

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Республики Мордовия**

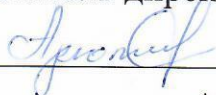
**Департамент по социальной политике городского округа Саранск**

**Управление образования**

**МОУ "Лицей №26"**

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по ВР



Арюткина С.Е.

Протокол №1  
от «30» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МОУ "Лицей №26"



Шабанова Ж.В.

Приказ № 119  
от «01» сентября 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная

(общеразвивающая) программа

**«Хореография»**

Направленность: общекультурная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 13-18 лет

Срок реализации программы: 1 год

Форма обучения: очная

Язык обучения: русский

**Саранск, 2023**

**Рабочая программа**  
**«Хореография для кадетских классов»**  
**для обучающихся 7-11 классов (от 13 до 18 лет)**  
Программа рассчитана на 1 год обучения.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа». Хореография, хореографическое искусство (от др.-греч. χορεία — танец, хоровод и γράφω — пишу) — танцевальное искусство в целом, во всех его разновидностях.

Танец — форма хореографического искусства, в которой средством создания художественного образа являются движения и положения человеческого тела.

Танцевальное искусство подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Развитие современного общества настолько стремительно, что подростки обращают внимание на окружающую их среду, реагируя на отношения общества эмоционально. Проявляя свои яркие эмоции в танце, дети получают заряд энергии в своих выступлениях перед родными и близкими им людьми.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Танцевальный материал дается в элементах и движениях, разучивается по правилам школы классического, народного и бального танца. Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценить хореографическое произведение, музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов, чувство товарищества и взаимопомощи.

**Новизна программы**

Данная образовательная программа была написана на основании анализа государственных программ для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. В данной программе представлен особый, более широкий комплексный подход к реализации цели и задач обучения, увеличен раздел хореографической подготовки. Обучающиеся овладевают навыками основополагающего принципа синтетического танцевального искусства, включая детальную предварительную работу с музыкальным материалом. Представленная программа «Хореография для кадетских классов» разработана для учащихся 7-11 классов общеобразовательной школы в возрасте 13-18 лет с учетом их возрастных возможностей и способностей.

### ***Актуальность***

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. Бальные танцы обязательно входят в воспитательную программу для кадетских классов.

Историко-бытовые и бальные танцы играют немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования.

В нашей школе проходит ежегодный праздник, ставший уже традиционным, «Посвящение в кадеты», где дети принимают активное участие и с большим воодушевлением пытаются передать красоту танца, его стиль и эпоху. Одной из задач программы является подготовка детей к Республиканскому «Кадетскому балу».

### **Педагогическая целесообразность программы**

На занятиях по программе «Хореография для кадетских классов» происходит массовое обучение основам бальной хореографии. Это, безусловно, поможет педагогическому коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения, например в подготовке школьных и внешкольных мероприятий. В то же время ученики, обучавшиеся бальному танцу, станут впоследствии носителями и пропагандистами отечественной и мировой бальной хореографии.

Освоение программы не ограничивается только конкурсными бальными танцами, так как все танцы, входящие в понятие «бальная хореография», имеют в образовательном процессе равные права, и настаивать на приоритете одного вида бальной хореографии (классического, народно-характерного, историко-бытового, спортивного и др.) является некорректным. Освоение разновидностей танцев, предлагаемых программой, направлено на пробуждение у школьников интереса и уважения к национальной культуре и искусству других народов.

Программа составлена с учетом планирования воспитательной работы в кадетских классах, которая предусматривает еженедельные занятия хореографией.

**Цель программы** - формирование личности школьника, идейно-нравственной направленности его сознания в отношении хореографической культуры.

#### **Задачи:**

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;
- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;
- обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами бального танцев, воспитать культуру движения.

В течение года следует стимулировать занятия обучения бальному танцу. Для этого целесообразно информировать танцевальные дуэты об их рейтинге в классе, школе, городе, республике. Роль информатора с успехом могут выполнять стенгазеты, фотогазеты, брошюры, буклеты и т.д. Хорошей традицией является награждение в конце каждого учебного года танцевальных пар по различным номинациям (самая результативная пара; самая техничная пара; самая обаятельная пара и т.д.) с последующим концертом или конкурсом с участием всех классов.

Истоки бального танца – в массовых социальных танцах. Социальные танцы делятся на две группы: дуэтные и линейные (исполняемые танцорами по одному, стоя, в линию). Эти группы танцев также являются материалом для проведения учебных конкурсов и подготовки концертных номеров.

В процессе реализации программы необходимо приобщить обучающихся к посещению концертов лучших хореографических коллективов, работающих в других жанрах хореографии.

Содержание программы является примерным. Учитель может корректировать объем изучаемого материала в зависимости от индивидуальных особенностей и возможностей учащихся.

**Отличительной особенностью** программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих **принципах**:

- принцип сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу;

- принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений;

- принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному;

- принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий;

- принцип гуманности в воспитательной работе (безусловная вера в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения);

- принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

В программе выделены следующие **направления**:

- развитие физических способностей детей;
- приобретение танцевально-ритмических навыков;
- работа над танцевальным репертуаром;
- музыкально-теоретическая подготовка;
- теоретико-аналитическая работа;
- концертно-исполнительская деятельность.

**Методы контроля и управления образовательным процессом** - это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия воспитанников хореографического кружка в школьных мероприятиях, оценка зрителей, членов жюри, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах; открытые занятия для родителей; выступления на тематических праздниках; организация и проведение конкурсов; участие пар в конкурсных программах разного уровня.

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения.

Формами педагогического контроля являются итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

Оценивая результат практической работы, а именно выступления обучающихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий эстетический вид исполнения, творческие находки и самостоятельность сочиненных комбинаций.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- входной - педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями, беседа с воспитателем (или учителем - классным руководителем);
- промежуточный – показательные выступления, участие в концертах и конкурсах;
- итоговый - творческий отчёт в форме контрольного урока или концерта.

При анализе уровня усвоения программного материала воспитанниками педагог использует карты достижений обучающихся, где усвоение программного материала и развитие других качеств ребенка определяются по трем уровням:

- максимальный – программный материал усвоен обучающимся полностью, воспитанник имеет высокие достижения (победитель международных, всероссийских, областных, районных конкурсов);
- средний – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок (участвует в смотрах, конкурсах на уровне Дома детского творчества, посёлка, школы);
- минимальный – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях (участвует в конкурсах на уровне коллектива).

### **Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса:**

- Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

- Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

- Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

- Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

- Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Программа предусматривает сочетание как групповых, так и индивидуальных занятий.

Занятия - 2 раза в неделю по 4 академ.час на каждую группу.

Группа № 1 - 7 кл., группа № 2 - 8 кл., группа № 3 – 9 кл., группа №4 – 11 кл

Индивидуальные занятия – 2 академ. час.в неделю.

Всего в неделю – 18 академ. часа. Всего на год –612 часов. На каждую группу – 136 ч. в год, всего индивидуальных часов на 1 год – 68 ч.

Наиболее подходящей формой для реализации данной программы является форма кружка.

Состав группы – не более 16 человек.

Процесс реализации программы предусматривает 2 ступени обучения.

I ступень – 7-8 класс – базовый уровень.

II ступень – 9-11 класс – основной уровень.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

## **ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

В результате реализации программы «Хореография для кадетских классов» обучающиеся должны знать:

- специальную лексику;
- позиции классического танца;
- танцы советских хореографов;
- основные историко-бытовые танцы;
- основные виды бальных танцев;
- базовые фигуры бальных танцев.

Обучающиеся должны уметь:

- точно и выразительно исполнять основные движения бального танца;
- артистично двигаться под музыку;
- создавать композиции из базовых фигур.

В процессе занятий бальными танцами должны быть освоены следующие понятия музыкальной грамоты: музыка – ритмическая и эмоциональная основа танца. Связь музыки и моторных реакций человеческого тела. Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Звук как наименьший 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. Понятие о метре (музыкальном размере). Двух- трех- и четырехдольные метры – основные музыкальные размеры танцевальной музыки. Длительности: 1/2, 1/4, 1/8, 1/16; 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.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Тема	Количество часов	
		1 ступень	2 ступень
1	Введение	2	2
2	Основы танца полька	9	9
3	Основы танца полонез	13	13
4	Основы танца мазурка	13	13
5	Отчётные концерты	6	6
6	Массовые советские танцы	21	21
7	Историко-бытовые танцы	39	39
8	Основы танца самба	9	9
9	Основы танца ча-ча-ча	9	9
10	Основы танца румба	12	12
11	Основы танца джайв	11	11
12	Основы танца танго	11	11
13	Основы танца медленный вальс	10	10
14	Основы танца венский вальс	15	15
15	Основы танца квикстеп	10	10
16	Индивидуальные занятия	68	68
17	Кадетский бал в г.Ардатов	10	10
18	Кадетский бал в г.Москва	22	22

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВОЙ СТУПЕНИ

### 1. Введение.

Тема: Вводное занятие:

-анкетирование детей.

Тема: Техника безопасности:  
-инструктаж по технике безопасности.

Тема: Начальная диагностика:

## **2. Основы танца полька**

Тема: Основы музыкальной грамотности:  
-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:  
-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:  
- основной шаг по линии танца;  
- основной шаг в сторону.

Тема: Постановка танцевальной композиции:  
-постановка упрощенного варианта танца полька

## **3. Основы танца полонез.**

Тема: Основы музыкальной грамотности:  
-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:  
-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:  
- основное движение вперед;  
- «обходка»;  
- баланс вперед.

Тема: Постановка танцевальной композиции:  
-постановка упрощенного варианта танца полонез.

## **4. Основы танца мазурка.**

Тема: Основы музыкальной грамотности:  
-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:  
-знакомство с направлениями движений в танце.  
- Основной шаг мазурки, разучивание мужских движений.  
- Элементы вращения.  
- Манера исполнения танца.  
- Соединение простых движений в комбинации.

## **5. Танцы советской программы.**

- Вару-вару
- Лимбо
- И-ха-ха
- Аргентина
- Кадриль
- Русский лирический
- Полянка
- Сударушка
- Чешская полька

## **6.Историко-бытовые танцы**

- Вальс-гавот
- Краковяк
- Миньон
- Падеграс



- Падепатинер
- Богемская полька
- Французская кадрили
- Экосез
- Испанский вальс
- Котильон «Аллея»
- Вальс-мазурка

## **6. Основы танца ча-ча-ча.**

Тема: Тема: Основы музыкальной:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

- перенос веса с ноги на ногу, выгибая колено назад, делая тазом восьмерку;
- открытое шассе влево - вправо (тайм-степ);
- основное движение без поворота и с поворотом влево;
- «чек»;
- рука к руке;
- полный поворот направо и налево;
- локк -шассе вперед и назад;
- ронд- шассе;
- хип твист шассе.

Тема: Постановка танцевальной композиции:

-постановка упрощенного варианта танца ча-ча-ча.

## **7. Танец - венский вальс.**

Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

- правый развернутый квадрат;
- левый развернутый квадрат с закрепиванием;
- перемены с П.Н. и с Л.Н;
- правый поворот;
- левый поворот.

Тема: Постановка танцевальной композиции:

-постановка танца венский вальс.

## **8. Основы медленного вальса.**

-Closed Changes – Закрытые перемены

- Natural Turn – Правый поворот

-Reverse Turn – Левый поворот

-Natural Spin Turn – Правый спин поворот

-Natural Turn with Hesitation (Hesitation Change) – Правый поворот с хезитейшн (перемена хезитейшн)

- Whisk – Виск
- Back Whisk – Виск назад
- Progressive Chasse (Syncopated Chasse) – Поступательное шассе (Синкопированное шассе)
- Outside Change – Наружная перемена
- Progressive Chasse to Right – Поступательное шассе вправо
- Chasse from PP – Шассе из П.П.

### **9. Основы танца квикстеп.**

- Quarter Turn to Right – Четвертной поворот вправо
- Quarter Turn to Left (Heel Pilot) (каблучный пивот) – Четвертной поворот влево
- Progressive Chasse – Поступательное шассе
- Natural Turn – Правый поворот
- Natural Spin Turn – Правый спин-поворот
- Natural Hesitation Turn – Правый поворот-хезетейшн

### **10. Итоговая диагностика.**

Тема: Отчетный концерт:

-демонстрация изученных танцевальных композиций.

В связи с целями и задачами, поставленными на данный учебный год, а также с характером творческих мероприятий и конкурсов, содержание тематического планирования может видоизменяться.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВТОРОЙ СТУПЕНИ**

### **1. Введение.**

Тема: Вводное занятие:

-анкетирование детей.

Тема: Техника безопасности:

-инструктаж по технике безопасности.

Тема: Начальная диагностика:

### **2. Основы историко-бытовых танцев**

Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Отработка основных движений историко-бытовых танцев

- Вальс-гавот
- Краковяк
- Миньон
- Падеграс
- Падепатинер
- Богемская полька
- Французская кадрили
- Эжосез
- Испанский вальс
- Котильон «Аллея»

- Вальс-мазурка

### 3. Основы танца - самба.

Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

Небольшие приседания на 1 и 2 ударах, после подъема на «и» ноги вместе;

- основное движение с правой и с левой ног;

- виск направо и налево;

- ход на месте с правой и с левой ног;

- ход самбы по одному;

- променадный ход в парах;

- корта- джака с П.Н. вперед и с Л.Н. назад;

- поступательная бота- фого лицом и спиной;

- вольта направо и налево.

Тема: Постановка танцевальной композиции:

-постановка упрощенного варианта танца самба.

### 4. Основы танца - ча-ча-ча.

Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Отработка основных движений танца.

- Basic Movement – Основное движение

- Shoulder to Shoulder – Плечо к плечу

-Progressive Walks fwd. And kwd – Поступательные шаги вперед и назад

-Spot Turns to Rand to L вправо – Поворот на месте вправо и влево

-Underarm Turn to Rand to L вправо – Повороты под рукой вправо и влево

- Check (New York) – Чек (Нью-Йорк)

- Hand to Hand – Рука в руке

-Alemana – Алемана

a) from fan pos.– Из позиции веер

b) from open pos.– Из открытой позиции

- Fan – Веер

- Hockey Stick – Хоккейная клюшка

- Natural Top – Натуральный волчок

### 5. Основы танца - румба.

Тема: Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

- Progressive Walks fwd. And kwd – Поступательные шаги вперед и назад
- Spot Turns to Rand to L вправо – Поворот на месте вправо и влево
- Underarm Turn to Rand to L вправо – Повороты под рукой вправо и влево
- Check (New York) – Чек (Нью-Йорк)
- Hand to Hand – Рука в руке
- Alemana – Алемана
- Opening Out to R – Раскрытие вправо
- Closed Hip Twist – Закрытый хип-твист
- Open Hip Twist – Открытый хип-твист
- Cucarachas – Кукарача
- Spiral – Спираль
- Side Step – Боковой шаг
- Fencing – Фехтование
- Fallaway (Aida) – Аида
- Cuban Rocks – Кубинские роки
- Curl – Локон

## **6. Основы танца - джайв.**

Тема: Основы музыкальной грамотности:

- музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

- знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

- открытое шассе направо и налево;
- открытое шассе вперед и назад;
- то же делая вместо шассе локк;
- два шассе вперед – два шассе назад;
- болл чейн дж;
- свивлы с носка на каблук, держась за опору;
- «Рок с ЛН, с ПН».
- «Променадное звено».
- «Променадное окончание».

Тема: Постановка танцевальной композиции:

- постановка упрощенного варианта танца джайв.

## **7. Основы танца - танго.**

Тема: Основы музыкальной грамотности:

- музыкально-ритмическая характеристика танца.

Тема: Ориентирование в пространстве:

- знакомство с направлениями движений в танце.

Тема: Изучение основ танца:

- ход вперед по маленькому кругу, поворачиваясь влево;
- «Левый квадрат» (корте вперед и назад);
- «Большой левый квадрат»;
- «Левый развернутый квадрат»;
- «Левый открытый развернутый квадрат»;
- «Левый развернутый квадрат назад»;

- «Левый открытый развернутый квадрат назад»;
- «Рок» (покачивание вперед и назад).
- «Поступательный боковой шаг».
- «Ход».
- «Рок-поворот».
- «Корте назад».
- «Поступательное звено».
- «Закрытый променад».
- «Основной левый поворот».
- «Открытый променад».
- «Форстеп».

Тема: Постановка танцевальной композиции:

-постановка танца танго.

### **8.Танец - медленный вальс.**

- Forward Lock Step – Локк-степ вперед
- Backward Lock – Локк назад
- Reverse Corte – Левое кортэ
- Telemark – Телемарк
- Open Telemark – Открытый телемарк
- Wing – Крыло
- Impetus Turn – Импетус- поворот
- Open Impetus Turn – Открытый импетус-поворот
- Chasse in PP – Шассе в ПП
- Weave – Плетение
- Weave from PP – Плетение из ПП
- Double Reverse Spin – Двойной левый спин

### **9. Танец - венский вальс.**

- Natural Turn – Правый поворот
- Reverse Turn – Левый поворот
- Change from natural turn to reverse turn – Перемена справа на левый поворот
- Change from reverse turn to natural turn – Перемена влево на правый поворот

### **10. Итоговая диагностика.**

Тема: Отчетный концерт:

-демонстрация изученных танцевальных композиций.

В связи с целями и задачами, поставленными на данный учебный год, а также с характером творческих мероприятий и конкурсов, содержание тематического планирования может видоизменяться.

№ п\п	Раздел	Тема	Количество часов на 1 учеб. год.					
			1 ступень			2 ступень		
			теор ия	прак тика	всего	теор ия	прак тика	всего
1	Введение	Вводное занятие.	1		1	1		1
		Инструктаж по ТБ.	1		1	1		1
2	Основы польки	Основы музыкальной грамотности	1		1			
		Изучение основ танца		4	4		4	4
		Постановка танцевальной композиции		4	4		4	4
3	Основы танца полонез	Основы музыкальной грамотности	1		1	1		1
		Изучение основ танца		6	6		6	6
		Постановка танцевальной композиции		6	6		6	6
4	Основы танца мазурка	Основы музыкальной грамотности	1		1	1		1
		Изучение основ танца		6	6		6	6
		Постановка танцевальной композиции		6	6		6	6
5	Танцы советской программы	Постановка танцевальной композиции						
	Вару-вару			4	4		4	4
	Лимбо			2	2		2	2
	И-ха-ха			2	2		2	2
	Аргентина			2	2		2	2
	Кадриль			2	2		2	2
	Русский лирический			3	3		3	3
	Сударушка			2	2		2	2
	Полянка			2	2		2	2
	Чешская полька			2	2		2	2
6	Историко-бытовые танцы	Постановка танцевальной композиции						

	Вальс-гавот			5	5		5	5
	Краковяк			3	3		3	3
	Миньон			3	3		3	3
	Падеграс			2	2		2	2
	Падепатинер			2	2		2	2
	Богемская полька			4	4		4	4
	Французская кадриль			4	4		4	4
	Экосез			5	5		5	5
	Испанский вальс			3	3		3	3
	Котильон «Аллея»			3	3		3	3
	Вальс-мазурка			5	5		5	5
7	Основы танца самба	Основы музыкальной грамотности	1		1	1		1
		Изучение основ танца		4	4		4	4
		Постановка танцевальной композиции		4	4		4	4
8	Основы танца ча-ча-ча	Основы музыкальной грамотности	1		1	1		1
		Изучение основ танца		4	4		4	4
		Постановка танцевальной композиции		4	4		4	4
9	Основы танца румба	Основы музыкальной грамотности	2		2	2		2
		Изучение основ танца		6	6		6	6
		Постановка танцевальной композиции		4	4		4	4
10	Основы танца джайв	Основы музыкальной грамотности	1		1	1		1
		Изучение основ танца		6	6		6	6
		Постановка танцевальной композиции		4	4		4	4
11	Основы танца танго	Основы музыкальной грамотности	2		2	2		2
		Ориентирование в пространстве	1		1	1		1

		Изучение основ танца		4	4		4	4
		Постановка танцевальной композиции		4	4		4	4
12	Основы танца медленный вальс	Основы музыкальной грамотности	1		1	1		1
		Ориентирование в пространстве		1	1		1	1
		Изучение основ танца		4	4		4	4
		Постановка танцевальной композиции		4	4		4	4
13	Основы танца венский вальс	Основы музыкальной грамотности	1		1	1		1
		Ориентирование в пространстве		1	1		1	1
		Изучение основ танца		8	8		8	8
		Постановка танцевальной композиции.		6	6		6	6
14	Основы танца квикстеп	Основы музыкальной грамотности	1		1	1		1
		Ориентирование в пространстве		1	1		1	1
		Изучение основ танца		4	4		4	4
		Постановка танцевальной композиции.		4	4		5	5
15		Индивидуальные занятия		68	68		68	68
16	Итоговая диагностика	Отчетные концерты		6	6		6	6
17	Кадетский бал в г.Ардатов	Участие в конкурсе		10	10		10	10
18	Кадетский бал в г.Москва	Участие в конкурсе		22	22		22	22
19	Итого:		16	290	306	16	290	306

## КОНТРОЛЬНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

### Режим занятий:

Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

### Формы занятий:



- **беседа**, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.
- **практические занятия**, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции.
- **занятие-постановка, репетиция** - отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.
- **заключительное занятие**, завершающее тему – занятие-концерт. Проводится для самих детей, педагогов, гостей.
- **выездное занятие** – посещение выставок, музеев, концертов, праздников, конкурсов, фестивалей.

На занятиях по **сольному исполнению** используются следующие методы обучения:

- наглядно-слуховой;
- наглядно-зрительный;
- репродуктивный;

Одним из ведущих приёмов обучения танцам детей является демонстрация педагогом манеры исполнения.

**Каждое занятие строится по схеме:**

- партерная гимнастика;
- экзерсис на середине;
- разучивание новых элементов и комбинаций;
- повторение пройденного материала;
- анализ занятия;
- задание на дом.

## **КОНЦЕРТНО-ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

Репертуар подбирается с учётом возрастных особенностей участников кружка и их способностей.

План концертной деятельности составляется на год с учетом традиционных школьных праздников, важнейших событий текущего года. Без помощи педагога дети выступают с разученным репертуаром на своих классных праздниках, родительских собраниях.

**Творческий отчёт** проводится один раз в конце учебного года и предусматривает:

- презентацию фото- и видеоматериала из выступлений;
- подведение итогов деятельности каждого ученика, награждение наиболее успешных и результативных;
- выступление на «Кадетском бале» .

Отчетный концерт – это финальный результат работы за учебный год. Обязательно выступают все дети, исполняется все лучшее, что накоплено за год. Основная задача педагога – воспитать необходимые для исполнения качества в процессе концертной деятельности, заинтересовать, увлечь детей коллективным творчеством.

Репетиции проводятся перед выступлениями в плановом порядке. Это работа над ритмом, динамикой, отшлифовывается исполнительская манера каждого исполнителя.

## **ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ**

1. Наличие специального кабинета (актовый зал).
2. Наличие репетиционного зала (сцена).
3. Музыкальный центр, компьютер.
4. Записи фонограмм в режиме «+» и «-».

5. Электроаппаратура.
6. Зеркало.
7. Записи аудио, видео, формат CD, MP3.
8. Записи выступлений, концертов.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

1. Васильева – Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1963
2. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2000 г.
3. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2002 г.
4. Боттомер, Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. – М.: Эксмо, 2003.
5. Г. Говард «Техника Европейского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
6. Кауль Н. «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы». Ростов -на- Дону, «Феникс», 2004 г.
7. Кнорова Е.В. Танцевальные кружки для старших школьников / Е. В. Кнорова, В. Н. Светинская – М.: Академия пед. наук, 1958.
8. Лерд У. «Техника Латиноамериканского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
9. Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М. А. Михайлова, Е. В. Воронина. – Ярославль, 2000.
10. Подласый И. П. «Педагогика: В 2 кн.», «Владос», 2003 г.
11. Реан А. А. и др. «Психология и педагогика», «Питер», 2004 г.
12. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К.Барышникова. – СПб., 1996.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Браиловская Л. В. «Самоучитель по танцам: вальс, танго, самба, джайв». Ростов -на-Дону, «Феникс», 2003 г.
2. Ермаков Д. А. «Танцы на балах и выпускных вечерах», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
3. Ермаков Д. А. «От фокстрота до квикстепа», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
4. Ермаков Д. А. «В вихре вальса», ООО «Издательство АСТ», 2003 г.

### Компьютерное и мультимедийное оборудование

1. Донни Бернс (DonnieBurns) - Танцевальный тренинг - Пасодобль [2007 г., Бальные танцы (Латина), DVD5] (Rus)
2. Донни Бернс (DonnieBurns) - Танцевальный тренинг - Румба (DanceTrainingRumba) [2007г., Латина. Бальные танцы/Latin. BallroomDance, DVDRip]
3. Донни Бернс (DonnieBurns) - Танцевальный тренинг - Самба (DanceTrainingSamba) [2007 г., Латина. Бальные танцы/Latin. BallroomDance, DVDRip]
4. Донни Бернс (DonnieBurns) - Танцевальный тренинг - Ча-Ча-Ча (DanceTrainingCha-Cha) [2007 г., Латина. Бальные танцы/Latin. BallroomDance, DVDRip]
5. Донни Бернс (DonnieBurns) - Танцевальный тренинг - Джайв (DanceTrainingJive) [2007 г., Латина. Бальные танцы/Latin. BallroomDance, DVDRip]

6. Методика преподавания СБТ. Принципы обучения начинающих. Латина. [2004 г., обучающее видео, DVDRip]
7. Леонид Плетнев. Учебный цикл «Линия танца». Латиноамериканские танцы.
8. Леонид Плетнев. Учебный цикл «Линия танца». Стандартные танцы. Часть 1 Учебный цикл «Линия танца». Стандартные танцы. Часть 2
9. Время танцевать! Стандарт 1
10. Время танцевать! Стандарт 2
11. Популярные английские вариации. Выпуск 1. Европейские танцы
12. Популярные английские вариации. Выпуск 2.
13. Популярные английские вариации. Выпуск 3.
14. Популярные английские вариации. Выпуск 4.
15. Позы в европейских танцах. Мирко Гоццолли и Алессия Бетти
16. Уроки латинской хореографии. Пол Киллик и Ханна Карттунен

### **Аудиоматериалы:**

1. CD Ballroom Fascination C&PCasaphon CP 5008.
2. CD Ballroom Nights C&P DansHaus CD-z4101.
3. CD UniversalBallroom 1 P Dancelif SAT 1026.
4. CD UniversalBallroom 3 P Dancelif SAT 1030.
5. CD Ballroom Passion C&P Casaphon CP 5007.
6. CD Ballroom Emotions C&P Casaphon CP 5005.
7. CD Ballroom Classics P Casa musica CM-BC 104.
8. CD Step by Step P&C Casa musica CP 5003.
9. CD Latin Music 8 C&P DansHaus 2009 10.CD Bailando P Casaphon CP 1011
10. CD Calor Latino CP Casa MusicaCP 1007
11. CD Latino Contigo CP Casa Musica CP 1010 13.DVD Урокилатинскойхореографии
12. DVD Время танцевать! Стандарт 2. 15.DVD Время танцевать! Стандарт 1.
13. DVD Популярные английские вариации. Выпуск № 1. Европейские танцы.
14. DVD Популярные английские вариации. Выпуск № 2. Латиноамериканские танцы.
15. Видеокассета №1. Аргентинское танго. «Видео-мастер» 2006.
16. Видеокассета №2. Ежегодные конгрессы педагогов Федерации танцевального спорта (ФТСР)

### **Ресурсы Internet:**

- <http://www.#Choreography>
- <http://www.#Dance>
- <http://www.BallroomGuide>
- <http://www.BallroomShelter>
- <http://www.DanceSportTotal>
- <http://www.EgilsSmagris>
- <http://www.InterDanceRu>
- <http://www.MariusMutin>
- <http://www.NationalDanceCouncil>
- <http://www.NoieladanzaItal>
- <http://www.TheWDSFAcademy>
- <http://www.thainguyendancesport>