

**УПРАВЛЕНИЕ КУЛЬТУРЫ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ГОРОД КРАСНОДАР  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №6  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

**ПРЕДМЕТНАЯ ОБЛАСТЬ  
УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ ИСПОЛНИТЕЛЬСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

**ПРОГРАММА  
по учебному предмету**

**1.4. «Бальный танец»**

**г. Краснодар – 2021 год**

Рассмотрено на заседании  
Методического Совета  
Протокол № 1  
« 30 » 08 2021 г.



Утверждено  
Педагогическим Советом  
Протокол № 1  
« 30 » 08 2021 г.

Утверждено:

Приказ директора  
ДШИ №6 МО  
город Краснодар  
№ 180-Т

« 01 » 09 2021 г.



Программа разработана преподавателем Клинковой Е.Г. на основе типовой программы «Историко-бытовой и современный бальный танец» для хореографических отделений ДШИ (Москва, 1983г.).

Рецензенты:

**И.В. Гамарская**, преподаватель Высшей квалификационной категории методического подразделения хореографии ДШИ №6 МО город Краснодар

**Н.А. Марчихина**, преподаватель высшей категории ГБПОУ КК «Краснодарское хореографическое училище», Заслуженный работник культуры Кубани.

## РЕЦЕНЗИЯ

на программу учебного предмета "Бальный танец"  
дополнительной общеразвивающей программы  
в области хореографического искусства  
преподавателя ДШИ №6 МО город Краснодар Клинковой Е.Г.

Программа учебного предмета «Бальный танец» дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства составлена на основе типовой программы для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств «Историко-бытовой и современный бальный танец» (Москва, 1983г).

Представленная программа имеет четкую структуру, разработана подробно и последовательно, с отражением глубокого знания данной предметной области и соответствует современным стандартам оформления методических работ.

Структура программы включает в себя:

-раздел «Пояснительная записка», где определены цель и задачи программы, объем учебного времени, предусмотренный на реализацию учебного предмета, а также отражены основные аспекты организации учебного процесса;

-разделы «Содержание учебного предмета», «Требования к уровню подготовки обучающихся», «Формы и методы контроля, система оценок» дают ясное представление о комплексе умений, формируемых в рамках данной программы, о формах работы по их развитию о требованиях и критериях оценки приобретенных навыков.

- раздел «Методическое обеспечение учебного процесса» содержит рекомендации по организации образовательного процесса, объемный репертуарный список, разделенный по классам.

Программа позволяет в определенной последовательности использовать пути, средства и условия для успешного формирования знаний, умений и навыков у учащихся в освоении предмета «Бальный танец».

Программа имеет практическую значимость, соответствует современным требованиям к дополнительным общеразвивающим программам в области хореографического искусства и может быть использована в учебном процессе детской школы искусств.

преподаватель  
Высшей квалификационной  
категории методического подразделения  
хореографии  
ДШИ №6 МО город Краснодар



И.В. Гамарская

подпись удостоверяю  
Директор ДШИ №6  
МО город Краснодар



С.В. Плыгун

## РЕЦЕНЗИЯ

на программу учебного предмета "Бальный танец"  
дополнительной общеразвивающей программы  
в области хореографического искусства  
преподавателя ДШИ №6 МО город Краснодар Клинковой Е.Г.

Программа учебного предмета «Бальный танец» дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства составлена на основе типовой программы для хореографических школ и хореографических отделений школ искусств «Историко-бытовой и современный бальный танец» (Москва, 1983г).

Представленная программа имеет четкую структуру, разработана подробно и последовательно, с отражением глубокого знания данной предметной области и соответствует современным стандартам оформления методических работ.

Структура программы включает в себя:

-раздел «Пояснительная записка», где определены цель и задачи программы, объем учебного времени, предусмотренный на реализацию учебного предмета, а также отражены основные аспекты организации учебного процесса;

-разделы «Содержание учебного предмета», «Требования к уровню подготовки обучающихся», «Формы и методы контроля, система оценок» дают ясное представление о комплексе умений, формируемых в рамках данной программы, о формах работы по их развитию о требованиях и критериях оценки приобретенных навыков.

- раздел «Методическое обеспечение учебного процесса» содержит рекомендации по организации образовательного процесса, объемный репертуарный список, разделенный по классам.

Программа позволяет в определенной последовательности использовать пути, средства и условия для успешного формирования знаний, умений и навыков у учащихся в освоении предмета «Бальный танец».

Программа имеет практическую значимость, соответствует современным требованиям к дополнительным общеразвивающим программам в области хореографического искусства и может быть использована в учебном процессе детской школы искусств.

преподаватель  
высшей квалификационной категории  
ГБПОУ КК  
«Краснодарское  
хореографическое училище»,  
Заслуженный работник культуры Кубани

*подпись Н.А. Марчихина*  
*и.о. директора О.И. Левченко*



Н.А. Марчихина

## Пояснительная записка

Рабочая программа по бальному танцу составлена на основе типовой программы «Историко – бытовой и современный бальный танец. Москва, 1983». Данная программа имеет художественно-эстетическую направленность. Художественное обучение и воспитание детей в детских школах искусств является составной частью всестороннего гармоничного развития подрастающего поколения.

Данная программа приобщает к занятиям хореографическим искусством детей с разными физическими возможностями и способностями. Программа направлена на приобщение учащихся к богатству хореографического искусства, в частности, бального танца.

Обучение бальному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, даёт возможность учащимся овладеть разнообразием стилей, ритмов и манерой исполнения танцев различных народов.

Актуальность данной программы основана на социальном заказе муниципального образования, потенциале детской школы искусств № 6, а также запросом со стороны детей и их родителей.

### Цель программы:

- развитие гармонично развитой личности ребёнка через практическое овладение основами современного бального танца;

### Задачи программы:

#### *1. Обучающие:*

- обучить основам бального танца, изучая элементы различных танцев;
- выработать выносливость, силу, техническое мастерство, артистичность;
- обучить технике исполнения движений;
- обучить умению сочетания движений ногами с движением рук;

#### *2. Развивающие:*

- развить у учащихся физические качества (пластичность, гибкость, ловкость, координацию, выносливость);
- развить правильную осанку, чёткую координацию движений;
- развить чувство ритма;
- развивать стремление к совершенствованию.

#### *3. Воспитательные:*

- воспитывать культуру поведения на сцене, тактичное общение с партнёром в танце;
- формировать навыки здорового образа жизни;

- воспитать эмоциональную выразительность при исполнении разных танцев;
- воспитывать художественный вкус;

Программа рассчитана на пять лет. По семилетней программе изучение предмета «бальный танец» начинается с третьего года обучения.

Возраст детей 9(10) – 14(15) лет, что соответствует сложившейся практике обучения. Состав группы в среднем 10 человек. Условия набора детей: принимаются все желающие.

Занятия бальным танцем способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру.

Распределение задач по годам обучения построено по принципу последовательного систематического охвата всех необходимых тем. Порядок изучения тем выстраивается в направлении от общего к частному, от простого к сложному. В последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего года.

### **Сроки реализации образовательной программы**

- I год обучения – 68 часов в год;
- II год обучения – 68 часов в год;
- III год обучения – 68 часов в год;
- IV год обучения – 34 часа в год;
- V год обучения – 34 часа в год.

### **Формы и режим занятий**

Форма организации деятельности учащихся на занятиях – групповая.

- I год обучения два раза в неделю (по 40 минут);
- II год обучения два раза в неделю (по 40 минут);
- III год обучения два раза в неделю (по 40 минут);
- IV год обучения один раз в неделю (40 минут);
- V год обучения один раз в неделю (40 минут).

### **Примеры форм проведения занятий:**

- практическое занятие;
- конкурс;
- открытое занятие;
- контрольный урок;
- экзамен.

### **Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

*К концу первого года обучения бальному танцу ребёнок:*

- познакомится и овладеет основными позициями и положениями ног и рук, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов;

- начнёт развивать элементарные навыки координации движений;

- ознакомится с базовыми фигурами танцев «Медленный вальс» (W) (правая и левая перемены, правый и левый повороты по квадрату) и «Ча-ча-ча» (Ch) (основной шаг через шоссе в сторону, нью-йорк);

- ознакомится с простейшей техникой работы стопы и коленей при исполнении базовых фигур;

- научится исполнять изученные фигуры в паре.

***К концу второго года обучения ребёнок:***

- продолжит осваивать технику работы стопы и коленей;

- ознакомится с понятием «линия танца» и «направления в зале»;

- изучит фигуру «правый поворот» в танце W;

- изучит фигуру «рука к руке» в танце Ch;

- ознакомится с основным принципом движения танца «Самба» (S) – «баунс»;

- ознакомится с базовыми фигурами танца S (основной ход, виск);

- будет уметь анализировать музыкальный материал.

- научится исполнять изученные фигуры в паре.

***К концу третьего года обучения ребёнок:***

- изучит фигуру «левый поворот» в танце W;

- изучит фигуру «алемана» в танце Ch;

- изучит фигуры «стационарный самбаход» и «бота фога» в танце S;

- ознакомится с базовыми фигурами танца «Быстрый фокстрот» (Q) (малый и большой квадраты);

- ознакомится с усложнёнными ритмическими рисунками базовых фигур;

- будет знать и выполнять правила сценической этики.

- научится исполнять изученные фигуры в паре.

***К концу четвертого года обучения ребёнок:***

- приобретёт увлечённость и заинтересованность к занятиям современным бальным танцем;

- овладеет теоретическими понятиями и практическими знаниями основ современного бального танца;

- будет свободно ориентироваться в терминологии;

- будет уметь уверенно и эмоционально выступать на сцене перед различными категориями зрителей.

- изучит фигуры основной шаг через «лок-степ шоссе», «чек», «хоккейная клюшка» в танце Ch;

- изучит фигуры «спин - поворот», «прогрессивное шоссе» и «лок - степ» в танце W;

- изучит фигуры «вольта», «тенивое бота fogo» с танце S;
- изучит фигуры «четвертной поворот», «лок – степ шоссе» в танце Q;
- ознакомится с фигурой «правый поворот» в танце «Венский вальс» (V);
- ознакомится с базовыми фигурами танца «Джайв» (J) (основной шаг, смена по квадрату).
- научится исполнять изученные фигуры в паре.

***К концу пятого года обучения ребёнок:***

- изучит фигуры «стоп энд гоу» и «американский спин - поворот» в танце J;
- ознакомится с базовыми фигурами танца «Танго» (T) (поступательное звено, поступательный боковой шаг);
- будет свободно отличать друг от друга ритмы различных изученных танцев;
- освоит базовую технику исполнения изученных фигур;
- закрепит пройденный материал;
- повысит своё исполнительское мастерство.
- научится исполнять изученные фигуры в паре.

**Способы определения результативности**

- 3/7 - I год обучения – контрольные уроки (декабрь, апрель)
- 4/7 - II год обучения – контрольные уроки (декабрь, апрель)
- 5/7 - III год обучения – контрольный урок (декабрь), экзамен (апрель)
- 6/7 - IV год обучения – контрольные уроки (декабрь, апрель)
- 7/7 - V год обучения – контрольный урок (декабрь), экзамен (май)

**Контроль и учёт успеваемости** осуществляется в формах: концертных выступлений, открытых уроков, конкурсов, фестивалей. Регулярный контроль за развитием детей осуществляется на каждом занятии.

Вид контроля	Содержание	Форма контроля	Методы и способы контроля	Сроки контроля
начальный	повторение, освоение материала	открытое мероприятие	тренировочные упражнения	сентябрь
текущий	освоение учебного материала	родительские собрания, концерты	контрольное исполнение, публичное выступление	октябрь-январь
коррекция	ликвидация пробелов	открытые мероприятия, концерты	публичные выступления	февраль-март
итоговый	контроль	родительские	контрольное	апрель-май



контроль	выполнения поставленных заданий	собрания, открытые уроки, отчётный концерт	исполнение, публичное выступление	
----------	---------------------------------	--	-----------------------------------	--

### Учебно-тематический план

#### 1-й год обучения

№ №	Наименование разделов	Всего часов	Количество учебных занятий		
			теория	практика	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	
2	Основные положения ног, рук, головы и корпуса	2	1	1	
3	Базовые фигуры танца W	8	2	6	
4	Базовые фигуры танца Ch	8	2	6	
5	Простейшая техника работы стопы и коленей при исполнении базовых фигур	27	10	17	
6	Исполнение фигур в паре	20	2	18	
7	Контрольные уроки	2	-	2	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>68</b>	<b>17,5</b>	<b>50,5</b>	

#### 2-й год обучения

№ №	Наименование разделов	Всего часов	Количество учебных занятий		
			теория	практика	
1	Изучение направлений в зале	5	2	3	
2	«Правый поворот» в танце W	4	1	3	
3	«Рука к руке» в танце Ch	4	1	3	
4	«Баунс» в танце S	6	2	4	
5	Базовые фигуры танца S	8	2	6	
6	Техника работы стопы и коленей	15	5	10	
7	Исполнение фигур в паре	24	3	19	
8	Контрольные уроки	2	-	2	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>68</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	

#### 3-й год обучения

№ №	Наименование разделов	Всего часов	Количество учебных занятий		
			теория	практика	
1	«Левый поворот» в танце W	4	1	3	
2	«Алемана» в танце Ch	6	2	4	
3	Изучение новых фигур в танце S	10	4	6	
4	Базовые фигуры в танце Q	10	4	6	
5	Усложнённые ритмические рисунки базовых фигур	14	7	7	
6	Техника работы стопы и коленей	6	1	5	
7	Исполнение фигур в паре	16	2	14	
8	Контрольный урок	1	-	1	
9	Переводной экзамен	1	-	1	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>68</b>	<b>21</b>	<b>47</b>	

#### 4-й год обучения

№ №	Наименование разделов	Всего часов	Количество учебных занятий		
			теория	практика	
1	Новые фигуры в танце Ch	3	1	2	
2	Новые фигуры в танце W	3	1	2	
3	Новые фигуры в танце S	2	1	1	
4	Новые фигуры в танце Q	2	1	1	
5	«Правый поворот» в танце V	2	1	1	
6	Базовые фигуры в танце J	6	2	4	
7	Исполнение фигур в паре	14	1	13	
8	Контрольные уроки	2	-	2	
	ИТОГО:	34	8	26	

#### 5-й год обучения

№ №	Наименование разделов	Всего часов	Количество учебных занятий		
			теория	практика	
1	Новые фигуры в танце J	6	2	4	
2	Базовые фигуры в танце T	6	2	4	
3	Отработка и закрепление навыков исполнения изученных танцев	20	-	20	
4	Контрольный урок	1	-	1	
5	Выпускной экзамен	1	-	1	
	ИТОГО:	34	4	30	

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 1-й год обучения (3/7)

##### Позиции ног

Пять прямых

##### Позиции и положения рук:

-Европейская программа

Учебная рамочка

- Латино - американская программа

1. На поясе
2. Закрытая (в паре)
3. Открытая (в паре)
4. В стороны
5. Наверх

##### Медленный вальс

1. Правая и левая переменны

2. Правый и левый повороты по квадрату

Ча – ча – ча

1. Основной шаг через шоссе в сторону
2. Нью – Йорк

Простейшая техника работы стоп и коленей на базовых фигурах

**II -й год обучения (4/7)**

Изучение направлений в зале

1. Четыре основных
2. Четыре вспомогательных

Медленный вальс

1. Правый поворот

Ча – ча – ча

1. Рука в руке

Самба

1. Баунс
2. Основной ход
3. Виск

Техника работы стоп и коленей

**III-й год обучения (5/7)**

Медленный вальс

1. Левый поворот

Ча – ча – ча

1. Алемана

Самба

1. Стационарный самбаход
2. Батофого

Быстрый фокстрот

1. Малый квадрат
2. Большой квадрат

Усложнённые ритмические рисунки базовых фигур

**IV-й год обучения (6/7)**

Медленный вальс

1. Спин – повороты
2. Прогрессивное шоссе
3. Локк – степ

Ча – ча – ча

1. Локк - степ шоссе
2. Чек
3. Хоккейная клюшка

Самба

1. Вольта
2. Теневое бота фого

Быстрый фокстрот

1. Четвертной поворот
2. Локк – степ шоссе

Венский вальс

1. Правый поворот

Джайв

1. Основной шаг
2. Смена по квадрату

**V-й год обучения (7/7)**

Джайв

1. Стоп энд гоу
2. Американский спин – поворот

### Танго

1. Поступательное звено
2. Поступательный боковой шаг

### Отработка и закрепление навыков изученных танцев:

1. Медленный вальс
2. Ча – ча – ча
3. Самба
4. Быстрый фокстрот
5. Джайв Венский вальс
6. Танго

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Искусство бального танца позволяет выразить себя в движении, повышает физическую работоспособность, дарит здоровье.

Занимаясь бальным танцем улучшается осанка, фигура, развивается координация движений, укрепляется сердечно-сосудистая система, дыхательная система, опорно-двигательный аппарат, регулируются нервная и иммунная системы.

Занятия способствуют развитию целостной, гармоничной личности, достижению физического совершенства.

В процессе постановочной работы, репетиций, дети приобщаются к творчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. В ходе постановочной работы, на репетициях, учащиеся осваивают музыкально-танцевальную природу искусства. Развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

Педагог, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий, руководствуясь конкретными условиями.

Первостепенное значение в деле эстетического воспитания имеет музыка, которую слышат учащиеся на занятиях и в постановочной практике. Она должна быть доступной и художественной.

В основе преподавания бального танца лежит профессиональная методика, без которой учащиеся не смогут получить необходимые навыки.

Элементы бального танца, построенные по степени усложнения упражнения, подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

Урок бального танца состоит из разминки, и основной части.

В каждом последующем году, наряду с прохождением нового материала, должен закрепляться и пройденный ранее материал. Для этого его необходимо включать в более сложные комбинации движений, которые вырабатывают мышечную силу, координацию, выносливость, технику исполнения движений.

Исполнение сложных комбинаций развивает музыкальность, артистизм.

Предусматривается активная концертная деятельность учащихся, участие в фестивалях и конкурсах.

В мероприятия воспитательно-познавательного характера входят: подготовка и проведение отчётных концертов, выступления в школах.

Организационная работа строится с учётом целей и задач, содержания и формы работы. Она заключается в составлении расписания занятий в группах, ведении журнала посещаемости, составлении календарно-тематического планирования, организации групп по возрастам, знакомства с вновь пришедшими учащимися. Также частью организационной работы является: проверка внешнего вида учащихся, формы, одежды для занятий; беседы с родителями.

#### **Основные методы, применяемые при обучении:**

- наглядная демонстрация формируемых навыков (качественный, практический показ),
- словесное (обращение) объяснение (методика исполнения движений),
- сравнение,
- повторение.

Учащиеся должны знать терминологию современного бального танца, пользоваться ею на занятиях.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер, оно должно исполняться в такт музыке.

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание учащихся на активность мышц лица.

#### **Для успешной реализации данной программы имеются следующие условия:**

- зал с паркетным покрытием,
- хорошее освещение класса,

- музыкальная аппаратура,
- CD-диски,
- обувь,
- раздевалка,

## **Экзаменационные требования**

### **Переводной экзамен**

Экзамен по бальному танцу проводится в 5 классе (3 год обучения). На экзамене должен быть показан:

- изученные фигуры танцев S, Ch, W, Q;
- техника работы стопы и коленей при исполнении изученных фигур;
- музыкальность и артистизм при исполнении танцев.

Показывается весь материал программы данного года обучения.

### **Выпускной экзамен**

Экзамен проводится в конце 5-го года обучения 7/7. Включает все разделы пройденной программы.

Учащийся выпускного класса должен:

- быть артистичным;
- быть технически подготовленным;
- грамотно разбираться в музыкальных и ритмических особенностях изученных танцев;
- уметь ориентироваться на танцевальной площадке.

Программа Выпускного экзамена составляется с учётом наиболее полного раскрытия профессиональной подготовки и индивидуальности учащегося.

**Литература для преподавателя:**

1. Бальные танцы / ред. М.Жиламене. – Рига, 1954.
2. Танец / ред. Васильева Е. Д. – М.: Искусство, 1968.
3. Историко – бытовой танец / ред. Воронина И. А. – М.: Искусство, 1980.
4. Пересмотренная техника европейских танцев / пер. с англ. и ред. Ю.Пина. – СПб., 1993.
5. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев / пер. с англ. и ред. Ю.Пина. – СПб., 1993.
6. Современный бальный танец / Стриганова В. М., Уральская В. И. – М.: Просвещение, 1977.
7. Imperial Society of Teachers of Dancing. «The Ballroom Technigue».
8. Alex Moore «Ballroom Dancing».
9. Imperial Society of Teachers of Dancing. «The Revised Technigue of Latin-American Dancing».
10. Walter Laird «Technigue of Latin-Dancing».