

Пояснительная записка

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения бальный танец занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Между тем бальный танец, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я».

Танец — форма хореографического искусства, в которой средством создания художественного образа являются движения и положения человеческого тела.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия бальным танцем дают физическую нагрузку равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в бальном танце движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Развитие современного общества настолько стремительно, что дети обращают внимание на окружающую их среду, реагируя на отношения общества эмоционально. Проявляя свои яркие эмоции в танце, дети получают заряд энергии в своих выступлениях перед зрителями.

Бальный танец обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Танцевальный материал дается в элементах и движениях, разучивается по правилам школы классического, и бального танца. Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценить музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов, чувство товарищества и взаимопомощи.

Направленность Художественная

Новизна.

Данная образовательная программа была написана на основании анализа государственных программ для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ: «Мастерство историко-бытового танца» Москва 2005г., «Бальный танец» Стороборова С. Г. 1996г. и др. Все перечисленные программы имеют свою ценность, но их содержание носит краткий, сжатый характер либо наоборот, предусматривает более углубленное изучение, что не соответствует условиям массовой школы. В данной программе представлен особый, комплексный подход к реализации цели и задач обучения. Обучающиеся овладевают навыками основополагающего принципа синтетического танцевального искусства, в применении на занятиях новых педагогических технологий с учетом физических способностей и особенностей восприятия каждого конкретного ребенка. Такой педагогический подход дает возможность заниматься танцами даже детям с плохо развитой координацией.

Новизна программы заключается в применении на занятиях новых педагогических технологий с учетом физических способностей и особенностей

восприятия каждого конкретного ребенка. Такой педагогический подход дает возможность заниматься танцами даже детям с плохо развитой координацией.

Актуальность

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по бальному танцу в форме дополнительного обучения.

Бальные танцы играют немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования.

В наш стремительный век огромной загруженности детей информацией, повышенного интереса к виртуальному, а не живому общению, а вследствие этого - гиподинамия, стрессы, перенапряжение, боязнь общаться вживую, остро встает вопрос о способах и средствах устранения столь очевидных детских проблем.

Педагогическая целесообразность программы

На занятиях по программе «Современный бальный танец» происходит массовое обучение основам бальной хореографии. Это, безусловно, поможет педагогическому коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения, например в подготовке школьных и внешкольных мероприятий. В то же время ученики, обучавшиеся бальному танцу, станут впоследствии носителями и пропагандистами отечественной и мировой бальной хореографии.

Освоение программы не ограничивается только конкурсными бальными танцами, так как все танцы, входящие в понятие «бальная хореография», имеют в образовательном процессе равные права, и настаивать на приоритете одного вида бальной хореографии (классического, народно-характерного, историко-бытового, спортивного и др.) является некорректным. Освоение разновидностей танцев, предлагаемых программой, направлено на пробуждение у школьников интереса и уважения к национальной культуре и искусству других народов.

Предлагаемая программа позволяет компенсировать недостаток двигательной активности, способствует гармоничному и всестороннему развитию детей, что непосредственно отражается и на интеллектуальном развитии, и ориентирована на успешность каждого ребенка. Занятия не будут отнимать много времени, но обеспечат видимый и стойкий результат. Помимо этого, занятия танцами помогают организовать свободное время детей и подростков, вовлекая их в прекрасный и удивительный мир музыки и движения, где обучающиеся получают богатый опыт совместной деятельности, общения, учатся жить и работать с другими людьми, учатся познавать себя и окружающий мир.

Целью данной программы является формирование танцевальных и творческих способностей детей и подростков, их физических и моральных качеств, освоение навыков исполнения различных бальных и развивающих танцев в сольном, парном и групповом исполнении

Задачи:

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;
 - использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей;
 - использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;
- обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами бального танцев, воспитать культуру движения.

Истоки бального танца – в массовых социальных танцах. Социальные танцы делятся на две группы: дуэтные и линейные (исполняемые танцорами по одному, стоя, в линию). Эти группы танцев также являются материалом для проведения учебных конкурсов и подготовки концертных номеров.

Содержание программы является примерным. Учитель может корректировать объем изучаемого материала в зависимости от индивидуальных особенностей и возможностей учащихся.

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих **принципах**:

- принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу;

- принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений;

- принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному;

- принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий;

- принцип гуманности в воспитательной работе (безусловная вера в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения);

- принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

В программе выделены следующие **направления**:

- развитие физических способностей детей;
- приобретение танцевально-ритмических навыков;
- работа над танцевальным репертуаром;
- музыкально-теоретическая подготовка;
- теоретико-аналитическая работа;
- концертно-исполнительская деятельность.

Методы контроля и управления образовательным процессом - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия воспитанников коллектива в школьных мероприятиях, оценка зрителей, членов жюри, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах; открытые занятия для родителей; выступления на тематических праздниках; организация и проведение конкурсов; участие пар и солистов в конкурсных программах разного уровня.

Формами педагогического контроля являются открытые уроки один раз в полугодие, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию

интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и анализ своего выступления.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления обучающихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных комбинаций, общий эстетический вид исполнения, творческие находки.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

- Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

- Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

- Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

- Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Формами подведения итогов обучения являются итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы:

В группу принимаются дети, начиная с 7 лет, без специальной подготовки, то есть все желающие.

Программа рассчитана на 1 год.

Периодичность занятий: 2 раза в неделю, всего 60 часов в год. Продолжительность занятия 45 минут, перемена 15 минут.

Наполняемость: 1-ый год обучения- оптимально 8-10 чел, максимально – 15 чел.

Форма занятий: групповая.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В результате реализации программы «Бальный танец» обучающиеся должны знать:

- специальную лексику;
- позиции классического танца;
- основные виды бальных танцев;
- базовые фигуры бальных танцев.

В процессе занятий бальными танцами должны быть освоены следующие понятия музыкальной грамоты: музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца. Связь музыки и моторных реакций человеческого тела. Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Мелодия и аккомпанемент. Понятие о метре (музыкальном размере). Основные музыкальные размеры танцевальной музыки. Длительности: 1/2, ¼. сильные и слабые доли. Затакт. Темп, ритм, ритмический рисунок. Легато, стаккато.

После прохождения обучения у ребёнка будет:

сформировано чувство музыкального ритма(для 1-ого года обучения- умение слышать сильную долю такта, для последующих годов обучения- умение различать более мелкие счета музыки), развита координация движений (для первого года обучения – простейшие навыки на основных танцевальных движениях, для последующих годов обучения в зависимости от индивидуальных особенностей детей более сложные сочетания движений, сформированы навыки правильной осанки, укреплены необходимые для танцев группы мышц .

воспитано умение красиво и правильно вести себя на занятиях и танцевальной площадке, общаться с другими танцорами из своего и других коллективов, понимать уровень исполнительского мастерства других танцоров, терпение, трудолюбие и упорство в достижении любых результатов, способствующих личностному росту, доброжелательность к друг другу .

обучающийся будет: знать название и особенности исполняемых танцев , уметь исполнять под музыку основные элементы(1-ый год обучения) и связи элементов в соло исполнении, паре и ансамбле

Учебно-тематический план

| № п/п | Наименование разделов и тем | Количество часов | | |
|--------|-----------------------------|------------------|----------|-------|
| | | теория | практика | всего |
| 1. | Введение | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 2. | Классическая хореография | 4 | 6 | 10 |
| 3. | Медленный вальс | 4.5 | 6 | 10.5 |
| 4. | Ча-ча-ча | 4.5 | 6 | 10.5 |
| 5. | полька | 4.5 | 6 | 10.5 |
| 6. | Развивающие танцы | 1.5 | 3 | 4.5 |
| 7. | Коллективный номер | 5 | 5 | 10 |
| 8. | Итоговые занятия | | 2 | |
| Итого: | | 25 | 35 | 60 |

Содержание программы

1. Введение.

Тема: Вводное занятие:

-анкетирование детей.

Тема: Техника безопасности:

-инструктаж по технике безопасности.

Тема: Начальная диагностика:

-выявление уровня ЗУН, который имеют дети.

2. Классическая хореография.

Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика движений

Тема: Ориентирование в пространстве:

Тема: Изучение основ

-позиции ног;

-позиции рук;

-батман_тандю по 1-ой позиции:

-пор де бра;

-деми плие;

-рэлявэ.

3. Медленный вальс

.Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

- шаги вперед,назад

- понятие каблук, носок;

-перемена с правой и левой ноги,

-правый квадрат;

- движение по кругу;

4. Танец ча-ча-ча.

Тема: Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

- перенос веса с ноги на ногу,;

- шассе ;

- тайм степ;

-основной ход;

-чек;

-спот поворот

Тема: Постановка танцевальной композиции:

-постановка упрощенного варианта танца ча-ча-ча.

5. Танец полька.

Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

-галоп в сторону;

-хлопки;

-ковырялочка;

-подскоки.

Тема: Постановка танцевальной композиции:
-постановка упрощенного варианта танца полька.

6. Развивающие танцы

Тема: Основы музыкальной грамотности:
-музыкально-ритмическая характеристика танцев.

Тема: Ориентирование в пространстве:
-знакомство с направлениями движений в танцах.

Тема: Изучение основ танцев

-диско;

-танец утят;

-детское кантри.

7. Коллективный номер «Полька»

-связка №1;

-связка №2;

-связка №3

Тема: Постановка танцевальной композиции

8. Итоговые занятия.

Исполнение изученного на танцевальных мероприятиях, конкурсах, концертах

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Одним из ведущих приёмов обучения танцам детей является демонстрация педагогом манеры исполнения.

Занятия проходят со всей группой.

Формы занятий:

- **беседа**, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.

- **практические занятия**, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции.

- **занятие-постановка, репетиция** - отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. – СПб., 1996.3.
2. Гай Говард «Техника европейских танцев», «Артис» 2003 г.
3. Уолтер Лэрд «Техника латино-американских танцев», «Фртис» 2003 г.
4. Мур Алекс «Бальные танцы», «Астрель» 2004 г.
5. Кауль Н. «Как научиться танцевать», «Феникс» 2004 г.
6. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2002 г.
7. Боттомер, Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. – М.: Эксмо, 2003.
8. Динниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
9. Кауль Н. «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы». Ростов -на- Дону, «Феникс», 2004 г.
10. Видео материалы, 12 национальный Конгресс тренеров и судей ФТСР, «Видео-Мастер» Москва 2014 г.