

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Ансамбль бальных танцев»**

Пояснительная записка

Спортивные бальные танцы являются одной из наиболее массовых и общедоступных форм приобщения детей к хореографии. Бальные танцы – это синтез искусства и спорта, рождающий гармонию.

Данная образовательная программа направлена на усиление эстетического развития современного ребенка и повышение его общей культуры с помощью средств хореографии и в частности программы спортивных (бальных) танцев. Бальный танец воспитывает у них культуру общения. Своеобразие и оригинальность заключается в том, что спортивный (или бальный) танец с его высокой этикой и эстетикой представляет собой «инструмент» воспитания всесторонне развитой, гармоничной личности. Данный курс освоения 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

В процессе освоения программы спортивных танцев предполагается изучение и смежных хореографических дисциплин, таких как основы классического танца, современной пластики, музыкальной грамоты и эстрадного танца.

Программа ансамбля спортивного (бального) танца направлена на эстетическое и физическое развитие обучающихся и повышение их общей культуры с помощью средств хореографии. Программа предназначена для детей с 4 до 18 лет и рассчитана на 3 уровня обучения.

Направленность программы: **художественно-эстетическая**. Программа по структуре **составительская**, по содержанию – **общеразвивающая**.

Необходимость разработки программы обусловлена тем, что в настоящее время не существует типовой программы обучения спортивным бальным танцам: последняя опубликованная программа датируется 1981 годом (Сборник программ для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Художественные кружки. - М.: Просвещение, 1981). В Союзе танцевального спорта России (СТСР) есть «Правила исполнения программы на конкурсах», которые включают в себя перечень фигур, разрешенных для исполнения танцорами различных классов. Эти правила СТСР, авторская дополнительная образовательная программа по спортивным бальным танцам Кривошеевой С.В. и Богдановой И.Н., а также большой личный опыт являются базой для составления данной программы обучения спортивным бальным танцам.

Главные **цели** программы - приобщение детей к общечеловеческим ценностям мировой танцевальной культуры через освоение программы спортивных бальных танцев, раскрытие творческой индивидуальности формирующейся личности юного танцора, его способностей к самовыражению в танце. Формирование эстетической культуры обучающихся средствами спортивных танцев. Подготовка к конкурсному танцеванию, участие в турнирах по спортивным танцам и концертных программах.

Задачи программы.

Образовательные:

1. Сформировать систему элементарных представлений о хореографии в целом и спортивных танцах в частности. Знакомство с особенностями спортивной хореографии. Знакомство с историей спортивных (бальных) танцев в России и за рубежом.
2. Формирование у детей основ хореографического мастерства (основные понятия, шаги, названия фигур).
3. Формирование осознанного восприятия танцевального материала, совершенствование танцевальной техники от простого к сложному.

4. Организация постановочной, концертной и конкурсной деятельности в соответствии с возрастом.

Развивающие:

1. Развить музыкальный слух, чувство ритма, пластику, гибкость тела, силу рук и ног. Оздоровительное развитие детей.
2. Развить пластику и координацию движений, эластичность связок, мышечной силы, растяжки, подъёма стопы. Выработка устойчивости и баланса.
3. Развитие фантазии и образной памяти.
4. Развить творческие способности детей (создание художественного образа), артистизм (умение преподнести танец), эмоциональность, внимание и память.
5. Развитие мотивации на творческую деятельность.

3. Воспитательные:

1. Воспитать чувство прекрасного. Воспитание эстетики поведения в коллективе, с преподавателем, с партнёром в паре.
2. Воспитание в детях морально-волевых качеств: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах.
3. Сформировать эстетическую культуру, развить творческий потенциал обучающихся. Познакомить с принципами гармонии, общения и взаимодействия танцоров в паре.
4. Воспитать коллективный характер деятельности, выработать уверенность в себе и коммуникативную активность, внимательность к другим и доброжелательность.

В процессе обучения ребята знакомятся с историей танцевальной культуры, осваивают европейскую и латиноамериканскую программу бальных танцев, танцевальные фигуры, связки и композиции, знакомятся с регламентом проведения конкурсов спортивного бального танца, учатся формировать свой танцевальный имидж. С первого же года обучения воспитанники ансамбля начинают участвовать в конкурсах и концертах, по

мере накопления опыта ведут активную соревновательную и концертную деятельность.

Чтобы добиться хороших результатов в обучении, развитии и воспитании, необходимо использовать такие методы и приёмы, которые делают занятие интересным, концентрируют внимание учащихся. Однако, занимательное надо умело сочетать с малоинтересным, но необходимым, поэтому при организации образовательного процесса программа

предусматривает различные методы обучения:

- словесные (рассказ, беседа, объяснение);
- визуальные (показ, видео, фотоиллюстрации, самостоятельные наблюдения учащихся);
- практические (упражнения, тренаж, основы танцевальных движений, повторение движений за педагогом);
- сценические (постановка концертных номеров, выступления на концертах, участие в конкурсах).

Кроме того, используются и специфические методы, такие как аналитическая работа (прослушивание музыки и её анализ - определяется её характер, темп, музыкальный размер, ритмический рисунок), целостный метод разучивания танца и метод разучивания танца по частям с последующей группировкой частей в нужной последовательности, временное упрощение (этот метод заключается в том, что сложное упражнение сводится к простой структуре и разучивается в таком виде, затем движение постепенно усложняется, приближаясь к законченной форме).

Основной формой организации образовательного процесса является практическое занятие. В содержание каждого занятия включаются разнообразные упражнения: ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев.

Содержание программы предусматривает три уровня обучения в соответствии с возрастными группами: *I уровень - младшая группа ансамбля*

– 4 - 9 лет (дети без танцевальной подготовки и с начальной танцевальной подготовкой), *II уровень - средняя группа ансамбля* – 10 -13 лет (дети уже имеющие необходимые навыки и умения), *III уровень - старшая группа ансамбля* - 14-18 лет (подростки, имеющие достаточный уровень танцевальной подготовки, а также сценический и конкурсный опыт). Приступить к занятиям по программе можно на любом уровне, но только в соответствии с возрастной группой, в этом случае с вновь поступившими учащимися проводятся индивидуальные занятия, чтобы хотя бы минимально сравнять уровень подготовки.

На первом уровне обучающиеся получают базовые навыки, осваивают принципы красивого, грамотного, органичного движения, общения в паре, в коллективе, изучают историю бального танца.

Цель I уровня - овладение основами спортивной бальной хореографии.

Задачи I уровня:

- Обучить основным танцевальным позициям рук и ног.
- Обучить основным музыкальным ритмам, основам некоторых бальных танцев.
- Научить танцевать в паре, используя визуальное и контактное ведение.
- Сформировать умения и навыки выступления перед зрителями.
- Развивать координацию, чувство ритма, память, внимание.
- Воспитывать трудолюбие, собранность и дисциплину.
- Воспитывать дружелюбное поведение в паре с партнером (партнершей).

Срок реализации 1-го уровня -3 года.

На втором уровне улучшаются позиции в паре, развивается логическая и мышечная память, отрабатывается техника движений, достигается музыкальность и ритмичность, совершенствуется умение ориентироваться и вести себя на танцевальной площадке. К концу обучения в этот период дети свободно владеют корпусом, движением рук, головы, повышают культуру выразительного исполнения танцев, активно участвуют

в концертной деятельности.

Цель II уровня - совершенствование базовых фигур индивидуально и в паре, формирование умения ориентироваться в танцевальных стилях и ритмах.

Задачи II уровня:

- Обучить детей свободно двигаться под музыку с различным ритмическим рисунком.
- Познакомить с классификацией международной программы спортивных балльных танцев.
- Освоение сложных танцевальных программ, согласно классификации.
- Развивать пластику и координацию движений, эластичность связок, мышечной силы, растяжки, подъёма стопы.
- Выбатывать устойчивость и баланс.
- Воспитывать чувство коллективизма и взаимовыручки.

Срок реализации программы II уровня - 4 года.

На третьем уровне увеличивается сложность вариаций, музыкальность, техничность. Учащиеся ориентируются на паркете. Отрабатывается ведение в паре. Достигается выразительность движений, подача. На протяжении всего периода обучения на третьем уровне в процессе репетиционно - постановочной работы нарабатывается техника танца, максимально развивается творческий потенциал детей. Участники ансамбля, имеющие достаточно высокий уровень подготовки, пробуют свои силы в постановочной работе. Они предлагают свои идеи при постановке танцев и сами занимаются постановочной работой для участия в концертах и конкурсах.

Цель III уровня - совершенствование исполнительного и актерского мастерства.

Задачи III уровня:

- Формировать умения и навыки выступления перед зрителями и судьями.
- Способствовать развитию творческой активности и артистизма на основе полученных технических знаний
- Повышать индивидуальный уровень исполнительского мастерства.
- Развивать артистизм и эмоциональность.
- Развивать индивидуальность каждой танцевальной пары.
- Развивать творческую активность детей в процессе исполнения спортивных бальных танцев.
- Воспитывать собранность и дисциплину.
- Воспитывать стремление к саморазвитию.

Срок реализации программы III уровня - 4 года.

Программа предполагает использование в работе **различных форм обучения:**

- Групповые
- Индивидуальные
- Самостоятельные

Состав групп постоянный, количество детей в группе от 10 до 20 человек.

Количество часов по программе:

I уровень - младшая группа - 72 часа.

II уровень - средняя группа - 216 часов.

III уровень - старшая группа ансамбля – 216 часов.

Режим занятий:

Младшая группа - два раза в неделю по одному академическому часу.

Средняя и старшая группа - три раза в неделю по два часа.

Занятия строятся по следующей **структуре:**

- Вводная часть (подготовка детей к основной части, разминка, растяжка).
- Основная часть (изучение и составление технических элементов и композиций, совершенствование изученных схем).

- Заключительная часть (отработка танцев).

Формы подведения итогов:

- Контрольные занятия
- Концерты для родителей внутри коллектива.
- Участие в учрежденческих и городских мероприятиях и праздниках.
- Участие в фестивалях и конкурсах.
- Проведение итоговых концертов в конце учебного года.

Кроме того, предусмотрена аттестация обучающихся. Нулевая аттестация не проводится, т.к. не предполагается отбор детей, и дети, в основном приходят, не владея танцевальными навыками. Промежуточная аттестация проводится после первого учебного полугодия и на последующих годах обучения. На первом уровне (младшая группа) отслеживается музыкальность, ритмичность, танцевальная память, знание и выполнение элементов первой группы сложности. На втором уровне (средняя группа) - знание и выполнение элементов второй группы сложности латиноамериканской и европейской программы, коммуникативные навыки (уметь взаимодействовать с партнёром во время танца), воображение. На третьем уровне (старшая группа) - знание и выполнение элементов третьей группы сложности латиноамериканской и европейской программы, исполнительское мастерство, техника исполнения элементов, знание правил участия в соревнованиях

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

I уровень (младшая группа) - 2 часа в неделю

<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>В том числе</i>	
		<i>теория</i>	<i>практика</i>
<i>Организационное занятие</i>	1	1	
<i>История танцев</i>	1	1	
<i>Разминка</i>	10	2	8

<i>Упражнения по пластике. Растягивание</i>	5	1	4
<i>Латиноамериканский танец</i>			
Ча – ча – ча	11	1	10
Джайв	11	1	10
<i>Европейский танец</i>			
Медленный вальс	11	1	10
Квикстеп	11	1	10
<i>Конкурсная программа</i>	5	1	4
<i>Концертные выступления</i>	6		6
<i>Итого</i>	72	10	62

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН .

II уровень (средняя группа) - 6 часов в неделю

<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>В том числе</i>	
		<i>теория</i>	<i>практика</i>
<i>Организационное занятие</i>	2	1	1
<i>История танца</i>	2	2	
<i>Разминка</i>	10	2	8
<i>Упражнения по пластике. Растягивание</i>	10	2	8
<i>Латиноамериканский танец</i>			
Ча – ча – ча	12	2	10
Джайв	12	2	10
Румба	12	2	10
Самба	10	2	8
<i>Европейский танец</i>			
Медленный вальс	12	2	10
Квикстеп	12	2	10

Танго	12	2	10
<i>Танцевальные композиции средней сложности</i>			
Ча- ча – ча	15	2	13
Джайв	15	2	13
Медленный вальс	15	2	13
Квикстеп	15	2	13
Танго	15	2	13
<i>Конкурсная программа</i>	8		8
<i>Концертные выступления</i>	12		12
<i>Итого</i>	<i>216</i>	<i>31</i>	<i>185</i>

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН .

III уровень (старшая группа) - 6 часов в неделю

<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>В том числе</i>	
		<i>теория</i>	<i>практика</i>
<i>Организационное занятие</i>	2	1	1
<i>История танца</i>	2	2	
<i>Разминка</i>	8	2	6
<i>Упражнения по пластике.</i> <i>Растягивание</i>	8	2	6
<i>Латиноамериканский танец</i>			
Ча – ча – ча	8	1	7
Джайв	8	1	7
Румба	8	1	7
Самба	8	1	7
Пасодобль	6	1	5
<i>Европейский танец</i>			
Медленный вальс	10	1	9
Квикстеп	10	1	9
Танго	10	1	9

Венский вальс	10	1	9
<i>Танцевальные композиции повышенной сложности</i>			
Ча- ча – ча	12		12
Джайв	12		12
Румба	12		12
Самба	12		12
Медленный вальс	12		12
Квикстеп	12		12
Танго	12		12
<i>Конкурсная программа</i>	16		16
<i>Концертные выступления</i>	18		18
<i>Итого</i>	<i>216</i>	<i>16</i>	<i>200</i>