

«Что такое социальные танцы? Актуальность проблемы.»

Преподаватель клуба социального танца МБОУ
дом культуры «Металлург»
Веселкова Светлана Александровна.

Содержание

- 1.Актуальность проблемы.
- 2.Результаты некоторых исследований.
- 3.Чем хороши занятия социальными танцами для детей?
- 4.Цели и задачи клубов социальных танцев.
- 5.Общая идея проекта.
- 6.Что такое социальные танцы?
- 7.Рассказ о танце+практика (показ,изучение основных элементов.)

Актуальность проблемы.

В организации досуга и массовой культуры традиционно большую роль играют различные танцевальные мероприятия и занятия танцами. В последнее время традиционные танцевальную и народную культуру вытеснили дискотеки, ночные клубы и рок-концерты. Раньше на традиционных танцевальных вечерах, балах и праздниках люди получали заряд здоровья и хорошего настроения, интеллектуально и культурно просвещались. На современных дискотеках и в ночных клубах чаще всего люди, и в особенности молодёжь, вместо здоровья и культурного общения в первый раз пробуют алкоголь, табак, наркотики, попадают под влияние криминальных элементов общества. Современная танцевальная и клубная музыка способствует возникновению таких состояний как агрессивность, подавленность, замкнутость, в результате которых часто развивается глубокая депрессия.

Некоторое время назад в городах было множество открытых танцевальных площадок, на которых танцевали люди всех возрастов. Практически любой молодой человек умел танцевать вальс и танго. В деревнях и сёлах люди по вечерам пели и танцевали русские народные танцы. Через такое общение люди развивались, учились друг у друга основам этики и общения. Сегодня во дворах не танцует и не поёт практически никто. Только если под воздействием алкоголя, сильно нарушая общественное спокойствие. Практически в любом дворе и подъезде вместо танцев и пения под гитару мы можем увидеть людей с бутылкой пива или другого алкогольного напитка, бесцельно убивающих своё здоровье и жизнь.

Бальные танцы превратились в дорогостоящий, малодоступный, особенно для школьников и студентов, профессиональный вид спорта. Народные танцы и народные песни вообще стали экзотикой, которой занимаются специализированные коллективы.

Современная массовая культура, вытеснившая традиционную, способствует деградации и дебилизации населения.

Поэтому мы считаем острой необходимостью возрождение традиционной культуры, в частности традиционной бальной и народной культуры

2.Результаты некоторых исследований.

Большой популярностью среди современной молодежи во всем мире

пользуются социальные латиноамериканские танцы, которые принято сокращенно называть сальса

Исследователи феномена сальсы выделяют ее коммуникативную,

эмоциональную, информационную, социализирующую, рекреационную и психотерапевтическую функции. Практики и преподаватели сальсы отмечают, что увлечение сальсой, несомненно, может влиять на психологические особенности личности, в первую очередь проявляющиеся в процессе общения и взаимодействия с другими людьми.

Словенские исследователи М. Пусник и К. Сичерл указывают, что одной из важнейших функций сальсы в обществе является терапевтическая функция. Они характеризуют сальсу как «терапевтический эмоциональный стиль», который может быть полезен для преодоления стрессов и кризисов жизни.

Занятия социальными латиноамериканскими танцами, взаимодействие в паре «меняют человека изнутри» говорят эксперты, «оказывают положительное влияние на внутреннюю структуру коммуникативной сферы личности». Очевидно, что подобные занятия показаны застенчивым людям, желающим измениться, людям, испытывающим дефицит в приемах и способах реализации общительности, для коррекции своего агрессивного поведения, направления своей агрессии в «правильное» русло.

Результаты исследования показали, что в процессе глубокого погружения в социальные латиноамериканские танцы

1) происходит гармонизация внутренних структур общительности и агрессивности, усиление склонности к конструктивным стилям поведения в конфликте (сотрудничество);

2) лишь 25% респондентов отмечают, что их образ жизни после начала занятий сальсой изменился менее чем на 50%, в большинстве случаев изменения приближены к 70-80%

3) изменения, которые происходят в жизни людей, занимающихся социальными латиноамериканскими танцами, сильнее всего касаются коммуникативной сферы и связаны с общением людей друг с другом и с самими собой.

4) изучение социальных представлений о сальсе и танце в целом в очередной раз подтверждает положительное влияние увлечения танцами на личностные особенности: оно побуждает к творчеству, вызывает положительные эмоции, открывает людей для взаимодействия, придает легкость коммуникации

5) танцоры отличаются и более конструктивным поведением в конфликте (предпочитают сотрудничество)

3. Чем хороши занятия социальными танцами для детей?

Танцы как альтернатива ничегонеделанию

-Известно, что дети, посещавшие какие-либо занятия, секции, кружки в детстве, во взрослой жизни также гораздо более активны и успешны

-Занятия развивают и физически, и духовно, и с точки зрения социальных навыков

- Занятия не требуют больших затрат (на инвентарь и прочее)
- У ребенка гарантированно будет множество друзей и первичные навыки общения с противоположным полом, на танцы могут приходить и родители.
- Занятия проходят непринужденно и весело, ребенок будет посещать их с удовольствием.
- Дети становятся более аккуратными и внимательными к своему внешнему виду (стыдно приходить на занятия грязным и неаккуратным)

Социальные танцы как альтернатива бальным танцам

Многие подростки «бальники» часто сожалеют о потерянном детстве, каждый их день расписан по минутам, каждый вечер (иногда – вместе с утром) занят тренировками, выходные – турнирами.

Дети становятся мастерами – но при этом теряют очень многое

Для успешного освоения социальных парных танцев требуется гораздо меньше времени и сил, в них гораздо больше творческая составляющая

На выступлениях у детей больше свободы в выборе стиля. Родителям не придется тратить большие деньги за участие их чада в турнире и на пошив костюма.

Социальные танцы как альтернатива эстрадным танцам и классической хореографии:

-Сохраняются преимущества в простоте освоения, о которых говорилось выше.

-В социальных танцах и танцевальной аэробике нет амплитудных движений(больших прыжков,сложных вращений),движений на пальцах,высоких поддержек,четких позиций рук,которые нарабатываются годами.

-Дети постоянно имеют возможность применять свои навыки на конкурсах и танцевальных праздниках.

-Ученики не теряются в толпе, никто не будет обижаться на то, что его поставили «седьмым лебедем у пятого пруда»

-Занятия в классических школах – тяжелые, изнурительные, всегда болезненные, при этом никто не гарантирует, что через несколько лет ребенку в связи с физиологическими изменениями, со слезами придется покинуть школу после грозного вердикта «данные у вас не очень».

Занятия социальными танцами доставляют большое удовольствие сами по себе, с них никто не выгонит и полученные навыки всегда пригодятся в жизни, даже если ребенку придется по тем или иным причинам уйти из танцев.

Социальные танцы и танцевальная аэробика, как альтернатива спорту

-Частота и интенсивность спортивных тренировок часто приводят к потере здоровья.(травмы)

-Дети, занимающиеся групповыми (или, того хуже, индивидуальными) видами спорта развиты физически, но из-за отсутствия свободного времени у них часто нет достаточного времени для общения со сверстниками.

В результате они чувствуют себя одинокими и потерянными, часто не знают, чем будут заниматься по окончании спортивной карьеры, отдав все спорту.

В 2013 году в доме культуры «Металлург» мною организован клуб социального танца «Пара». В клубе занимаются 10 пар (10-60 лет)

4. Цели и задачи клубов социального танца.

Цель программы

- Воспитание молодёжи и семьи в духе аристократизма и высоких морально-этических ценностей с помощью доступности и популяризации бальных танцев, традиционных танцев, балов и танцевальных вечеров. Формирования чести и достоинства у мужчин и стремления к красоте и проявлению женственности у женщин.
- Восстановление танцевальных культурных традиций, изучение истории танцевальной культуры.
- Оздоровление населения с помощью занятий танцами, балов, танцевальных вечеров.

Задачи, решаемые проектом

- Создание доступного массового процесса обучения детей, молодёжи и взрослого населения основам бальных танцев.
- Раскрытие эмоциональной сферы человека и его творческих способностей.
- Сплочение младших и старших поколений на основе общих интересов и совместных праздничных мероприятий.
- Изучение и восстановление культурных традиций России, формирование на их основе образа жизни, усиливающего и обогащающего жизнь своей страны.
- Организация культурного досуга жителей.
- Организация регулярного проведения различных танцевальных мероприятий для детей, школьников, для всех желающих – балы и танцевальные вечера, фестивали и конкурсы. В том числе во дворах домов, школах, институтах, домах культуры.
- Организация регулярных семинаров по истории танца и этике общения и поведения, которую воспитывают бальные танцы.
- Для людей, регулярно занимающихся танцами, создание условий для возможности выступления с номерами на концертах и мероприятиях, проводимых в районе.
- Организация инструкторских курсов для людей желающих обучать бальным танцам и проводить танцевальные мероприятия.

5. Общая идея проекта, суть того, чем мы занимаемся

Основная идея нашего проекта состоит в том, чтобы современные жители города, в особенности молодёжь, предпочитали проводить своё свободное время на балах, дворовых танцевальных вечерах с классической и традиционной музыкой, занимались танцами для улучшения своего здоровья и для культурного общения друг с другом. Мы хотим, чтобы после участия в таких мероприятиях люди заинтересовались историей и традициями своей страны. Мы хотим сделать регулярные танцевальные вечера и балы в нашем городе. А повсеместные летние открытые танцевальные площадки, на которых люди танцуют «для души», а не для спорта, должны украшать наш город. И семейные пары, и люди старшего возраста, в частности ветераны и пенсионеры, должны иметь возможность потанцевать у себя во дворе свои любимые танцы и пообщаться. На наш взгляд балы и танцевальные вечера должны возродить своё значение для общества, как основного места для встреч, знакомств и общения.

Данный проект успешно реализуется 2 года.

6. Что такое социальные танцы?

Социальные танцы — это вид танцевальных направлений, который ориентирован не на оттачивание мастерства для участия в соревнованиях, а на приятное времяпрепровождение в качестве досуга. Занятия социальными танцами дают возможность обмена эмоциями между партнёрами, позитивного общения, кроме того, позволяют поддерживать хорошую физическую форму, развивать координацию.

Социальные танцы являются парными. Распределение ролей следующее: мужчина — ведущий, женщина — ведомая. Таким образом, танцую, партнёры как бы прорабатывают свои жизненные роли: мужчины становятся инициативными, активными, а женщины — слушающими, создающими атмосферу гармонии и красоты.

Сегодня существует огромное множество социальных танцев, среди них сальса, зук, бачата, танго, хастл и т.д. Поэтому каждый человек может выбрать из этого многообразия то, что более всего соответствует его характеру.

Социальные танцы бывают простыми и более сложными для освоения.

Большое значение в этом виде танцевальной культуры имеет импровизация. Партнёр должен владеть техникой ведения партнёрши, что является весьма непростой задачей. Партнёрша, со своей стороны, должна слушаться (вестись), чувствовать движения партнёра и украшать собой общий танец.

Из вышесказанного видно, что социальные танцы дарят людям возможность для общения, как в рамках регулярных занятий, так и различных танцевальных вечеринок. Это тем более ценно в связи с тем, что в современном обществе человек зачастую замыкается в себе или погружается в виртуальную среду, испытывая острый недостаток живого общения.

Сегодня описываемый вид танцев продолжает оставаться модным трендом — танцевальные клубы во многих странах мира, включая Россию, посещают

как молодые люди, желающие познакомиться и интересно провести время с противоположным полом, так и взрослые, и пожилые. Для последних танец — это возможность почувствовать себя моложе, избавиться от одиночества. Итак, если вы заинтересовались социальными танцами, перед вами встанёт вопрос — какой же танец выбрать? Ниже мы расскажем о нескольких популярных танцевальных направлениях.

7. Рассказ о танце+практика (показ,изучение элементов)

Танго. Этот танец зародился в Аргентине, но сегодня он покори́л весь мир. В нём очень ярко проявляется импровизация и драматизм. Танго можно сравнить с маленьким спектаклем, в котором играют 2 актёра — мужчина и женщина. Это словно жизнь в миниатюре, наполненная горячей, но сдерживаемой на грани, южноамериканской страстью. Выбрав для себя танго — вы откроете в своей душе новые грани, ощутите сильнейший эмоциональный всплеск, о возможности которого раньше и не подозревали.

Сальса — кубинский танец свободы и любви. Для него характерны раскрепощённые и страстные движения. Сальса наполнена веселем, флиртом и заигрыванием друг с другом. В отличие от многих других социальных танцев, в сальсе нет постоянных пар: в процессе партнёры постоянно меняются. Таким образом, занимаясь сальсой, вы сможете научиться взаимодействовать с незнакомыми людьми, раскрепоститесь и откроетесь для весёлого непринуждённого общения. С технической точки зрения для сальсы характерны многочисленные хитросплетения рук, бесконечные повороты и виртуозные поддержки.

Хастл — танец, в основе своей очень простой, поэтому доступен для всех. Танцуется, как правило, под музыку в стиле "диско", пик популярности которой пришёлся на 80-е годы прошлого века. Есть несколько версия происхождения хастла. По одной из них, он зародился в Нью-Йорке как результат смешения разнообразных диско-танцев.

Бачата — широко распространена в странах Карибского бассейна. Возник этот танец в Доминиканской Республике, как танец бедняков, которые в нём пытались отвлечься от страдания и горестей своей тяжёлой жизни. Этот танец выражает такие эмоции как ностальгия, меланхолия и тоска. Таким образом, танцуя бачату можно пережить эти негативные чувства, и, тем самым,избавиться от них. Происходит своеобразная эмоциональная разрядка.

Ещё один социальный танец, о котором стоит сказать отдельно, называется — зук. Сегодня он популярен во Франции, Канаде, а зародился зук в 80-е годы 20-го века на франкоязычных островах Гваделупа, Мартиника, Гаити, Сент-Люсия. Для Карибского вида зука характерна близость партнёров. Они буквально вплотную прижимаются друг к другу бёдрами и талией, и танец

выглядит невероятно интимным и чувственным. А бразильский звук предъявляет к партнёрше особые требования по гибкости, при этом желательно, чтобы у неё были длинные волосы, так как во время танца девушке приходится часто закидывать голову и изгибаться как вбок, так и назад. Длинные волосы при этом намного усиливают эффект.

Социальные танцы сегодня — это уникальная возможность для занимающихся восполнить дефицит живого общения, поддержать свою физическую форму, познать себя и других людей через универсальный язык танца.

Источники информации

1. Программа школы социального танца «Волшебный танец». Проект «Танцы для здоровья»
2. Программа школы социального танца «Grande
3. Программа студии социального танца «Social Dance Studio