ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МИЧУРИНСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

Принята на заседании педагогического совета от «31» мая 2023 г. Протокол № 4	Утверждаю: Директор МБОУ ДО «ДДТ» _____ Курбатова Т.Э. Приказ № 26 от «31» мая 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Мир бальных танцев»

(базовый уровень)

Возраст учащихся: 15-18 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Балабаев Сергей Иванович,
педагог дополнительного образования

Мичуринский район, 2023 г.

Курбатова Татьяна Эдуардовна

Подписано цифровой подписью: Курбатова Татьяна Эдуардовна
Дата: 2023.08.15 12:49:50 +03'00'

Информационная карта программы

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир бальных танцев»
3. Сведения об авторах:	Балабаев С.И.- педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе	
4.1. Нормативная база:	Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р); Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629); Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.); Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»».
4.2. Область применения	дополнительное образование
4.3. Направленность	художественная
4.4. Тип программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
4.5. Вид программы	модифицированная
4.6. Возраст учащихся по программе	15-18 лет
4.7. Продолжительность обучения	1 год

Блок № 1 «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир бальных танцев» относится к художественной направленности. Данная программа позволит детям 15-18 лет получить представление о том, что танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, личность, сила, грация. Программа направлена на укрепление здоровья, эстетическое развитие, любовь к танцу, воспитание художественного вкуса, полноценного восприятия произведений танцевального искусства, самодисциплину и трудолюбие.

Уровень освоения программы: базовый.

Новизна

Новизна программы опирается на понимание приоритетной воспитательной работы, направленной на становление коллектива, чувство ансамбля. Поскольку успех выступления не зависит от одного участника, а зависит от умения общаться на сцене и в паре с партнёром.

Актуальность предлагаемой программы определяется запросом в муниципалитете со стороны детей 15-18 лет на программы по хореографии (подготовка хореографических номеров для значимых мероприятий в 9-11 классах в ансамблевом исполнении).

Педагогическая целесообразность

Данная программа педагогически целесообразна, т.к. при ее реализации у учащихся развивается художественный вкус, эстетическое восприятие музыки и танца, воспитывается творческая активность и воображение, формируются представления о лучших традициях мировой музыкальной и танцевальной культуры (Европейская и Латиноамериканская бальные школы). А также развиваются и укрепляются такие качества личности, как лидерство, инициатива, чувство «локтя», взаимовыручки.

Отличительные особенности

Отличительные особенности данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы от уже существующих в этой области заключаются в том, что бальный танец и современная хореография представлены в ансамблевом исполнении.

Адресат программы

Данная программа рассчитана для учащихся 15-18 лет.

Условия набора учащихся

Для обучения принимаются все желающие.

Норма наполнения группы

12-14 человек.

Форма обучения

Очная.

Объём и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения. Объем реализации программы 72 академических часа.

Режим занятий

1 академический час , 2 раза в неделю.

Формы занятий:

- уроки по истории и теории танца;
- разучивание комплекса упражнений;
- разучивание основных движений, постановка и отработка танца;
- пластические этюды, сюжетно-ролевые игры и т.д.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

Групповые, индивидуальные, ансамблевые.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие творческих способностей детей на основе изучения и постановки бальных танцев и современной хореографии в ансамблевом исполнении.

Задачи:

Образовательные:

познакомить учащихся с историей танца и такими направлениями как бальный и современный танец;

научить учащихся базовым элементам бального и современного танца;

дать понятие о постановочном процессе;

научить учащихся выполнению основных движений вальса, танго, самба, румба, ча-ча-ча, современного парного танца;

познакомить с музыкальным размером (2/4, 3/4, 4/4);

познакомить со строением музыкального произведения (вступление, музыкальные фразы, части);

формировать навыки основ музыкальной грамоты.

Развивающие:

формировать навыки по взаимодействию в паре;

формировать навыки по взаимодействию пар в ансамбле;

способствовать развитию опорно-двигательного аппарата;

формировать правильную осанку;

развивать чувство ритма, музыкального слуха, памяти и внимания;

развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор.

Воспитательные:

формировать художественный вкус, эстетическое восприятие музыки и танца;

формировать нравственные качества личности через знакомство с мировыми танцевальными традициями;

воспитывать в детях творческое начало;

воспитывать чувство «локтя», товарищества, взаимовыручки через взаимодействие в парах и ансамбле.

1.3. Содержание программы
Учебный план

№	Название модуля	Всего	Количество часов		Формы аттестации/контроля
			теория	практика	
	Вводное занятие	**2**	**1**	**1**	**Начальная диагностика**
I.	**История танца**	**2**	**2**	**-**	**Тестирование**
II.	**Основы бального танца**	**36**	**3**	**33**	**Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения**
1.	Основы вальса	20	1	19	
2.	Танго	6	1	5	
3.	Латиноамериканские танцы	10	1	9	
III.	**Поддержки в парах**	**4**	**1**	**3**	**Наблюдение. Анализ и оценка выполнения**
IV.	**Развивающие уроки**	**8**	**1**	**7**	**Наблюдение. Анализ и оценка выполнения**
1.	Актёрское мастерство	4	-	4	
2.	Импровизация	2	-	2	
3.	Сюжетно- ролевые танцы	2	1	1	
V.	**Современный парный танец**	**8**	**1**	**7**	**Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения**
VI.	**Работа над концертными номерами**	**10**	**1**	**9**	**Зачет**
	Итоговое занятие	**2**	**1**	**1**	**Зачет**
	Итого	**72**	**11**	**61**	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория: Знакомство с учащимися, с содержанием программы, правилами поведения на занятиях. Техника безопасности.

Практика: Начальная диагностика.

Раздел № 1. «История танца»

Теория: История развития танцевальной культуры с древнейших времён. XVIII – XIX века – балы в Европе и в России. Современное развитие танцевальной культуры.

Раздел № 2. «Основы бального танца»

Тема 2.1. «Основы вальса»

Теория: История возникновения вальса в Европе. Вальс, как один из пяти видов Европейской программы бальных танцев. Самые популярные мелодии вальса. Знаменитые композиторы, написавшие мелодии вальса. Основные движения вальса: ход по кругу, «квадрат», «лодочка», основной шаг. Рисунки во время исполнения вальса в ансамбле: линия, шахматный порядок, ромб, диагональ, круг, клин, квадрат. Поддержки в вальсе. Сотрудничество пар в ансамбле.

Практика: Разучивание и отработка основных движений вальса: ход по кругу, «квадрат», «лодочка», основной шаг. Выполнение перестроения пар в ансамбле: смена партнеров, одиночные перестроения и рисунки, парные перестроения и рисунки, отдельные перестроения и рисунки у мальчиков с возвращением к своей паре, отдельные перестроения и рисунки у девочек с возвращением к своей паре. Отработка парных поддержек в вальсе. Выполнение синхронных поддержек. Отработка рисунков во время исполнения вальса в ансамбле: линии, шахматного порядка, ромба, диагонали, круга, клина, квадрата. Постановка и отработка композиции.

Тема 2.2. «Танго»

Теория: Танго. Европейское танго. Аргентинское танго. История возникновения и современное развитие. Основные шаги в танго. Позиции, выпады, поддержки.

Практика: Отработка основных шагов танго, позиций, выпадов, поддержек.

Тема 2.3. «Латиноамериканские танцы»

Теория: История возникновения латинских танцев. История названия латиноамериканских танцев. Современное развитие. Бразильский карнавал: история и современность. Основные шаги в танцах «самба», «румба», «ча-ча-ча». Положение рук и корпуса при исполнении латинских танцев.

Практика: Разучивание и отработка основных шагов самбы, румбы, ча-ча-ча.

Раздел №3. «Поддержки в парах»

Теория: Виды поддержек. Отличительные особенности поддержек в бальных танцах, спортивных танцах и в современных парных танцах. Вход в поддержку с различных позиций и сторон. Выход из поддержки. Поддержки в статике, во вращении.

Практика: Разучивание некоторых видов поддержек.

Раздел № 4. «Развивающие уроки»

Тема 4.1. «Актерское мастерство»

Практика: Введение понятий «актерское мастерство», «образ».

Разучивание игровых ситуаций, сюжетно-ролевых игр. Исполнение пластических этюдов.

Тема 4.2. «Импровизация»

Практика: Введение понятий «пластическая импровизация», «погружение в музыку». Выполнение контактной и бесконтактной пластической импровизации.

Тема 4.3. «Сюжетно-ролевые танцы»

Теория: Сюжетный и бессюжетный танцы. Особенности сюжетно-ролевого танца

Практика: Пластическая импровизация различных образов и ситуаций.

Раздел № 5. «Современный парный танец»

Теория: Современный парный танец: джаз, модерн, контемпорари, рок-н-ролл. История и современность

Практика: Разучивание некоторых связок и элементов современных парных танцев.

Раздел № 6. «Работа над концертными номерами»

Теория: Введение понятий «постановочный процесс», «концертный номер», «постановка концерта», «начало», «кульминация», «финал», «синхронность», «ритмичность». Методика выполнения упражнений. Объяснение понятий «образ», «синхронность», «попадание в музыку». Роль каждого ребенка в танце.

Практика: Постановка проблемы, распределение ролей и образов.

Отработка технических элементов танца, основного шага. Отработка номеров: синхронность, правильное положение рук, ног, головы, порядок выполнения движений, артистичность, ритмичность, попадание в музыку.

Отработка выразительности исполнения и артистизма

Итоговое занятие

Подведение итогов. Диагностика.

1.4. Планируемые результаты

Знания и умения:

-знают историю возникновения танца,

-знают разнообразные оттенки характера музыки (весёлый, спокойный, энергичный, торжественный), умеют определить и отразить их в движениях,

-знают музыкальный размер (2/4, 3/4, 4/4),

-знают строение музыкального произведения (вступление, музыкальные фразы, части),

-знают различные виды парных танцев: вальс, танго, самба, румба, ча-ча-ча, современный парный танец и умеют их отличать,

-знают положение правильной осанки и умеют ее поддерживать,

-знают виды поддержек,

-знают основные позиции в бальных танцах.

Умения и навыки:

-умеют различать темп музыки (медленно, быстро и очень быстро),

-умеют различать динамические оттенки (тихо, громко),

-выполняют движения с различной силой, амплитудой, в зависимости от динамических оттенков,

-умеют менять движения в зависимости от смены музыкальных частей и фраз,

-владеют навыками исполнения, основными шагами и позициями бальных танцев

-умеют взаимодействовать в парах и в ансамбле

-умеют грамотно и самостоятельно исполнять танцевальные комбинации.

Блок №2 «Комплекс организационно – педагогический условий»

2.1. Календарный учебный график

Учебный год по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мир бальных танцев» начинается с «1» сентября и заканчивается «31» мая, число учебных недель по программе - 36, число учебных дней – 72, количество учебных часов – 72 (Приложение 1).

2.2.Условия реализации программы

Материально-технические условия

1.Кабинет: соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима (16 -18 градусов Цельсия; влажность воздуха должна быть в пределах 40-60 %), противопожарным требованиям, оснащенный зеркалами, хореографическими поручнями, наличие костюмерной, раздевалки.

2.Технические ресурсы: компьютер, магнитофон, музыкальный центр, аудио- и видеозаписи.

2.3. Формы аттестации

Для оценки результативности учебных занятий, проводимых по дополнительной общеразвивающей программе применяется:

Текущий контроль - осуществляется в конце каждого занятия для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания, наблюдение, опрос.

Промежуточный контроль – проводится в конце 1-го полугодия. Задачами контроля являются выявление уровня освоения учащимися программы, определение изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Оценивается правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части, творческий подход, артистичность.

Форма контроля:

выполнение контрольных упражнений, тестирование, опрос, наблюдение, участие в концертных выступлениях.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов по программе

при проведении текущего контроля:

-журнал посещаемости творческого объединения;

-отзывы родителей о работе творческого объединения.

при проведении промежуточной аттестации:

-аналитическая справка по итогам проведенной аттестации;

Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов являются танцевальные номера.

2.4. Оценочные материалы

При оценивании учебных достижений учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мир бальных танцев» разработаны пакет оценочных и контрольно-измерительных материалов (Приложение 2).

2.5. Методические материалы

Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мир бальных танцев» проводится в очной форме.

Программа основана на следующих **принципах**:

- принцип целенаправленности: развитие личности посредством выполнения учебной программы;
- принцип овладения учебным материалом от простого к сложному: развитие творческих способностей у обучающихся путем совершенствования исполнительского мастерства;
- принцип наглядности: использование музыкального оформления занятия, обязательный показ педагога при изучении основ хореографии, использование видеоматериалов по хореографии, как лучших примеров исполнительского мастерства;
- принцип доступности и учета возрастных особенностей обучающихся;
- принцип дифференцированного подхода – учитывается уровень способностей учеников;
- принцип самовоспитания и самосовершенствования – дети учатся самооценке.

Методическое обеспечение программы

№	Название раздела	Формы занятий	Методы, приемы, техническое оснащение	Формы подведения итогов
	Вводное занятие	Беседа, показ, диагностика, практическое задание, тестирование	Словесные методы: беседа, диспут. Наглядные методы: фото-материалы, видео-материалы.	Начальная диагностика
I.	История танца	Рассказ, беседа, показ материалов	Словесные методы: беседа, диспут. Наглядные методы: фото-материалы, видео-материалы. Техническое оснащение: Интернет ресурсы.	Тестирование
II.	Основы бального танца	Беседа, показ, практическое задание, комплексы упражнений, диагностика, тренинг	Словесные методы: беседа, рассказ, постановка и объяснение задач. Наглядные методы: показ движений, фото- видео-материалы. Техническое оснащение: диски, магнитофон.	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения
III.	Поддержки в парах	Беседа, показ, практическое задание, комплексы упражнений, диагностика, тренинг	Словесные методы: постановка и объяснение задачи. Наглядные методы: фото-материалы, видео-материалы, показ движений.	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
IV.	Развивающие уроки	Беседа, показ, практическое задание, игровой стрейчинг, пластическая импровизация, сюжетно-ролевые игры, тренинг	Словесные методы: беседа, урок по актерскому мастерству. Наглядные методы: показ элементов пластических импровизаций, фото- видео-материалы. Техническое оснащение: диски, магнитофон.	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
V.	Современный парный танец	Беседа, показ, практическое задание, комплексы упражнений, диагностика, тренинг, игровой стрейчинг, пластическая импровизация	Словесные методы: беседа, рассказ, постановка и объяснение задач. Наглядные методы: показ движений, фото- видео-материалы, показ элементов пластической импровизации. Техническое оснащение: диски, магнитофон.	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения

VI.	Работа над концертными номерами	Практическое задание, отработка техники исполнения, игровой стрейчинг	Словесные методы: постановка и объяснение задачи. Наглядные методы: показ движений, видео-материалы. Техническое оснащение: диски, магнитофон.	Зачет
	Итоговое занятие	Диагностика, тестирование, зачёт	Словесные методы: дискуссия, беседа. Наглядные методы: фото - материал по итогам года. Техническое оснащение: диски, магнитофон.	Зачет

2.6.Список литературы

Литература для педагогов:

1. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. [Текст]– Ростов н/Д: «Феникс», 2004.
2. Копорова Е.В еждений среднего профессионального образования. [Текст]- М., Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001.
3. Лиф И.В. Ритмика. [Текст]- М., Академия , 1999.
4. Методическое пособие по ритмике. [Текст]-М., 1978.
5. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев. – Перевод и ред. Ю.С. Пина. [Текст]- М., С-П., 1993.
6. Немов Р.С. Общая психология: Учебная деятельность студии образовательных учр 1. Гусев С.И. Детские бытовые массовые танцы. [Текст]-М., 1985.
7. Новые бальные танцы. [Текст]-М., 1980.
8. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. [Текст]- Лондон. Имперское общество учителей танцев. Перевод и ред. Ю.С. Пина. – М., С-П., 1992.
9. Пересмотренные направления и формы обучения танцам. – Перевод и ред. Ю.С. Пина. [Текст]- М., С-П., 1995.
10. Светинская В.Н. Современный бальный танец. Учебное пособие. [Текст]- М., 1976.
11.Современный бальный танец. Под редакцией В.М.Стриганова и В.И.Уральской. [Текст]-М., Просвещение 1978.
12. Строганов В.Н. Современный бальный танец. [Текст]- М., 1975.
13. Ткаченко Т.С. Народный танец. [Текст]-М., 1980.
14. Уральская В. Разрешите пригласить! Репертуарный сборник. [Текст]М., 1973.

Литература для детей:

1. Вербицкая А.В. Основы сценического движения. – [Текст]-М., 1973.
2. Гринберг Е.Я. Растем красивыми. [Текст]- Новосибирск, 1992.
3. Земская И. Свет мой, зеркало, скажи. [Текст]- Новосибирск, 1984.
4. История костюма. [Текст]-М., Искусство, 1996.
5. Как построить свое «я». [Текст]- М., Педагогика, 1991.

Интернет ресурсы:

1. Бальный танец в становлении личности: история и современность [Электронный ресурс]. – Режим доступа. (http://knowledge.allbest.ru/culture/2c0a65625a2ad78a4d53a88521216d37_1.html)
2. Гендерные отличия спортсменов подросткового возраста в бальных танцах [Электронный ресурс]. – Режим доступа.

(http://www.informio.ru/publications/id736/Gendernye-otlichijasportsmenov-podrostkovogo-vozrasta-v-balnyh-tancah)
3. Содержание программы «Музыка с мамой» [Электронный ресурс]. – Режим доступа. - http://www.mama-music.ru/list.html
4. Философия и этика бальных танцев. [Электронный ресурс]. – Режим доступа. - http://dnevniki.ykt.ru/maverick/437747

2.7. Глоссарий

Адаптация – процесс активного приспособления ребенка к условиям социальной среды с помощью мероприятий по установлению соответствия поведения воспитанника принятым в обществе правилам, нормам и ценностям или корректировке несоответствия такого поведения; вид взаимодействия его с социальной средой.

Анкетирование – метод получения информации, основанный на опросе людей для получения сведений о фактическом положении дел.

Апломб – устойчивость или равновесие, главным стержнем которого является позвоночник.

Арабеск – основная поза классического танца.

Беседа – метод получения информации на основе вербальной коммуникации; относится к методам опроса.

Внеклассная воспитательная работа – организация педагогом разных видов деятельности воспитанников во внеурочное время.

Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставе.

Группа – относительно стабильная совокупность людей, связанных общими отношениями, деятельностью, ее мотивацией и нормами.

Деми и гранд плие – маленькие и большие приседания.

Деятельность – форма психической активности.

Жест, язык жестов – система жестов и телодвижений, используемая в танцевальной лексике.

Завязка – событие, порождающее конфликт, она начинает развитие действия в танце.

Инициатива – внутреннее побуждение к самостоятельным, активным новым формам деятельности.

Классический экзерсис – комплект упражнений и движение, который исполняется сначала у станка, затем на середине зала.

Классический танец – вид хореографической пластики, построенный на определенных и строгих законах.

Композиция – сочинение хореографа из различных танцевально-пластических элементов, образующее единое целое.

Компетентность – уровень образованности личности.

Координация – соответствие и согласие всего тела.

Концовка – окончательное движение, характерное для мужского танца.

Кульминация – постепенное нагнетание действия.

Личностный подход – последовательное отношение педагога к воспитаннику, как к личности.

Мотивация – совокупность стойких мотивов побуждений, определяющих содержание.

Мотив – побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением потребности; осознаваемые причины, которые обуславливают выбор действий и поступков.

Музыкально-подвижные игры – ведущий вид деятельности дошкольника, связанный с приемами имитации, подражания, соревнований, образных сравнений и ролевых ситуаций.

Наглядность – предполагает непосредственное зрительное восприятие.

Натянутый подъем – стопа опущена пальцами книзу, носок оттянут вниз.

Образовательный мониторинг – форма организации сбора, хранения, обработки и распространения информации о деятельности педагогической системы, обеспечивающая непрерывное отслеживание ее состояния и прогнозирование ее развития.

Практика – материальная, целеполагающая деятельность человека.

Подбор репертуара – творческий и индивидуальный процесс для каждой группы воспитанников.

Подъем сокращенный – стопа тыльной поверхностью поднята к передней поверхности голени.

Поза – статичное положение тела, выражающее определенное состояние и настроение.

Познавательная деятельность – один из видов индивидуальной и групповой работы в учреждении дополнительного образования детей, которая используется для расширения и углубления у воспитанников знаний и способов познавательной активности, как в учреждении, так и дома.

Позиции ног – точная пропорция, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение и тело при этом находится в состоянии покоя или в движении.

Позиции рук – правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

Постановка тела – корпус в вертикальном положении, позвоночник вытянут, плечи и грудная клетка раскрыты, лопатка оттянута к пояснице, голова держится прямо.

Педагогическая диагностика – система специфической деятельности педагогов, призванная выявить определенные свойства личности для оценки (измерения) результатов обучения и воспитания.

Релеве – поднимание на пальцах.

Рисунок танца – исходный материал, рожденный традицией народа и обязательной характеристикой каждой хореографической композиции.

Ритмика – выразительное движение тесно связанное с музыкой.

Роль – образ, воплощенный в сценической версии.

Репертуар – подбор произведений, исполняемых в концертах.

Рефлексия – внутренняя деятельность человека, ориентированная на самопознание, осмысление своих действий и состояний. Это не просто знание и понимание субъектом самого себя, но и выявление того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные (связанные с познанием) представления.

Репетиция – подготовительное, пробное исполнение произведения.

Самостоятельная работа – способность личности к деятельности, совершаемой без вмешательства со стороны.

Стопа – сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат, являющий опорой тела человека и регулятор функции равновесия.

Сюжет – система событий в произведении, раскрывающая его основной конфликт.

Танцевальный шаг – амплитуда, способствующая высоте прыжка, который обеспечивает широту и свободу движений.

Тестирование – метод получения информации, основанный на выполнении пробных заданий, прохождении испытаний.

Толерантность – терпимость и принятие иных верований, национальных обычаев и традиций.

Ценность – принятое в философии, этике, социологии понимание, с помощью которого характеризуется социально-историческое значение чего-либо для общества и личности, имеющего личностный смысл для индивидов определенных явлений действительности.

Школа танца – внутренний слой, который несет в себе исполнитель, трактующий то или иное танцевальное произведение.

Умение – освоенный способ выполнение действия.

Эмоциональный настрой – свойство человека, характеризующее содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Язык танца – создания мира общения чувств и эмоционального контакта.

Термины бального танца

База - внутренняя поверхность бёдер.

Баунс - сокращение мышц живота.

Бейзик — фасон бального платья, обязательный для выступления на конкурсах для леди младших возрастных категорий.

Вариации - определённый набор танцевальных фигур, исполняемых танцорами во время соревнований и показательных выступлений по собственному выбору.

Венский вальс — танец Европейской программы, исполняется на соревнованиях начиная с D класса. Музыкальный размер — 3/4 , темп — 60 тактов в минуту

Возрастные категории — классификация танцоров по возрасту. Используется для создания равноценной конкуренции на соревнованиях.

Джайв — танец Латиноамериканской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с E класса. Музыкальный размер 4/4, темп — 44 такта в минуту

Европейская программа (стандарт) — включает в себя 5 танцев: медленный вальс, венский вальс, медленный фокстрот, квикстеп, и танго. Танцы этой программы характеризуются постоянным контактом партнеров в

паре за счет характерного соединения поднятых на уровень плеч рук (лодочка) и контакта в нижней части тела. На конкурсе исполняются в следующем порядке: медленный вальс, танго, венский вальс, медленный фокстрот и квикстеп.

Импетус — фигура в бальных танцах.

Квикстеп — танец Европейской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с ШБТ. Музыкальный размер — 4/4 , темп — 50 тактов в минуту

Латиноамериканская программа (латина) — включает 5 танцев: самба, ча-ча-ча, румба, пасодобль и джайв.

Линия танца — траектория, по которой движутся танцоры на танцевальной площадке. В самом общем виде представляет собой замкнутый круг, движение по которому происходит против часовой стрелки (по линии танца)

Медленный вальс — танец Европейской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с Hobby класса. Музыкальный размер — 3/4 , темп — 30 тактов в минуту

Медленный фокстрот — танец Европейской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с С класса. Музыкальный размер — 4/4 , темп — 30 тактов в минуту

Музыкальность — одна из основных характеристик исполнения танца. Характеризуется, во-первых, адекватной передачей в танце эмоционального содержания музыки, во-вторых, художественным заполнением ритма музыки, которое в эстетических целях допускает определенную агогику

Обувь — должна соответствовать требованиям, которые касаются покроя (фасона), материалов, используемых для подошвы и верха, формы и расположения каблука. Для Европейской и Латиноамериканской программ используются разные фасоны обуви. На каблуки женских туфель должны надеваться накаблучники

Ограничения по костюмам — чем младше танцоры, тем больше ограничений по костюмам, которые касаются фасонов костюмов и используемых материалов. Определенные ограничения по костюмам действуют всегда.

Ограничения по фигурам — чем ниже класс, в котором выступают танцоры, тем меньшее количество фигур разрешено танцевать. Ограничения по фигурам прекращаются начиная с В класса.

Паркет — покрытие танцевальной площадки. Принципиальное значение имеет качество паркета: отсутствие щелей, неровностей и прочих дефектов. Для правильного и безопасного исполнения танца паркет покрывается тонким слоем парафина.

Пасодобль- танец Латиноамериканской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с С класса. Музыкальный размер 4/4, темп — 62 такта в минуту. Танец обладает весьма сложной композиционной

структурой. В музыке выделяются три части (джипси), в которых, в свою очередь, выделяются структурные подразделения.

Ритм — одна из основных характеристик музыки и танца. Характеризуется чередованием звуков (музыка) или движений (танец) разной длительности. Разные фигуры в танцах имеют свой собственный, иногда довольно сложный ритм. Несоблюдение конкретного ритмического рисунка исполняемой фигуры и, особенно, несовпадение ритма музыки и танца являются самыми грубыми ошибками танцевания.

Румба — танец Латиноамериканской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с D класса. Музыкальный размер 4/4, темп — 27 тактов в минуту

Самба — танец Латиноамериканской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с ШБТ. Музыкальный размер 4/4, темп — 50 тактов в минуту

Танго- танец Европейской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с D класса. Музыкальный размер — 4/4 , темп — 33 такта в минуту

Телемарк — фигура в бальных танцах

Темп — одна из основных характеристик музыки, ее скорость. Измеряется количеством тактов либо количеством ударов в минуту. Разные танцы имеют разный темп. Самый медленный танец — румба (27 тактов в минуту). Самые быстрые — пасодобль (62 такта в минуту) и венский вальс (60 тактов в минуту).

Техничность — одна из главных характеристик танца. Характеризует качество движений. Чем оно выше, чем виртуознее владение телом, тем выше техничность. Излишняя концентрация на техничности грозит утратой эмоциональности и может привести к механистичности исполнения.

Телеспин - фигура в латиноамериканской программе бальных танцев.

Ча-ча-ча — танец Латиноамериканской программы, исполняется на соревнованиях, начиная с ШБТ. Музыкальный размер 4/4, темп — 30 тактов в минуту.

Эмоциональность — передача в танцевании эмоционального содержания музыки. Особую трудность представляет в конкурсном танцевании, поскольку танцоры, танцуют под незнакомую музыку.

Приложение 1

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Теоретическое занятие	1	Вводное занятие	Актовый зал	Начальная диагностика
2	Сентябрь			Практическое занятие	1	Вводное занятие	Актовый зал	Начальная диагностика
3	Сентябрь			Теоретическое занятие	1	История танца	Актовый зал	Тестирование
4	Сентябрь			Теоретическое занятие	1	История танца	Актовый зал	Тестирование
5	Сентябрь			Теоретическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
6	Сентябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
7	Октябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
8	Октябрь			Практическое	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос.

				занятие				Анализ и оценка выполнения
9	Октябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
10	Октябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
11	Октябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
12	Октябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
13	Октябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
14	Октябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
15	Октябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
16	Ноябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
17	Ноябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения

18	Ноябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
19	Ноябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
20	Ноябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
21	Ноябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
22	Ноябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
23	Ноябрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
24	Декабрь			Практическое занятие	1	Основы вальса	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
25	Декабрь			Теоретическое занятие	1	Танго	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
26	Декабрь			Практическое занятие	1	Танго	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
27	Декабрь			Практическое	1	Танго	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка

				занятие				выполнения
28	Декабрь			Практическое занятие	1	Танго	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
29	Декабрь			Практическое занятие	1	Танго	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
30	Декабрь			Практическое занятие	1	Танго	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
31	Декабрь			Теоретическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
32	Декабрь			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
33	Январь			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
34	Январь			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
35	Январь			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
36	Январь			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения

37	Январь			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
38	Январь			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
39	Февраль			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
40	Февраль			Практическое занятие	1	Латиноамериканские танцы	Актовый зал	Опрос. Анализ и оценка выполнения
41	Февраль			Теоретическое занятие	1	Поддержки в парах	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
42	Февраль			Практическое занятие	1	Поддержки в парах	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
43	Февраль			Практическое занятие	1	Поддержки в парах	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
44	Февраль			Практическое занятие	1	Поддержки в парах	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
45	Февраль			Практическое занятие	1	Актёрское мастерство	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
46	Февраль			Практическое	1	Актёрское мастерство	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка

				занятие				выполнения
47	Март			Практическое занятие	1	Актёрское мастерство	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
48	Март			Практическое занятие	1	Актёрское мастерство	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
49	Март			Практическое занятие	1	Импровизация	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
50	Март			Практическое занятие	1	Импровизация	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
51	Март			Теоретическое занятие	1	Сюжетно- ролевые танцы	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
52	Март			Практическое занятие	1	Сюжетно- ролевые танцы	Актовый зал	Наблюдение. Анализ и оценка выполнения
53	Март			Теоретическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения
54	Март			Практическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения

55	Март			Практическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения
56	Апрель			Практическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения
57	Апрель			Практическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения
58	Апрель			Практическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения
59	Апрель			Практическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения
60	Апрель			Практическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения
61	Апрель			Практическое занятие	1	Современный парный танец	Актовый зал	Наблюдение. Опрос. Анализ и оценка выполнения

62	Апрель			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
63	Апрель			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
64	Апрель			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
65	Май			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
66	Май			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
67	Май			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
68	Май			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
69	Май			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
70	Май			Практическое занятие	1	Работа над концертными номерами	Актовый зал	Зачет
71	Май			Практическое	1	Работа над концертными	Актовый зал	Зачет

				занятие		номерами		
72	Май			Комбинированное занятие	1	Итоговое занятие	Актовый зал	Зачёт

Приложение 2

Тестовые вопросы для проверки теоретических знаний по программе

1. Какой из перечисленных танцев не является частью латиноамериканской программы по бальным танцам?

а) Румба;
б) Самба;
в) Вальс;
г) Пасадобль.

2. Кто считается одним из основоположников стиля «модерн»?

а) Анна Павлова;
б) Вацлав Нижинский;
в) Михаил Барышников;
г) Айседора Дункан.

3. Какой из перечисленных танцев не является русским народным?

а) Барыня;
б) Кадриль;
в) Хоровод;
г) Гопак.

4. Для какой балерины композитор Щедрин написал балет «Кармен»?

а) Нина Ананиашвили
б) Майя Плисецкая
в) Ульяна Лопаткина
г) Галина Уланова

5. На сколько счетов исполняется танец вальс?

а) четыре
б) три
в) пять
г) два

6. Название какого танца произошло от названия города?

а) лезгинка
б) полька
в) краковяк
г) румба

7. Какой счет используется чаще всего при постановке всех видов танцев?

а) два
б) четыре
в) шесть
г) восемь

8. Какой народный танец положен в основу танца пасадобль?

а) испанский
б) русский
в) японский
г) молдавский

9. В какой стране придумали танец летка-енка?

а) Россия

б) Польша

в) Финляндия

г) Германия

10. Кто является основоположником классического балета в России?

а) Морис Бежар

б) Мариус Петипа

в) Юрий Григорович

г) Игорь Моисеев

11. Какая балерина была звездой «Дягилевских сезонов» в начале 20 века?

а) Галина Уланова

б) Майя Плисецкая

в) Анна Павлова

г) Марина Семенова

12. Какой из перечисленных танцев не является частью европейской программы по бальным танцам?

а) вальс

б) танго

в) фокстрот

г) румба

13. Какое количество танцев входит в состав латино-американской и европейской программ?

а) 12

б) 15

в) 10

г) 20

14. Сколько балерин исполняют партию «маленьких лебедей» в балете «Лебединое озеро»?

а) 4

б) 8

в) 10

г) 6

15. Какой танец зародился на основе «дворовых танцев»?

а) шейк

б) твист

в) брейк-данс

г) вальс