

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ  
ШКОЛА № 814

---



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности

**ВЫПУСКНОЙ БАЛ**  
**бальные танцы**

Возраст обучающихся: 16 - 18 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:  
Кузнецова Светлана Евгеньевна,  
педагог дополнительного  
образования

Педагог, реализующий программу:  
Кузнецова Светлана Евгеньевна

МОСКВА, 2017-2018 уч.г.

**Направленность – художественная**  
**Уровень программы - ознакомительный**

**Пояснительная записка**

**Актуальность и новизна.**

В настоящее время говорится много о возрождении традиций, о патриотизме, о воспитании в подрастающем поколении чувства гордости за свою страну. И школьный Выпускной бал является одной из таких традиций.

Актуальность разработки данной программы обусловлена желанием педагога помочь вернуть нашему подрастающему поколению, и особенно выпускникам, эту прекрасную традицию.

Для возрождения традиции проведения Школьных балов более всего подходят Историко-бытовые и социальные бальные танцы, которые не требуют больших усилий в исполнении, но помогают создать праздничную атмосферу и принять участие в празднике всем и выпускникам, и учителям, и родителям выпускников.

Программа дополнительного образования «Выпускной бал», в отличие от других программ, дает возможность выпускникам изучить не только историко-бытовой танец, но и более современные социальные бальные танцы, что в свою очередь, даст возможность, свободно и уверенно чувствовать себя на Выпускном балу, где бы он не проходил и какую бы форму не имел.

**Педагогическая целесообразность.**

Динамичная и порой непредсказуемая социально-политическая обстановка в стране значительно усложнила воспитательный процесс, когда подрастающее поколение, вобрав в себя все недостатки общества в его переломный период, становится все более непредсказуемым.

Кроме того, в последнее время очень изменилось отношение и родителей к школе. Появились агрессивность, недоверие, которые, конечно же, впитывают и дети.

Поэтому вопрос организации совместного взаимодействия и сотрудничества родителей, учителей и учащихся в рамках подготовки торжественного мероприятия в стенах школы. Желание педагогов и родителей сделать Выпускной бал торжественным и незабываемым моментом жизни для выпускников школы стало решающим в вопросе необходимости разработки краткосрочной программы «Выпускной бал».

Выпускной бал — церемония, связанная с окончанием учебного заведения, чаще всего делится на две части — официальную и торжественную. На официальной части выпускникам вручают документы об окончании школы или очередного этапа учебного процесса. Торжественная часть связана с теми или иными традициями

конкретного учебного заведения. Практически повсеместно в торжественную часть входит концертная программа и дискотека.

Дискотеки проводятся либо в стенах родной школы, либо в ресторанах, кафе, ночных клубах и на больших площадках города. Очень редко в настоящий момент школа, родители и выпускники выбирают школьный БАЛ, как традицию, связанную с окончанием учебы, так как в этом случае необходимы знания или хотя бы минимальные навыки исполнения бального танца.

**Цель программы** – формирование эстетической культуры личности, танцевальных навыков через обучение основам бального танца.

### **Задачи программы**

#### **Воспитательные:**

- Создание условий для формирования и развития мировоззрения личности, культуры, глубокого понимания моральных ценностей, творческого развития личности.
- Воспитание духовности и эстетического вкуса посредством историко-бытового, социального бального танца.
- Предоставление детям возможности опыта эмоционально-творческих переживаний в процессе подготовки к балу и создания концертных номеров.
- Воспитание духовно богатого, высоконравственного, социально-полезного человека. Формирование качественно нового уровня коллективных взаимоотношений.

#### **Развивающие:**

- Развитие наблюдательности, логики .
- Развитие коммуникативных способностей.
- Расширение кругозора в области музыки, танца, истории.
- Развитие зрительской культуры, развитие уважения к выступлению товарищей, развитие внимания, сочувствия, понимания, умение тактично и справедливо высказывать свое мнение и т. д.
- Развитие танцевальных способностей, музыкальности, чувства ритма.
- Развитие самостоятельности учащихся в области мышления, нахождения и решения проблем, прогнозирования результатов и возможных последствий, установления причинно-следственных связей в процессе работы по подготовке балов и созданию концертных номеров.

#### **Обучающие:**

- Пробудить интерес к социальному бальному танцу, повысить их культурный уровень, расширить кругозор.

- Обучить основам танцевального искусства.
- Обучить основам этикета.

Программа рассчитана на работу с обучающимися 16 – 18 лет. Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Количество детей в группах обусловлено количеством учащихся в классе.

Срок реализации программы -1 год.

Возраст учащихся

16-18 лет.

Форма и Режим занятий

Продолжительность занятия с одной группой 2 академических часа 1 раза в неделю (72 часа в год) включая релаксационные и игровые паузы (5- 10 минутные перерывы для отдыха).

### **Ожидаемые результаты**

**По окончании обучения обучающиеся будут**

**знать:**

- краткие сведения об истории возникновения социального бального танца;
- основы простых танцевальных движений.

**уметь:**

- работать в команде;
- выполнять простые танцевальные движения;
- взаимодействовать с партнёром;
- исполнять простые социальные танцы:
  - Московская кадрили;
  - Берлинская полька;
  - Полька тройками;
  - Падеграс;
  - Вальс по кругу;
  - Фигурный вальс;
  - Краковяк;
  - Медленный вальс;
  - Вальс – бостон;
  - Вальс мазурка;
  - Вальс – гавот;

- Ритмический фокстрот;
- И др. танцы для исполнения в парах и группах.

Предполагается активное включение родителей в образовательный процесс и организацию досуговой деятельности.

### Условия реализации программы

1. Хореографический (актовый зал) зал с хорошим освещением и возможностью проветривания.
2. Температура в зале не ниже 18 градусов.
3. Магнитофон для музыкального сопровождения
- 4 Наличие музыкальных записей для сопровождения.
5. К занятиям могут допускаться дети, не имеющие медицинских противопоказаний

### Учебно-тематический план

№ п/п	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛА, ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			Формы Аттестации\ контроля
		ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ВСЕГО	
1.	Вводное занятие	1	-	1	
2.	Введение в историю танца	3	-	3	педагогическое наблюдение
3.	Основы танцевальной пластики.	1	2	3	педагогическое наблюдение
4.	Техника исполнения танцевальных движений.	1	10	11	педагогическое наблюдение
5.	Историко-бытовой, социальный бальный танец	4	30	34	педагогическое наблюдение
6.	Концертная сценическая программа	1	4	5	педагогическое наблюдение
7.	Особенности подготовки школьных балов	1	4	5	педагогическое наблюдение
8.	Костюмы и реквизит как важный этап подготовки к балу	2	4	6	педагогическое наблюдение
9.	Итоговые занятия	-	4	4	Участие в школьных балах и других мероприятиях.
<b>ИТОГО:</b>		14	58	72	

## **Содержание программы**

### **Тема 1. Вводное занятие.**

Теоретическая часть: Ознакомление учащихся с целями, задачами и содержанием занятий, программой обучения. Ознакомление с учебным помещением, с правилами внутреннего распорядка, безопасности труда и личной гигиены учащихся.

### **Тема 2. Введение в историю танца.**

Теоретическая часть: Ознакомление с краткой историей возникновения социального бального танца.

Практическая часть: Анализ изменений социального (бытового) танца в мировой истории. Краткое знакомство с историей возникновения социального бального танца.

### **Тема 3. Основы танцевальной пластики.**

Теоретическая часть: Понятие о танцевальной пластики и способах её развития.

Практическая часть: Выполнение комплекса упражнений, направленных на развитии танцевальной пластики (разминка перед тренировкой). Индивидуальное и коллективное выполнение комплекса упражнений, направленных на развитие навыков и приёмов танцевальной пластики: на внимание, быстроту реакции, на память и раскрепощение, на развитие чувства ритма. *Приложение №1.*

### **Тема 4. Техника исполнения танцевальных движений.**

Теоретическая часть: Изучение различных особенностей и специфики движений в разных историко-бытовых танцах.

Практическая часть: Разучивание отдельных элементов бытовых танцев. Разучивание специфических движений.

### **Тема 5. Историко-бытовой, Социальный бальный танец.**

Теоретическая часть: История возникновения. Основные элементы и движения. Сходство и отличие. Изучение социальных бальных танцев с использованием литературы и видеоматериалов.

Практическая часть: Разучивание социальных бальных танцев.

### **Тема 6. Концертная сценическая программа.**

Теоретическая часть: Основные понятия и этапы разработки концертной сценической программы. Выбор танцевального номера, необходимого для концертной программы.

Практическая часть: Разучивание концертного номера. Тренинг индивидуальных и коллективных номеров. Репетиции на сцене: индивидуальные и коллективные. Генеральная репетиция.

### **Тема 7. Особенности подготовки школьных балов.**

Теоретическая часть: Этапы подготовки балов. История и современность. Выбор темы предстоящего выпускного бала.

Практическая часть: Работа по подбору танцевальной программы, музыки. Разработка раус-программы: подбор игр и музыкально-игровых номеров. Разработка сценария бала. Проведение организационных мероприятий. Подготовка танцевального зала для бала.

### **Тема 8. Костюм и реквизит как важный этап подготовки к балу.**

Теоретическая часть: Изучение темы предстоявшего Выпускного бала или концертного номера. Определение исторической эпохи, соответствующей теме бала или характеру концертного номера.

Практическая часть: Анализ композиции костюмов к школьному балу или другому мероприятию с помощью журналов, иллюстраций к художественным произведениям и книг по истории костюма. Выполнение зарисовок костюмов. Подбор в соответствии с заданной темой и размером готовых деталей костюма из костюмерной. Примерка и подгонка их по размеру. Доработка костюмов. Подбор соответствующего реквизита.

### **Тема 11. Итоговые занятия.**

Участие в школьных балах и других мероприятиях.

Демонстрация полученных навыков на Последнем звонке и Выпускном балу. Анализ работы.

## **Методическое обеспечение**

### **Техническое оснащение**

Аудиоаппаратура, фонограммы, игровой реквизит.

Костюмы, элементы реквизита и декораций, материалы для дидактических игр изготавливаются педагогами объединения на средства, выделенные учебным заведением.

Методическое обеспечение реализации программы включает, прежде всего, разнообразие форм проведения занятий.

Используются следующие **формы занятий:**

- *ознакомительное* (беседа, показ, просмотр, и т.д.);
- *исполнительское* (тематическое или предметное);
- *творческое* (импровизационное, игровое);
- *комбинированное или комплексное*.

В ходе *ознакомительного занятия* дети знакомятся с различными аспектами той или иной области, направления, вида искусства, являющегося предметом образовательной и творческой деятельности объединения. Например, с жанрами танцевального искусства, разновидностями танцевальной музыки, предметами изобразительного искусства, с особенностями конкретной исторической эпохи, отразившимися в истории танца и т.д.

Наиболее часто используемой в ознакомительном занятии формой является беседа. Методика проведения беседы ориентирована на включение в разговор всей группы. Результаты беседы должны использоваться в последующей работе и побуждать обучающихся к самостоятельному поиску информации по данной теме.

В ходе *исполнительского занятия* главной решаемой задачей является развитие технических навыков и художественных способностей детей в исполнительской деятельности на разных ее этапах. Оно занимает центральное место в деятельности творческого объединения.

Подобные занятия могут быть тематическими или предметными, проводиться в коллективной или индивидуальной форме. Методические приёмы, используемые педагогом, должны обеспечить соблюдение пропорций технической, тренинговой и исполнительски-творческой деятельности детей в ходе занятия, создать эмоционально-образный настрой всех участников на совместную деятельность, обеспечить включение всех детей группы в процесс занятия на каждом отрезке времени в сочетании с индивидуальным подходом к каждому ребёнку. Важно, чтобы в ходе занятия и после него педагог мог оценить деятельность детей с точки зрения динамики изменения их исполнительского роста, а также, чтобы и сами дети приобретали в ходе таких занятий навыки самооценки.

В *творческом занятии* создаются условия для развития общих и специальных творческих способностей детей.

Условно можно охарактеризовать занятия этого вида по преимущественно используемым приёмам и видам организации деятельности: импровизация, сочинительство, поисковая или творческая игра и т.д.

*Комбинированные и комплексные занятия* решают задачи художественно-эстетического развития личности ребёнка в разных направлениях. Такое занятие сочетает элементы разных форм и позволяет развивать разные личностные стороны участников творческого объединения.

Кроме этого, в работе объединения используются и другие формы.

Важное место в методах работы объединения имеет *совместное проведение досуга*.

Досуговая работа способствует развитию интереса детей к занятиям, новому взгляду на товарищей по объединению и педагогов и осознанию своего единства, развитию эмоциональной и познавательной сферы и т.д.

Ведущей в досуговой работе является игровая деятельность в самом широком смысле этого слова.

Условно по организационно-педагогическим особенностям можно выделить несколько видов досугов:

– досуг, подготовленный детьми творческого объединения под руководством педагогического коллектива;

– досуг, подготовленный самими детьми при активном участии педагогов;

– досуг, подготовленный педагогами объединения для детей;

В работе объединения широко применяются *игровые методы*, поскольку игра может использоваться:

– как средство обучения (учить, играя);

– как средство релаксации, создания эмоционально приподнятой и комфортной обстановки (отдыхаем, играя);

– как средство воспитания коммуникативных, волевых и прочих качеств личности (развиваем, играя);

– как средство коррекции (помогаем решать проблемы в игре);

– как средство и форма досуговой деятельности (развлекаемся в игре);

– как средство диагностики (раскрываемся в игре).

Особое место в методическом обеспечении деятельности объединения играет *тренинг* – специальная систематическая тренировка, обучение по заранее отработанной методике, сконцентрированное на формировании и совершенствовании определенных умений, навыков и их комбинаций.

Тренинг используется для решения преимущественно обучающих и технических задач; кроме того, в работе объединения возможно и целесообразно использование психологического тренинга как метода активного социально-психологического развития и обучения.

В последнем случае тренинг используется в целях совершенствования разных сторон личностного развития и в целях коррекции и преодоления проблем личностного развития.

Формы проведения тренингов могут быть различны (индивидуальные, парные, малыми группами и целыми группами объединения).

По ведущему способу (виду) деятельности тренинги можно подразделить на

- *технические* (используемые для отработки определенных движений, быстроты реакции, навыков, операций исполнительского мастерства и т.п.)
- *игровые* (решающие технические задачи в игровой форме )
- *контактные* (связанные с отработкой умений обучающихся работать в паре или в ансамбле).

Наконец, необходимым средством методического обеспечения деятельности объединения является и **работа с родителями**.

Используются такие основные формы:

- балы, концерты и открытые занятия для родителей;
- совместные праздники;
- непосредственное участие родителей в деятельности творческого объединения.

Условиями успешности этой работы являются:

- точная и корректная диагностика статуса ребёнка в семье и стиля семейного воспитания;
- создание заинтересованности родителей не только в продуктивном, но и в развивающем результате занятий ребёнка в творческом объединении;
- информированность родителей о процессе работы объединения, в котором занимается ребёнок;
- установление традиций проведения совместных с родителями мероприятий.

## Литература

1. М. Буткевич. К игровому театру: В 2Т. – Т.1. Лирический трактат, - 2010
2. Гиппиус С. В. Актерский тренинг.// Гимнастика чувств - Спб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, - 2008.
3. Ершова А.П., Букатов В. М. Режиссура урока общения и поведения учителя. — 4-е изд., испр. и доп. – М., 2010.
4. Иванов В.Д. Энциклопедия коллективных творческих дел. – М., 1989.
5. Исаенко В.П. Игры наших детей. – М., 1996.
6. Искусство и дети. – М., 1983.
7. Кипнис М. Актерский тренинг.// Более 100 игр, упражнений и этюдов, которые помогут вам стать первоклассным актером. - Спб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, - 2008.
8. Кон И. Психология творчества. – М., 1986.
9. Мелик-Пашаев А. А Искусство и здоровье.//искусство в школе №5 2011.
10. Никитина А. Б., Белюшкина И. Б., Витковская Ю. Н. и др. Театр, где играют дети. – М., 2001.

11. Образовательные системы в современной России. //Справочник. Издательство РГГУ. - М.: 2010

12. Пономарев Я.А. Психология творчества и педагогика. – М., 1976.

13. Пономарев Я.А. Психология творческого мышления. – М., 1987.

14. Рожков М.И. Теоретические основы педагогики. – Ярославль, 1994.

15. Розет И. Психология фантазии. – Минск, 1977.

16. Рубина Ю.И. Театральная самодеятельность школьников.

17. Руднева С.Д., Фиш Э.М. Ритмика. Музыкальное движение. – М., 1972.

18. Титов Б.П. Организация самодеятельного творческого объединения. – Омск, 1995.

19. Требования к образовательным программам дополнительного образования детей. – М., 1999.

20. Эстетическое воспитание в школе / Под ред. Б.Т. Лихачева. – М., 1980.

Каждое занятие целесообразно начинать с «технической части» – пластической разминки. Для разогрева мышц и во избежание травм в процессе тренировки. Продолжительность разминки от 15 до 10 минут.

В процессе занятия также целесообразно проводить разминку на развитие чувства ритма пластические разминки.

***Структура и наполнение разминки***

Часть разминки	Упражнения
<i>Для разогрева мышц</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Для головы и шеи: наклоны, вращение,</li><li>• Корпус: вращение, вытягивание, с руками, вес вытягивание</li><li>• Плечи и руки: пожимание, вращение,</li><li>• Ноги: вращение, прыжки, приседания.</li></ul>
<i>Для развития чувства ритма</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ритмические упражнения</li></ul>
<i>Пластическая</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Игры (ниточка, шар, канат, зеркало, тень, кошки, лепка)</li></ul>

*Требования к проведению разминки:*

- Темп.
- Мотивированность учащихся.
- Эмоциональный подъём.

***Список видеоматериалов используемых в подготовке танцев:***

- «Анна на шее»;
- « Война и мир»;
- «Эскадрон гусар летучих»;
- « Звуки музыки»;
- « Гордость и предубеждение»;
- «Эмма» и т. д.

*Примерный список танцев рекомендуемый к разучиванию в объединении  
(может изменяться и дополняться):*

- Вальс -бостон
- Вальс -мечта
- Вальс-гавот
- Вальс-мазурка
- Берлинская полька
- Испанский вальс
- Кадриль Московская
- Котильон
- Котильон прикосновение
- Котильон цветок
- Краковяк
- Круговой вальс
- Летка-Енька
- Менуэт
- Падеграс
- Падеспань
- Полонез
- Полька-тройка
- Рио-Рита
- Ручеек
- Тустеп
- Фигурный вальс
- Шалом