

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»  
г. ШАГОНАР МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
«УЛУГ-ХЕМСКИЙ КОЖУУН РЕСПУБЛИКИ ТЫВА»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

**ПРОГРАММА**  
по учебному предмету

**«БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ»**  
(Срок обучения 4 года)

Шагонар 2023г.

Принят методическим советом МБОУ ДО «Детской школы искусств» г. Шагонар  
муниципального района «Удуг-Хемский кожуун РТ» «22» августа 2023г., протокол №  
08/2



Утверждено приказом директора МБОУ ДО «Детской школы искусств» г. Шагонар  
муниципального района «Удуг-Хемский кожуун РТ» «26» августа 2023г., приказ №94-2

Составители:

**Балчий М.С.** преподаватель хореографии первой квалификационной категории  
**Туван-оол А.А.** – преподаватель хореографии

Рецензент: **Барнакова Н. Ч.** – Заслуженный работник культуры, преподаватель высшей  
квалификационной категории.

**Бальный танец:** программа по учебному предмету для ДШИ по специальности:  
«Хореография» /сост. Балчий М.С., Туван-оол А.А.  
Шагонар-2023г.

Программа по учебному предмету: «Бальный танец» включает пояснительную записку, содержание учебного предмета, требования к уровню подготовки обучающихся, формы и методы контроля, систему оценок, методическое обеспечение учебного процесса, список литературы. Учебная программа предназначена для практического использования в преподавании хореографических дисциплин в ДШИ РТ.

«Детская школа искусств»  
г. Шагонар, 2023г

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

1. Общая характеристика учебного предмета
2. Срок реализации учебного предмета,
3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета
4. Форма проведения учебных аудиторных занятий
5. Цель, задачи учебного предмета
6. Методы обучения

### **II. Содержание учебного предмета,**

- Годовые требования

### **III. Требования к уровню подготовки учащихся**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание
2. Критерии оценок

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

- Методические рекомендации педагогическим работникам

### **VI. Списки учебной и методической литературы**

# І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## **1. Общая характеристика учебного предмета**

Программа учебного предмета «Бальный танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ.

Учебный предмет «Бальный танец» сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, художественно-эстетического развития и образования. В процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены. Умению слушать и понимать образный язык музыки, разбираться в основных формах и выразительных средствах, легко и непринужденно двигаться в ритме определенной музыки, получать удовольствие от ее звучания – всему этому учит танец.

Занятия бальными танцами формируют у детей грациозность движений, соразмерно развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, дают значительную физическую нагрузку, способствующую формированию мышечного корсета, вырабатывают собранность, трудолюбие, элегантность. Эти качества имеют большое значение в системе воспитания ребенка и формирования гармонично развитой личности.

Бальный танец оказывает также большое влияние и на формирование внутренней культуры человека. Занятия бальным танцем органически связаны с усвоением норм этики, немислимы без выработки высокой культуры общения между детьми, предполагают джентльменское отношение мальчиков к девочкам, обоюдное уважение партнеров, что в дальнейшем должно помочь им в личной и общественной жизни.

В основу программы вошли такие танцы как: Советские –Сударушка, Вару-вару, Разрешите пригласить, Русский лирический, Фигурный вальс, Берлинская полька. Латиноамериканские танцы – Самба, Ча-ча-ча, Джайв. Европейские – Квик-степ, Медленный вальс, Венский вальс.

В 1 и 2 классе изучается материал Советской программы бального танца.

С 3 и 4 классе Европейская и Латиноамериканская программа.

Содержание программы дает возможность ученикам на собственной практике, сопоставляя, сравнивая и осмысленно исполняя движения получить тот запас знаний, умений, навыков, которые помогут в дальнейшем самостоятельно разбираться в различных видах искусства, хореографии и критически верно оценивать танцы.

Разделы программы в процентном соотношении распределяются следующим образом: 40% отводится на музыкально-ритмические и тренировочные упражнения и разучивание элементов танцевального репертуара; 60% занимает разучивание композиций репертуара бальных танцев и тренировочная работа.

В программу включены задания на импровизацию, обобщающие знания, умения и навыки учеников за истекший год занятий. Материал программы подобран с учетом возрастных особенностей детей, их возможностей и интересов.

## **2. Срок реализации учебного предмета «Бальный танец»**

Программа рассчитана на 4 года обучения. Возраст детей, приступающих к освоению программы - от 9 лет.

## **3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета:**

|                                    |                   |
|------------------------------------|-------------------|
| Годы обучения/количество часов     | 1-4 годы обучения |
|                                    | Количество часов  |
| Максимальная нагрузка<br>(в часах) | 131               |

|   |     |    |    |    |
|---|-----|----|----|----|
| Количество часов на аудиторную нагрузку | 131 |    |    |    |
| Год обучения                            | 1   | 2  | 3  | 4  |
| Количество учебных недель               | 32  | 33 | 33 | 33 |
| Недельная аудиторная нагрузка           | 1   | 1  | 1  | 1  |

#### **4. Форма проведения учебных аудиторных занятий**

Учебные аудиторные занятия проводятся в форме групповых занятий (от 8 человек), продолжительность урока –40 минут. Занятия проводятся один раз в неделю 1 час, продолжительность учебного года - 33 недели.

#### **5. Цель и задачи учебного предмета «Бальный танец»**

##### **Цель:**

раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области бального танца.

##### **Задачи:**

- овладение основными теоретическими и практическими знаниями, умениями и исполнительскими навыками, позволяющими грамотно исполнять танцевальные композиции;
- формирование умений осознанно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации;
- формирование умений различать ритмическую сторону музыки и согласовывать свои движения с ее звучанием;
- развитие способности самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свои вариации;
- организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет потребность в движениях;
- организация постановочной и концертной деятельности учащихся;
- создание дружеской среды, создание условий для общения;
- формирование культуры общения между учащимися;
- воспитание доброжелательности, чуткости и внимательного отношения друг к другу;
- воспитание аккуратности и самостоятельности;
- развитие навыков самостоятельной и коллективной работы;
- развитие мотивации на творческую деятельность;
- исправление недостатков осанки;
- укрепление мышечного корсета;
- развитие выносливости, координации движений;
- поддержка и укрепление сердечно-сосудистой и нервной систем.

#### **6. Методы обучения**

Занятия должны быть разнообразными как по содержанию (ритмические упражнения, задания на ориентировку, разучивание упражнений тренировочного характера, разучивание и повторение танцев), так и по набору применяемых методов:

- словесного (объяснение, разбор, анализ);
- наглядного (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития учащихся);

- практического (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитического (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоционального (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуального подхода к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА,**

### **- Годовые требования**

В программу «Бальный танец» включены 5 танца бальной хореографии, а именно: 2 танца Советской программы – Вару-вару и Сударушка, 1 танец Европейской программы – медленный вальс, и 2 танца Латиноамериканской программы – ча-ча-ча и самба. Набор движений, подобранный для детей данного возраста, позволяет педагогу творчески подходить к составлению вариаций для отработки техничного исполнения любого движения бального танца с учетом психических и физиологических особенностей детей 9-12 лет.

Обучение происходит поэтапно: от простого бального элементарного сложного движения и вариации.

Урок состоит из двух частей – теоретической и практической, а именно:

- а) знакомство с техникой, ритмической раскладкой выполнения движения, его физиологическими особенностями, с показом не только педагога, но и подходящих видеоматериалов;
- б) изучение движения и работа над движениями в комбинациях, под музыку, переходя от медленного темпа к быстрому.

Урок включает в себя разминку на середине зала, элементы бального танца, движения бального танца, вариации.

### **Годовые требования**

#### **Первый год обучения**

В первый год обучения перед педагогом поставлена сложная задача: необходимо заложить фундамент правильного, техничного исполнения бальной хореографии, на основе которой будет строиться все дальнейшее обучение Латиноамериканской и Европейской программам. Вместе с тем необходимо систематично и целенаправленно распределять учебный материал с учетом индивидуальности в восприятии и мышлении каждого учащегося.

В первый год обучения также очень важно выработать правильную постановку корпуса в соответствии с требованиями латиноамериканского и европейского танца, правильную постановку рук у партнера и партнерши, умение держать баланс в простейших движениях бальной хореографии.

Укрепление физической выносливости, применение упражнений, способствующих укреплению мышечного корсета, силы мышц позволяет подготовить детей к дальнейшей исполнительской деятельности.

Преподаватель на первом году обучения занимается с учащимися над правильным и техничным танцеванием в любом ритмическом рисунке, с любым темпом музыки.

### Содержание 1 год обучение

#### Учащиеся должны знать:

- Стилевые особенности и манеру исполнения танца;
- Правила исполнения основных движений танца из Советской программы;
- Название изученных движений.

Уметь:

- Грамотно и выразительно исполнять движения танцев: Вару-вару, Сударушку, Разрешите пригласить, Русский лирический танец, Туяна, Фигурный вальс, Полька;
- Ориентироваться в пространстве, двигаться по линии танца, сохранять интервалы при перестроениях, строить графический рисунок относительно центра площадки;
- Работать в паре;
- Передавать манеру исполнения изучаемых танцев.

Владеть:

- Навыками простейшей координации в исполнении движений;
- Навыками эмоционального и выразительного исполнения изученных движений.

Тема 1

*Изучение танцевальных шагов по линии.*

Большое внимание обращать на постановку корпуса, методике, технике исполнения и музыкальности. Первоначально исполняется без рук.

- танцевальный шаг с носка
- переменный шаг
- танцевальный шаг с пике (исх. III позиция)
- легкий шаг на полупальцах
- поклон партнера
- поклон партнерши

**Раздел I**

**Изучения танцев из Советской программы: Вару-вару, Сударушка.**

Тема 1

*Основные танцевальные движения танцев: Вару-вару, Сударушка, в сольном исполнении:*

- партия партнера
- партия партнерши

Тема 2

*Основные танцевальные движения танцев: Вару-вару, Сударушка, в усложненном виде:*

- повороты
- полные повороты
- хлопки
- притопы
- синкопы

Тема 3

*Танцевальные этюды танцев: Вару-вару, Сударушка:*

- исполнения в парах

Тема 4

*Законченная форма танцев: Вару-вару, Сударушка:*

- исполнения в парах
- по линии танца
- рисунок танца

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии - переводной экзамен (зачет).

*Требования к переводному зачету*

По окончании первого года обучения учащиеся должны:

- различать танцевальные движения Европейской и Латиноамериканской программы, их специфические особенности;
- уметь различать музыку Латиноамериканской и Европейской программ;
- технично исполнять движения бальной хореографии;
- знать технику исполнения любого движения бальной хореографии, соответствующего его возрасту;
- знать структуру и ритмическую раскладку бального движения;
- замечать ошибки в своем исполнении и исполнении других пар, уметь предложить способы их устранения;
- уметь танцевать движения бальной хореографии не только самостоятельно, но и в паре и ансамбле.

## 2 год обучения

### **Учащиеся должны знать:**

- Стилиевые особенности и манеру исполнения танцев.
- Правила исполнения основных движений изучаемых танцев.
- Названия изученных движений.

### **Уметь:**

- Грамотно и выразительно исполнять движения таких танцев: (Разрешите пригласить, Русско-лирический, Фигурный вальс, Полька)
- Согласовано двигаться в паре, в коллективе (начинать и заканчивать движения одновременно, сохраняя одинаковую амплитуду и темп движений)
- Передавать манеру исполнения изучаемых танцев.

### **Владеть:**

- Навыками координации ног, головы, корпуса и рук в исполнении движений.
- Навыками эмоционального и выразительного исполнения изученных движений.

## Раздел II

### **Танцы из Советской программы:**

- Разрешите пригласить.
- Русско-лирический.
- Фигурный вальс.
- Берлинская полька.

### Тема 1.

#### ***Поклоны, танцевальные шаги по кругу.***

- Танцевальный шаг с носка.
- Переменный шаг.
- Танцевальный шаг с пике.
- Исполняются с рукой (открывание во II через I позиции)

Легкие шаги на полупальцах, внимание обращать на постановку корпуса, методика исполнения, техника и музыкальная грамотность.

### Тема 2.

#### ***Основные танцевальные движения танца: Разрешите пригласить, Русско-лирический, Фигурный вальс, Берлинская полька в сольном исполнении:***

- Партия партнера.
- Партия партнерши.

### Тема 3.

**Основные танцевальные движения танца: Разрешите пригласить, Русско-лирический, Фигурный вальс, Полька (в усложненном виде).**

- Повороты: на месте, вокруг себя, с парой.
- Четвертные.
- Полные повороты.
- Хлопки.
- Притопы.
- Синкопы.
- Исполнения без пары.

### Тема 4.

**Танцевальные этюды танцев: Разрешите пригласить, Русско-лирический, Фигурный вальс, Полька.**

- Исполняется в парах
- В шахматном порядке

### Тема 5.

**Законченная форма танцев: Разрешите пригласить, Русско-лирический, Фигурный вальс, Полька.**

- Исполнения в парах
- Исполнения по линии танца
- Рисунок танца.

## **3 год обучения**

Учащиеся должны знать:

- Стилиевые особенности и манеру исполнения танцев Европейского и Латиноамериканской программы, их отличие от других танцев
- Правило исполнения основных движений изучаемых танцев
- Название изученных движений
- Понятие «Танцевальный этикет» (взаимоотношение партнерши и партнера и взаимоотношение с парой визави)

Уметь:

- Грамотно и выразительно исполнять движения танцев Европейской программы по классу «Е» (медленный вальс, квик степ, венский вальс)
- Свободно (ненапряженно) держать корпус, голову, руку в позах и грамотно переводить руку из одного положения в другое
- Передавать манеру исполнения изучаемых танцев.

Владеть:

- Навыками координации ног, головы, корпуса и рук в умеренном темпе
- Навыками эмоционального, выразительного и музыкального исполнения изученных движений.

## **Раздел III**

**Бальный танец. Европейская программа: медленный вальс, квик степ, венский вальс.**

### Тема 1.

- Положения ног, рук и корпуса в паре (для вальса) положение в паре: открытая и закрытая
- Поклон партнера и партнерши
- Открытая и закрытая положение в паре
- Подготовительные движения (приседание и подъем на полупальцах, ведение ноги вперед. Назад, в сторону. Шаги вперед, назад, в сторону)

### Тема 2.

**Основные движения медленного вальса:**

- Закрытый переменный с правой ноги и с левой ноги

- Проходящий переменный с правой и с левой ноги
- Правый и левый повороты

Сначала учим на месте, затем по линии танца.

Тема 3.

#### **Основные движения квик степа:**

- Шаг «Sloo» - медленный шаг
- Шаг «Kuik» - быстрый шаг
- Четвертной поворот «Sloo, KuikKuik, SlooSloo, KuikKuik»
- Лок степ.

Тема 4.

#### **Основные движения Венского вальса:**

- Правый поворот (темп медленный, обращать внимание на шаг «Шоссе»)
- 1 год обучение можно исполнять шаги по линии танца, партнерша спиной к центру.

### **4 год обучения**

#### Учащиеся должны знать:

- Особенности исполнения бальных танцев: Европейских и Латиноамериканских программ
- Правило выполнения основных движений и фигур изучаемых танцев
- Названия изученных движений и фигур.

#### Уметь:

- Грамотно и выразительно исполнять движения таких танцев: медленный вальс, венский вальс, самба, ча-ча-ча, джайв
- Свободно и естественно держать корпус, голову, позах парных танцах, естественно и легко переводить руки
- Синхронно, согласованно двигаться в паре
- Передавать манеру исполнения изучаемых танцев.

#### Владеть:

- Навыками координации ног, головы, корпуса и рук в быстром темпе
- Навыками эмоционального, выразительного и музыкального исполнения изученных движений
- Навыками вежливого и учтвого отношения к партнеру: аккуратно вести дам, пропускать даму вперед, предлагать даме руку, не поворачиваться друг другу спиной, проявлять внимательность.

### **Раздел IV**

Латиноамериканская и Европейская программа по классу «Е»: Самба, Ча-ча-ча, Джайв, Медленный вальс, Квик-степ, Венский вальс.

Тема 1

#### Основные движения танца Самба:

- Основные движения с правой и с левой ноги
- Виск с правой и с левой ноги
- Четвертной поворот с правой и с левой ноги
- Корга-джако с правой и с левой ноги

Счет: «1и а2» Большое внимание надо уделить закрытой позиции, чтобы дети различали (отличие) от Латиноамериканской программы от Европейской.

Тема 2

#### Основные движения танца Ча-ча-ча:

- Основное движения с правой и с левой ноги
- Нью-Йорк с правой и с левой ноги
- Рука к руке с правой и с левой ноги
- Четвертной поворот с правой и с левой ноги
- Чек поворот

Обращать внимание на характер шагов, как кошка, ритм шагов.

Тема 3

Основные движения танца Джайв:

- Основное движения «1,2,3,4,3,4» «Рок» - шаг назад
- Правый, левый поворот под рукой (партнерша)
- Штопор

Основные шаги выполняются через VI позицию во II позицию. Колени все время на верх, постановка корпуса.

#### Тема 4

Основные движения танца Медленный вальс:

- Виск
- Свинг поворот
- Променадные переменны
- Волчок
- Прогрессивное шоссе

#### Тема 5

Основные движения танца Квик-степ:

- Правый и левый повороты
- Свинг поворот

#### Тема 6

Основные движения танца Венский вальс:

- Правый и левый поворот (танцевальные комбинация): правый поворот, закрытая переменная, левый поворот, закрытая переменная.

По окончании четвертого года (всего курса) обучения учащиеся должны знать и уметь:

- сопоставлять, сравнивать и осмысленно исполнять движения бальной хореографии;
- различать танцевальные движения Европейской и Латиноамериканской программы, их специфические особенности;
- уметь различать музыку Латиноамериканской и Европейской программ;
- технично исполнять движения бальной хореографии;
- знать технику исполнения любого движения бальной хореографии, соответствующего возрасту учащегося;
- знать структуру и ритмическую раскладку бального движения;
- замечать ошибки в своем исполнении и исполнении других пар, уметь предложить способы их устранения;
- уметь танцевать движения бальной хореографии не только самостоятельно, но и в паре, и ансамбле;
- владеть сценическим пространством;
- знать термины и методику изученных танцевальных движений;
- овладеть основными навыками бальной хореографии;
- исполнять движения, сохраняя танцевальную форму, соответствующую принципам Европейской и Латиноамериканской программ;
- знать темповые обозначения и слышать темпы: «слоу» — медленно; «квик» — быстро;
- знать положения рук и ног в паре и отдельно друг от друга, позы бального танца;
- сочетать пройденные упражнения в несложные вариации.
- 

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

Уровень подготовки учащихся является результатом освоения программы учебного предмета «Бальный танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание направления, по которому строятся вариации как Европейской, так и Латиноамериканской программ, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание терминов бальной хореографии;
- знание элементов Латиноамериканской и Европейской программ бального танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций в паре и отдельно друг от друга;
- знание поз Европейской и Латиноамериканской программ как отдельно, так и в паре;
- умение исполнять элементы Латиноамериканской и Европейской программ бальной хореографии;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение точно и выразительно исполнять основные движения бального танца;
- умение артистично двигаться под музыку;
- умение создавать композиции из базовых фигур.

#### **IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК**

##### *1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Оценка качества реализации программы «Бальный танец» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д. Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов. Контрольные уроки, зачеты могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Требования к содержанию итоговой аттестации учащихся определяются образовательной организацией. Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

##### *1. Критерии оценок*

Для аттестации учащихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

По итогам исполнения программы на контрольном уроке, зачете, экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

| Оценка                    | Критерии оценивания выступления  |
|---------------------------|--|
| 5 («отлично»)             | технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;  |
| 4 («хорошо»)              | отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);   |
| 3 («удовлетворительно»)   | исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.; |
| 2 («неудовлетворительно») | комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;  |

|                       |  |
|-----------------------|--|
| «зачет» (без отметки) | отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения. |
|-----------------------|--|

В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося. Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене (зачете);
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

## **V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

*Методические рекомендации педагогическим работникам*

### Распределение учебного материала на год

Первая четверть отводится для повторения движений, пройденных в предшествующем классе, и постепенного приведения организма учащихся в состояние полной работоспособности. В среднем на это отводится 2-3 недели. Остальное время – прохождение наиболее простых элементов программы и усложненное сочетание движений, пройденных в предыдущем классе.

Вторая четверть отводится на изучение более сложных элементов программы и более сложные комбинированные упражнения, чем в первой четверти.

В третьей четверти после зимних каникул необходимо привести организм учащихся в «рабочую форму» и повторить учебный материал второй четверти. На третью четверть планируется изучение наиболее трудных элементов программы и наиболее сложная координационная работа с движениями, пройденными в первом полугодии.

В четвертой четверти предусматривается продолжение изучения учебного материала, последние две недели отводятся для подготовки к зачету (экзамену).

Залогом успеха любого творческого коллектива является хорошо поставленная и правильно проводимая учебная работа.

Принцип научно-методической обоснованности и доступности требует построения учебно-воспитательного процесса на основе современных достижений педагогической и психологической науки, а также теории и истории хореографии, музыкознания и т.д. Этот принцип обязывает педагогов совершенствовать методику преподавания танца с учетом возрастных, психологических, анатомических и других индивидуальных особенностей детей. Обучение должно быть доступным, но не ниже «порога сложности», преодолевая который, дети могли бы развиваться в физическом, хореографическом и творческом плане. Этот принцип предполагает последовательное усложнение задания в соответствии с возрастом и уровнем развития детей. Педагог должен руководствоваться правилами дидактики: от простого к сложному, от лёгкого к трудному, от известного к неизвестному.

Принцип систематичности предполагает наличие связи всех элементов обучения в организации учебно-воспитательного процесса, то есть такое его построение, в ходе которого происходит связывание ранее усвоенного материала с новым. Необходимо установить взаимосвязь между элементами одного танца и танцев одного направления между собой, между танцами и тренировочными упражнениями. Систематичность выражается и в методике обучения: от обучения отдельным элементам к танцу (целостной композиции), от танца к танцевальному направлению. Систематичность проявляется и в формировании умений проявлять свои знания в практической деятельности.

Систематичность предполагает установление связей между изучаемым материалом и личным опытом детей. Принцип систематичности проявляется в регулярности занятий и в установленной последовательности частей урока (разминка, изучение нового материала, повторение ранее изученного). Систематичность проявляется в установленной последовательности движений экзерсисов, в результате чего обеспечивается необходимая связь с упражнениями и преемственность в «наращивании формы». С позиции систематичности отдельные занятия и периоды учебного процесса рассматриваются не как самостоятельные, а как звенья в единой цепи учебного процесса.

Принцип систематичности предусматривает чередование нагрузки с отдыхом, равномерное развитие всех способностей, необходимых исполнителю танца.

Принцип наглядности – один из основных в обучении детей танцу, так как танец имеет наглядно-чувственную природу. Весь смысл учебно-воспитательного процесса состоит в том, чтобы дети могли увидеть, как надо исполнять танец и пластически это передать. Принцип наглядности предполагает широкое применение различных средств и приемов, обеспечивающих понимание сущности изучаемых движений и танцев, способствующих созданию правильного представления о технике, манере и образном разучивании движений. Принцип наглядности реализуется путем показа натуральных движений и танцев (непосредственная наглядность) и путем демонстрации различных наглядных пособий (рисунков, схем, фото, видеопозаказов и образного объяснения (опосредованная наглядность)). Чем сложнее по технике разучиваемые движения, тем большее значение приобретает правильное применение принципа наглядности. По мере накопления танцевального опыта, развития способностей к самостоятельному анализу и обобщению наблюдений повышается эффект применения всех форм наглядности. Новичок видит в танцах лишь внешнюю форму. Восприятие опытного танцора более существенно. Он точно воспринимает пространственные и временные характеристики, точно чувствует динамику мышечных усилий. При обучении детей танцу необходимо наглядный материал представлять в доходчивой форме, необходимо специально организовывать наблюдение. Недостаток двигательного опыта детей компенсируется хорошо развитой способностью копировать движения. Для этого часто применяется вовлекающий показ, приемы физической помощи, «проводка по движению», приемы имитации.

Принцип сознательности и активности при руководящей роли педагога предусматривает воспитание сознательного отношения к занятиям танцем, пониманию конкретных задач, поставленных перед ребенком на занятии. Для этого педагог объясняет детям назначение и важность тренировочных упражнений, технику исполнения танцевальных «па», приучает детей следить за исполнением другими этих движений и анализировать их, побуждает к самооценке и самонаблюдению. Этот принцип предусматривает развитие у детей инициативы, самостоятельности, умения творчески решать поставленные задачи. Активность учеников на занятиях во многом определяется их отношением к искусству танца, к педагогу и коллективу. Устойчивый интерес к занятиям танцем формируется постепенно и его становление во многом зависит от правильной организации учебно-воспитательного процесса. Только грамотный и увлеченный педагог может дать ученикам основу, по которой в дальнейшем они сами могут творчески развиваться и искать свой путь в искусстве танца.

В процессе занятий балльными танцами должны быть освоены следующие понятия музыкальной грамоты: музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца.

#### *Формирование основ музыкальной грамотности*

Связь музыки и моторных реакций человеческого тела. Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Звук как строительный элемент музыкальной речи. Музыкальный звук и его основные свойства: высота, сила, тембр и длительность. Музыкальная фраза, предложение и тема. Расчлененность и связность музыкальной речи. Мелодический рисунок. Динамика как одно из важнейших средств выразительности в танцевальной музыке, «динамичный ритм». Мелодия и аккомпанемент. Соответствие пластики с мелодией в одних танцах или с ритмом

- в других. Одночастная и двухчастная формы. Понятие о метре (музыкальном размере). Двух- трех- и четырехдольные размеры – это основные размеры танцевальной музыки. Длительности: четверти, половинные, шестнадцатые; сильные и слабые доли. Затакт. Синкопа. Темп, ритм, ритмический рисунок. Легато, стаккато. Инструментовка (оркестровка), аранжировка. Зависимость пластики изучаемых танцев от мелодии, ритма и темпа музыки. Музыкальная тема и художественный образ.

## VI. СПИСОК УЧЕБНОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М., «Рольф», 2001
2. Воробьев А.П. Спортивные игры. М., Просвещение. 1973
3. Гай Ховард. Техника исполнения европейских танцев. М., Артис, 2003
4. Громов Ю. Основы подготовки специалистов-хореографов: учебное пособие. – СПб: Типография Наука, 2006
5. ДюБекеАнтон. Учимся танцу за месяц. – М., 2008
6. Иванникова О.В. Латиноамериканские танцы. Румба, ча-ча-ча. - Донецк: «Аст», «Сталкер», 2005
7. Идом Х., Кетрек Н. Хочу танцевать. - М., «Махаон», 2003
8. Кох И. Основы сценического движения. – Л., 1970
9. Летягова Т.В., Романова Н.Н., Филлипов А.В., Шетэля В.М., Краткий словарь танцев. Под ред. Филлипова А.В. - М.,Филинта: Наука, 2006
10. Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. – М., 1993
11. МурАлекс. Пересмотренная техника европейских танцев. – СПб, 1993
12. Основы подготовки специалистов-хореографов: учебное пособие/ Ю. Громов. – СПб: Типография Наука, 2006
13. Раздрокина Л. Танцуйте на здоровье. Танцевально-игровые тренинги. – Ростов-на-Дону, «Феникс», 2007
14. РубштейнН. Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор. Пара. - М., 2007
15. РубштейнН. Что нужно знать, чтобы стать первым. Тренер. - М. 2007
16. ЛэрдУолтер Техника латиноамериканских танцев. Артис, 2008
17. Плетнев Л. С реверансом. М., Маренго ИнтернэйшнлПринт, 2001
18. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классомв начальной школе по ритмике, ритмопластике, бальным танцам. – М., 2006