogo-vozrasta-v-balnyh-tancah>)

Документ подписан электронной подписью.

5. Методы обучения бальным танцам [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- (<http://book-science.ru/humanities/perfarts/metody-obuchenijabal-nym-tancam.html?page=5>)

6. Содержание программы «Музыка с мамой» [Электронный ресурс]. – Режим доступа. - <http://www.mama-music.ru/list.html>

7. Федерация Танцевального Спорта России [Электронный ресурс]. – Режим доступа.- <http://www.ftsr.ru/data.php>

8. Философия и этика бальных танцев. [Электронный ресурс]. – Режим доступа. - <http://dnevniky.ykt.ru/maverick/437747>

**Приложения
к образовательной программе
«Бальный танец»
1 год обучения /стартовый уровень/**

Таблица

2

| Приложение | Содержание |
|------------|---------------------------------------|
| №1 | Календарный учебный график |
| № 2 | Мониторинг личностного развития |
| № 3 | Протокол аттестации |
| № 4 | Тестирование теоретической подготовки |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи: Подпись верна
Сертификат: 00C3A066AA5153D8CD21F3FBE7A7F58F71
Владелец: Белякова Елена Викторовна, Белякова, Елена Викторовна, polyaris@edumonch.ru, 510702219770, 06042713927, МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА "ПОЛЯРИС", директор, Мурманская область, RU
Издатель: Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Срок действия: Действителен с: 21.06.2023 12:51:00 UTC+03
Действителен до: 13.09.2024 12:51:00 UTC+03
Дата и время создания ЭП: 12.09.2023 17:07:19 UTC+03