

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга  
«Ораниенбаум»**

Санкт-Петербург, г. Ломоносов, улица Александровская, дом 38, литер А, 198412, тел/факс (812) 422-50-88

**ПРИНЯТА**

Решением Педагогического совета  
Протокол № 3 от 31. 08. 2017 г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБУДО ДДТ "Ораниенбаум"  
Е.М. Лукашина  
Приказ № 146 от 31. 08 2017 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

**"ОСНОВЫ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ"**

Возраст учащихся: 3 - 6 лет

Срок реализации: 2 года

Разработчик:  
Булгак Елена Антоновна,  
педагог дополнительного образования

## **Пояснительная записка**

Дополнительное образование детей - целенаправленный процесс воспитания, развития личности и обучения посредством реализации дополнительных образовательных программ, оказание дополнительных образовательных услуг и информационно-образовательной деятельности за пределами основных образовательных программ в интересах и его самореализации в раннем возрасте.

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма, повышение уровня культуры - одна из основных проблем в современном обществе. Танцевальная подготовка является эффективным средством не только физического, но и интеллектуального, нравственного, эстетического воспитания, создает благоприятные условия для раскрытия творческого потенциала.

Бальный танец является наиболее массовой, общедоступной формой приобщения учащихся к хореографии. Сочетание физической тренировки и эстетического творчества благотворно сказывается на становлении гармоничной личности учащегося. Бальный танец отличается от других танцевальных стилей тем, что он соединяет в себе спорт и искусство. Бальный танец на раннем этапе развития учащегося является действенным средством музыкально-пластического, художественно-эстетического, нравственно-эстетического воспитания и физического развития.

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Основы бальных танцев" художественная.

**Актуальность программы** заключается в соответствии требованиям государственной политики в области дополнительного образования детей и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей, нацелена на выполнение социального заказа общества.

**Уровень освоения** данной программы общекультурный.

**Особенностью программы** является комплексные занятия и содержат материал нескольких разделов учебно-тематического плана. Раздел «Разминка» включён в каждое занятие, кроме контрольных. И реализуется на занятии в виде «статического танца» под современную популярную музыку, с целью последовательной разработки всех основных групп суставов, а так же для подготовки мышц к специальным нагрузкам. Нагрузка регулируется от степени подготовленности детей, их индивидуальных качеств и возраста. Формы проведения занятий: игра, демонстрация, импровизация, фото-видео-презентация, упражнения, тренировки, репетиции, выступления. Формы организации деятельности учащихся на занятиях: групповая, индивидуально-групповая.

### **Адресат программы**

Программа рассчитана на учащихся 3-6 лет, любого пола. Программа предназначена для учащихся, не имеющих противопоказаний по состоянию здоровья.

К противопоказаниям относятся: хронические заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем, порок сердца, сердечно-легочная недостаточность, коронарная недостаточность сосудов сердца, артериальная гипертония, аритмия, хронические гастрит и холецистит при обострении, простудные заболевания (ОРЗ, грипп, ангина, воспалительные заболевания зубов, ушей). При сотрясениях, вывихах, переломах, растяжениях, после любых перенесенных заболеваний заниматься можно только имея разрешающую справку врача.

### **Объём и срок реализации программы.**

Срок реализации программы - 2 года.

Объём программы - 144 часа;

1 год обучения - 72 часа;

2 год обучения – 72 часа.

## **Цель и задачи программы**

**Целью:** раскрытие творческих возможностей, поступательное формирование индивидуальных способностей учащихся в рамках изучения основ бального танца, развитие физической и функциональной подготовленности, накопление и применение учащимися полученных знаний.

### **Задачи:**

#### **Обучающие**

- изучение основ музыкально двигательной культуры (теоретический и практический материал адаптированный для данной возрастной группы учащихся);
- обучение основам артистизма учащихся данной возрастной группы на основе внешних проявлений (мимика, жесты, интонация) и внутренних (эмоциональные переживания, изящество, одухотворенность, творческий порыв, воображение); бальных танцев;
- овладение умениями и навыками выступления перед зрителями и судьями.

#### **Развивающие**

- развитие специальных танцевальных данных (выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость);
- развитие физических качеств (сила, выносливость, ловкость, координация движений);
- развитие чувства ритма посредством совершенствования моторной, двигательной и эмоциональной природы учащегося;
- развитие музыкальности (ладовое чувство, музыкально-слуховое представление, чувство ритма);
- развитие эмоциональной выразительности (творческое использование танцевальных и образных движений);
- формирование правильной осанки для устойчивого обеспечения нормального функционирования основных систем организма;
- развитие внимания, концентрации, памяти;

#### **Воспитательные**

- воспитание эстетического вкуса (способность к восприятию и оценке свойств и явлений прекрасного);
- воспитание исполнительской культуры;
- воспитание качеств: трудолюбие, терпение, волю к достижению поставленной цели, тем самым способствовать развитию гармоничной и успешной личности;
- воспитание навыков хорошего тона и культуры поведения в коллективе, в паре, на публике;
- освоение правил этикета между разнополыми учащимися путем развития межличностных отношений.

### **Условия реализации программы:**

**Условия набора в коллектив:** на 1 год обучения принимаются все желающие, предпочтительно пары (мальчик-девочка); допускается дополнительный набор на 2 год обучения на основании результатов тестирования. Условия формирования групп: одновозрастные, разнополые.

**Условия формирования групп:** учащиеся могут начинать обучение в разном возрасте, в связи с этим, группы формируются по результатам тестирования и в соответствии с требованиями дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, поэтому имеется возможность формирования разновозрастных групп. Учащиеся, прошедшие аттестацию с результатом «Низкий» остаются на повторное обучение. Для каждого года обучения существуют возрастные рамки, но могут быть исключения, основанные на индивидуальных особенностях учащегося. Также учитываются этапы отбора. На 2-й год обучения зачисляются учащиеся первого года обучения, прошедшие промежуточную аттестацию с результатом «Средний», «Высокий».

**Количество детей в группе:** не менее 10 человек.

### **Особенности организации образовательного процесса**

#### **Принципы построения программы**

Принцип **доступности** реализуется на уровне методики обучения от простого к сложному. Программа построена таким образом, что все заявленные в ней танцевально-спортивные элементы соответствуют возрастным, физическим и психологическим данным учащихся.

Принцип **вариативности** реализуется в процессе обучения за счет разнообразия физических упражнений, танцевального и музыкального материала, на котором строится преподавание.

Принцип **диалогизации** образовательного процесса в рамках реализации данной программы можно рассматривать гораздо шире, чем обычное понимание термина «диалог». Здесь мы можем говорить о философском понятии этого термина, включающем с себя не только вербальное, но и невербальное общение, умение работать в паре с партнером или в группе не произнося ни слова. Умение понимать партнеров по танцу и реагировать на какие-либо изменения без слов.

Принцип **преемственности и перспективности**. По окончании обучения по данной программе, учащиеся могут продолжать образование по дополнительным общеобразовательным программам с базовым, углублённым уровнями освоения.

#### **Подходы к построению обучения**

**Системно-деятельный подход** соответствует задаче формирования единой картины мира и предполагает установление содержательных и процессуальных связей на разных уровнях.

**Метаметодический подход** реализуется в выделении близких для разных учебных предметов школьного цикла и образовательной деятельности по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе целей, элементов содержания образования, методов обучения, приемов учения (самообразования) и в формировании междисциплинарных знаний и умений, универсальных учебных действий. Программа «Основы бальных танцев» наиболее тесно связана с учебными предметами «Музыка» и «Физическая культура».

**Личностно-ориентированный подход** предполагает направленность обучения на формирование определенных качеств личности. Эти качества формируются, за счет организации танцевальной деятельности учащегося, требующей проявления активности, ответственности, креативности, инициативности, мобильности.

**Формы проведения занятий:** лекция, практическое, мастер-класс, зачёт, демонстрация, импровизация, фото-видео-презентация, упражнение, тренировка, репетиция, выступление, игра, концерт.

#### **Формы организации деятельности учащихся на занятиях:**

- коллективная - организация одновременного творческого взаимодействия между всеми учащимися студии;
- фронтальная - одновременная работа со всеми учащимися группы;
- групповая - организация выполнения заданий по малым группам (от 2 до 6 человек);
- индивидуальная - индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

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

- помещение (паркетный зал) с хорошим освещением и возможностью проветривания для практических занятий спортивными бальными танцами;
- зеркала для осуществления детьми самоконтроля;
- коврики для разминки;
- специально оборудованные раздевали (для девочек и мальчиков);

- музыкальная аппаратура (музыкальный центр), видеоаппаратура, ноутбук.

Специальная форма и обувь для занятий:

- для девочек: гимнастический купальник, юбка, носочки (колготки), чешки, танцевальные рейтинговые туфли;

- для мальчиков: футболка, черные брюки, чёрные носки, чешки, танцевальные нелакированные ботинки.

**Кадровое обеспечение программы:** кроме педагога дополнительного образования, другие специалисты для реализации программы не требуется.

### **Планируемые результаты освоения программы**

#### **Личностные результаты**

**Формирование:**

- исполнительской культуры на начальном уровне (технические приемы, выразительность исполнения, способности к творческой интерпретации);
- навыков хорошего тона и культуры поведения (взаимодействие с педагогом, партнером, коллективом);
- качеств: трудолюбие и терпение в достижении поставленных целей.

#### **Метапредметные результаты**

Развитие физических качеств (выносливость, ловкость, координация движения).

Освоение чувства ритма в танцах по программе бальных танцев для данной возрастной группы.

Формирование правильной осанки.

#### **Предметные результаты**

**Знание основ:**

музыкально-двигательной культуры в рамках определённого года обучения;  
техники бальных танцев согласно году обучения;

Умение исполнять танцевальные композиции с проявлением артистизма, выражением внутреннего эмоционального потенциала.

### **Учебный план 1 года обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Тестирование
2	Разминка	25	4	21	Наблюдение
3	Ритмические танцы	8	4	4	Опрос, наблюдение
4	Основы бальных танцев	33	8	25	Опрос, наблюдение, контрольное задание
4.1	<i>Европейские: Медленный вальс</i>	17	4	13	
4.2	<i>Латиноамериканские: Ча- ча-ча</i>	16	4	12	
5	Контрольные и итоговые занятия	5	-	5	Концерт
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>16,5</b>	<b>55,5</b>	

## Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Тестирование
2	Разминка	27	4	23	Наблюдение
3	Основы бальных танцев	31	8	23	Опрос, наблюдение, контрольное задание
3.1	<i>Европейские: Медленный вальс, Квикстеп</i>	15	4	11	
3.2.	<i>Латиноамериканские: Ча-ча-ча, Самба</i>	16	4	12	
4	Ансамбль	8	2	6	Наблюдение
5	Контрольные и итоговые занятия	5	-	5	Концерт
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>14,5</b>	<b>57,5</b>	

## Календарный учебный график

Год обуче- ния	Дата начала занятий	Дата оконча- ния заня- тий	Всего учебных недель	Количе- ство учебных дней	Количе- ство учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	31.05	36	36	72	2 раза в неделю по 1 ч.
2 год	01.09	31.05	36	36	72	2 раза в неделю по 1 ч.