

Комитет по образованию города Барнаула  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества №2» города Барнаула

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «25» 08.2023  
Протокол № 1

Утверждаю  
Директор МБУДО «ЦДТ №2»  
г. Барнаул  
С.В. Панова  
«25» 08.2023



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
художественной направленности  
«Бальный танец»  
объединения спортивного бального танца «Престиж-данс»

Возраст детей: 7-18 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Фалалеева Анна Николаевна,  
педагог дополнительного образования

г. Барнаул, 2023

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Учебно-тематический план
3. Содержание программы
4. Методическое обеспечение программы
5. Список используемой и рекомендуемой литературы
6. Приложение

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа основывается на следующие нормативные документы:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. N273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

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

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629);

Закон Алтайского края от 04.09.2013 №56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»;

Приказа Главного управления образования и молодёжной политики Алтайского края от 19.03.2015 г. №535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ»;

Региональный проект Алтайского края «Успех каждого ребенка» от 14.12.2018 № 2;

Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества №2» г. Барнаула;

Положение о дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программах, реализуемых в МБУДО «ЦДТ №2» г. Барнаула.

**Вид программы:** модифицированная.

**Направленность:** художественная.

**Обучение включает в себя следующие основные предметы:** хореография, бальный танец.

**Актуальность:** программа «Бальный танец» открывает перед обучающимися мир танцевального искусства, предоставляет возможность для самореализации и самосовершенствования как танцора-спортсмена, стремящегося к вершинам танцевального мастерства, так и танцора - исполнителя танцевальных номеров, не ставящего перед собой цель достичь спортивно-танцевальных высот. Главная педагогическая задача данной программы - через обучение элементам бального танца и сценическому мастерству воспитывать у подрастающего поколения художественно – эстетический вкус и культуру общения, развивать их хореографические навыки, ориентируя на лучшие образцы исполнения спортивных бальных танцев, вырабатывать умение воплотить художественное содержание танца, передать

его зрителю. Занятия по программе создают условия для развития физических и художественных способностей каждого обучающегося, роста его потенциальных творческих возможностей.

**Отличительной особенностью** программы является то, что она является комплексной – на занятиях помимо хореографии большое внимание уделяется общефизическому развитию детей. Данная программа сочетает тренировочные упражнения и изучение танцевального репертуара.

**Новизна** данной образовательной программы заключается в распределении учебного материала в ходе занятий таким образом, чтобы на начальных этапах обучения сложный материал непосредственно балльных танцев был органично связан с более легким и интересным материалом спортивных танцев и сценических номеров, тем самым облегчая его восприятие и повышая степень интереса обучающихся к занятиям балльными танцами.

**Цель программы:** воспитание интереса к танцам, начальное обучение технике и тактике, воспитание физических качеств в общем плане и с учетом специфики балльного танца.

**Задачи:**

- научить ребенка воспринимать и слышать педагога, реагировать на его просьбы;
- создать условия для воспитания интереса, потребности в движениях под музыку, а также для выразительного и правильного выполнения танцевальных движений;
- способствовать развитию музыкальности: формированию восприятия музыки, развитию чувства ритма, лада, обогащению музыкально-слуховых представлений.

**Педагогическая целесообразность:** многие современные дети избегают двигательной активности. Вследствие этого происходит нарушение осанки, появляются сутулость, искривление позвоночника, у детей проявляется повышенная утомляемость, хроническая усталость. Балльные танцы – это зрелищное, гармоничное сочетание искусства и спорта, развивающие все группы мышц, реакцию и музыкальность, пластичность и самоконтроль. Огромное значение имеет точное и эффективное исполнение технических двигательных задач. Балльные танцы активно развивают физическую силу и выносливость, координацию и гибкость, дисциплину и командный дух. Результат занятий балльными танцами для детей – это профилактика и корректировка сколиоза, плоскостопия, улучшается осанка, вырабатывается красивая походка. При регулярных занятиях улучшается физическое здоровье в целом.

**Адресат:** возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы от 7 до 18 лет. Во возрасте 7-9 лет ребенок стремится показать себя миру и часто привлекает к себе внимание. Возрастные особенности ребенка 10-12 лет отличает ярко выраженная способность творчески фантазировать и импровизировать. В процессе обучения эта особенность используется при выполнении и составлении танцевальных композиций, для создания ярких художественных образов с целью передачи эмоционального состояния и самовыражения.

Возраст 13-18 лет принято считать одним из самых сложных периодов в жизни человека. Это время, когда подростки учатся общаться и оценивать свои возможности. Актуальное для подростков стремление к самоопределению и самоутверждению среди ровесников проявляется в повышенном интересе хореографии.

**Срок и объем освоения программы:** программа рассчитана на 1 год обучения.

**Форма обучения:** очная.

**Режим организации занятий:** продолжительность занятия: 40 минут;  
1-й год обучения - по 2 часа (2 раза в неделю) - 144 часа в год;

**Организация образовательного процесса:** учебные группы формируются по 10-15 человек. Состав группы постоянный, разновозрастной.

**Календарный учебный график:**

*Таблица 1*

Начало учебных занятий	08 сентября
Окончание учебного года	27 мая
Продолжительность 1 полугодия	16 учебных недель
Продолжительность 2 полугодия	20 учебных недель
Продолжительность учебного года	36 учебных недель
Сроки промежуточной аттестации	по учебному плану

**Ожидаемые результаты:**

знать:

- основные направления истории, развития и традиций спортивного бального танца;

уметь:

- самостоятельно совершенствовать своё техническое мастерство, вести активную концертную и соревновательную деятельность;

владеть:

- специальными знаниями, умениями и навыками классической и бально-спортивной хореографии, соответствующими международному уровню исполнения спортивных бальных танцев.

**Формы контроля реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

С целью определения уровня развития индивидуальных способностей и личностного роста учащихся проводится диагностика уровня освоения учащимися образовательной программы. Способом проверки результатов освоения образовательной программы является системное педагогическое наблюдение в процессе ведения образовательной деятельности.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:

- входной контроль;

- текущий контроль (в течение всего учебного года);

- промежуточный контроль (по изучаемым темам);

- итоговый контроль (в конце обучения по программе).

Также в процессе обучения используется метод самодиагностики, самоанализа, что позволяет учащемуся самому отследить свои ошибки и работать над их исправлением.

На зачетных (открытых) занятиях учащиеся демонстрируют знания в исполнении, танцевальных комбинаций, композиций и программ.

#### **Система контроля основана на следующих принципах:**

1. Объективности (научно обоснованное содержание заданий, вопросов и т.д.).
2. Систематичности (проведение контроля на всех этапах обучения при реализации комплексного подхода к диагностированию).
3. Наглядности, гласности (проведение контроля всех обучаемых по одним критериям; оглашение и мотивация оценок).

Работа учащихся, оценивается по результатам освоения программы (высокий, средний и низкий уровни). По предъявлению знаний, умений, навыков.

Возможности практического применения в различных ситуациях – творческого использования.

#### **Высокий уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; показывает широкие возможности практического применения в собственной творческой деятельности приобретенных знаний умений и навыков.

#### **Средний уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; может применять на практике в собственной творческой деятельности приобретенные знания умения и навыки.

#### **Низкий уровень освоения программы**

Учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, которая является содержанием программы; не стремится самостоятельно применять на практике в своей деятельности приобретенные знания умения и навыки.

### **Оценочные материалы**

*Таблица 2*

<b>Показатели качества реализации ДОП</b>	<b>Методики</b>
Уровень теоретической и практической подготовки учащихся	Мониторинг (Приложение 2)
Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами	Анкета (Приложение 3)

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Таблица 3

№	Название темы	всего часов	теория	практика	Форма аттестации/контроля
1.	Вводное занятие. Правила поведения.	2	2	-	Опрос
2.	Беседы по истории спортивного танца. История развития танцев	4	2	2	Беседа
3.	Музыкальная грамота	8	2	6	Педагогическое наблюдение
4.	Латиноамериканский танец	28	6	22	Педагогическое наблюдение
5.	Танцы европейской программы	30	8	22	Педагогическое наблюдение
6.	Тренаж современной пластики: - упражнения для развития скоростно- силовых качеств; - упражнения для развития гибкости и растяжки. Основы классического танца: - постановка корпуса; - основные позиции и положения рук и ног; - упражнения партерного экзерсиса.	72	16	56	Педагогическое наблюдение
	Итого:	144	36	108	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Раздел 1. «Вводное занятие. Правила поведения»

Теория: Инструктаж по технике безопасности, противопожарной безопасности, правила поведения воспитанников в ДХТД. Ознакомление с планом работы.

Практика: Опрос. Анкетирование.

### Раздел 2. «Беседы по истории спортивного танца История развития танцев»

#### Раздел 2. Беседы по истории спортивного танца История развития танцев

Теория: Ознакомление с современной танцевальной культурой изучаемых танцев, их особенности, связанные с культурой стран, где они зародились.

Практика: видео просмотр, доклады.

### Раздел 3. «Музыкальная грамота»

Теория: Рассказ об элементах музыкальной грамоты. Понятие такта, сильных и слабых долей, длительности и счёта.

Практика: Использование знаний на практике (например, прохлопать ритм, счёт танца).

### Раздел 4. «Латиноамериканский танец»

Теория: Знакомство с характерными техническими и музыкальными особенностями танцев латиноамериканской программы.

Практика: Постановка корпуса, выполнение специальных упражнений для тренировки стопы и колена. Изучение фигур танца Ча-ча-ча:

- Ча-ча-ча шассе в сторону – вправо и влево

- Нью-Йорк

- Три ча-ча-ча

Отработка позиций рук и взаимодействия в паре.

Постановочная и репетиционная работа над концертными номерами.

### Раздел 5. «Танцы европейской программы»

Теория: Знакомство с характерными техническими и музыкальными особенностями танцев европейской программы.

Практика: Постановка корпуса, выполнение специальных упражнений для тренировки стопы и колена. Изучение фигур танца Медленный вальс:

- Закрытая перемена с ПН;

- Закрытая перемена с ЛН;

- Натуральный поворот (правый поворот);

- Реверсивный поворот (левый поворот).

Отработка позиций рук, ритма фигур и взаимодействия в паре.

### Раздел 6. «Тренаж современной пластики»:

- упражнения для развития скоростно-силовых качеств;



- упражнения для развития гибкости и растяжки.

Теория: Беседы о значении физической культуры, сохранении здоровья, необходимости физических упражнений для достижений наилучших результатов в танцевальном спорте.

Практика: Разучивание упражнений необходимых для физических данных детей, с учётом их возрастных и физиологических возможностей. Применяются простейшие упражнения для укрепления спины, мышц брюшного пресса, рук и ног. Упражнения для развития гибкости и растяжки.

Основы классического танца.

Теория: Знакомство с основными позициями и положения рук и ног, принятых в классическом танце. Постановка корпуса.

Практика: Освоение постановки корпуса. Развитие элементарных навыков координации. Упражнения партерного экзерсиса.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой работы: практические занятия, концерты, участие в конкурсах, фестивалях, посещение концертов других коллективов и т.д.

Вся программа составлена с учетом возрастных особенностей детей.

С первых минут на занятиях очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого необходимо предварительно продумать методические приемы, которые помогут решать поставленные задачи. Заблуждаются те, кто полагает, что, собрав ребят можно сразу переходить к танцам. Сначала предстоит научить их красиво и осознанно двигаться под музыку, сделать связь музыки с движением привычной, естественной. Для этого нужно с самого начала включить в занятия простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения.

Для этого нужно, разобравшись в возрастных особенностях детей, с первых же дней наметить содержание занятий, найти соответствующие запросам и возможностям детей методические приемы

**Педагогические технологии:** технология индивидуального обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимодействия, технология дифференцированного обучения, здоровьесберегающая технология.

**Дидактические материалы:** видео и аудиозаписи выступлений, правила поведения на сцене, словари терминов, подборка интернет ресурсов.

**Формы организации образовательной деятельности:** индивидуально-групповая, групповая, открытое занятие, мастер-класс, беседа, практическое занятие, игра, концерт.

**Кадровое обеспечение:** педагог, работающий по данной программе, должен иметь образование по профилю программы без предъявления требований к квалификационной категории и стажу работы.

**Материально-техническое обеспечение:** для занятий требуется танцевальный класс, музыкальный центр, музыкальные носители (CD-диски, flash-накопители), видеоматериалы, ноутбук.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бальные танцы /№8/ сост.А.Н. Беликова. – Л.: Москва «Советская Россия»-1980.-106 с.
2. Современный бальный танец: учебное пособие / В.М. Стриганова, В.И. Уральской, Москва «Просвещение»-1978.-237 с.
3. РИТМИКА музыкальное движение/ С. Руднева, Э. Фиш, Москва «Просвещение»-1972.-74 с.
4. Бальные танцы /№5/ сост.А.Н. Беликова. – Л.: Москва «Советская Россия»-1977.-89 с.
5. В вихре вальса / автор-сост. Д.А. Ермаков: Донецк издательство «Сталкер»-2003.-169 с.
6. Основные принципы организации учебно-воспитательной работы в коллективе бального танца / Т.В.Пуртова, Н.Г.Гаврилина, М.Г.Казакевич, Н.Н. Рябцева: Барнаул «Полиграфист» 1987.-102 с.
7. Бальный танец для школьников (методические рекомендации и программа) / автор-сост. В.Н. Светинская, Е.В. Конорова: Барнаул 1988.-154 с.
8. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года.

### **Критерии оценивания уровня освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Бальный танец»**

Как известно, основным критерием уровня подготовки танцора спортивного бального танца является система соревнований. Соревнования являются средством контроля за уровнем подготовленности, способом выявления победителя, важнейшим средством повышения тренированности, совершенствования спортивного мастерства.

Спортсмен обязан выступать на соревнованиях только своей возрастной категории или на соревнованиях только своего класса. Под классом мастерства понимается определенный уровень физического развития, психологической и музыкально-эстетической подготовленности спортсмена, обеспечивающие ему способность исполнять фигуры и танцы определенной степени сложности в техническом и хореографическом отношении на различных этапах тренировочного процесса, связанных с возрастом спортсмена.

Классы имеют следующее обозначение: «Е», «D», «С», «В», «А», «S» и «М». Начальным и соответственно самым простым является класс «Е», высшим – класс «М». Региональным членским организациям разрешается вводить дополнительный класс для начинающих исполнителей, не достигших уровня класса «Е» (так называемый класс «Н» или «ШБТ» - школа бального танца) и разрабатывать правила проведения конкурсов для них.

В соответствии с Правилами Всемирной федерации танцевального спорта (WDSF) в СТСП введены следующие возрастные категории:

Д-1	Дети-1	9 лет и моложе
Д-2	Дети-2	10-11 лет
Ю-1	Юниоры-1	12-13 лет
Ю-2	Юниоры-2	14-15 лет
М	Молодежь	16-18 лет
М-2	Молодежь-2	19-20 лет
Вз	Взрослые	19 лет и старше
С-1	Сеньоры-1	35 лет и старше
С-2	Сеньоры-2	45 лет и старше

Но такую систему соревнований трудно применять для детей начального этапа подготовки. Перед педагогом коллектива бального танца стоит задача не только выявлять и развивать творческий потенциал детей, но и подготавливать их к спортивной самореализации. В данном случае концертная деятельность на всех этапах обучения является основным видом контроля и особым стимулом к творчеству.

Для мониторинга уровня подготовки и освоения обучающимися программы на 1 этапе разработаны критерии:

Название танца	исполняемые фигуры	оценка
Медленный вальс	- Закрытая перемена с ПН - Закрытая перемена с ЛН - Натуральный поворот (правый поворот) - Реверсивный поворот (левый поворот)	«3» балла – исполняет предписанные фигуры не в музыку, нечётко держит линии корпуса и рук; «4» балла - исполняет предписанные фигуры в музыку, но нечётко держит линии корпуса и рук, либо исполняет предписанные фигуры не в музыку, но правильно держит линии корпуса и рук;
Ча-Ча-Ча	- Ча-ча-ча шассе в сторону – вправо и влево - Нью-Йорк - Три ча-ча-ча	«5» баллов - исполняет предписанные фигуры в музыку, и чётко правильно держит линии корпуса и рук.

Система такого рода оценивания юного танцора позволяет не повлечь большого разочарования обучающегося и не снизить заинтересованность ребёнка в дальнейших занятиях спортивным бальным танцем. Поскольку дети в своей волевой деятельности руководствуются лишь ближайшими целями и сегодняшний результат для них важнее, чем отдалённые цели и будущие победы в соревнованиях.

Одним из инструментов мониторинга отслеживания результатов обучающегося является *квалификационная книжка спортсмена*.

Классификационная книжка оформляется региональной членской организацией СТСР в соответствии с требованиями СТСР и выдается спортсмену на основании заявления руководителя ТСК. Она является основным документом спортсмена и содержит все необходимые данные о спортсмене: регистрационный номер с указанием номера региона РФ; ФИО; фамилия и имя в латинской транслитерации по заграничному паспорту, название региональной членской организации СТСР; название танцевально-спортивного клуба, дату и год рождения владельца; его класс мастерства; ФИО партнера; его класс мастерства, данные о соревнованиях, на которых выступал спортсмен; занятое место и количество приобретенных очков на каждом соревновании.

На каждом соревновании, где участвует спортсмен, в книжку в обязательном порядке вносится информация о соревновании, результате спортсмена и набранных очках

По результатам соревнований спортсмену присваивается класс мастерства. Спортсмену не имеющему класса может присвоен класс «Е» (самый простой), дальнейшее присвоение классов «D», «C», «B», «A» производится президиумом региональной членской организации СТСР по представлению руководителя клуба на основании набранных очков на соответствующих соревнованиях.

## Приложение 2.

### Мониторинг качества освоения образовательной программы Объединение « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ учебный год

Педагог: \_\_\_\_\_

№	Группа - Год обучения - Ф.И. ребёнка	Название раздела (блока) программы								Творческий выход	
		Раздел	Раздел	Раздел	Раздел	Раздел	Раздел	Итоговый показатель по каждому ребенку	Уровень воспита нности		Участие в конкурсах, соревнован иях
Процент качества знаний:											

Процент качества знаний:  $(n \text{ «5»} + n \text{ «4»} + n \text{ «3»} \dots) \times 100\% / \text{ на } n \text{ учащихся в группе}$   
n – количество.

Оценочная шкала:

менее 75% - очень низкий уровень;

75 – 84% - низкий уровень;

85 – 94% - средний уровень;

95 – 100% - высокий уровень.

Вывод:

Анкета для родителей

Название объединения \_\_\_\_\_

ФИО педагога \_\_\_\_\_

*Уважаемые родители, данное исследование предполагает изучение потребностей, связанных с улучшением организации свободного времени Ваших детей.*

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

ФИО родителя \_\_\_\_\_

Какие изменения Вы видите в своем ребенке после занятий в объединении?

\_\_\_\_\_

Удовлетворены ли Вы организацией учебно – воспитательного процесса?

\_\_\_\_\_

Удовлетворены ли Вы качеством образовательного процесса?

\_\_\_\_\_

Удовлетворены ли Вы взаимоотношениями педагога с учащимися?

\_\_\_\_\_

Удовлетворены ли Вы успехами Вашего ребенка в результате занятий в объединении?

\_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_