

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» г. ПЕЧОРА**

РЕКОМЕНДОВАНО
методическим советом
Протокол № 1
от «04» сентября 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО
педагогическим советом
Протокол № 1
«08» сентября 2020 г.
Директор МАУ ДО «ДДТ»
_____ В.А. Шиповалова

Подписано цифровой подписью:
Шиповалова Виктория Александровна
Дата: 2021.01.25 16:44:24 +03'00'

**Дополнительная общеобразовательная -
дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Хореография в кадетском классе»**

Срок реализации: 5 лет.
Возраст учащихся: 11-15 лет.

Составитель: Соловьева Евгения Геннадьевна,
педагог дополнительного образования.

г. Печора
2020 г.

Раздел №1. Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты.

Пояснительная записка.

Направленность программы: художественная.

Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана дополнительная общеобразовательная – дополнительная общеразвивающая программа:

- Федерального Закона от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарные правила 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г.;
- приказ Министерства просвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказ Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года № 214-п;
- Приложение к письму Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми от 19 сентября 2019 г. № 07-13/631 «Рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
- Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества» г.Печора.

Актуальность. 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 и развитии детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно- физического, этического и художественно-эстетического развития и образования.

Новизна. Заключается в том, что создаются условия вхождения в мир искусства широкому кругу детей с разными танцевальными данными и способностями. Особое внимание уделяется сохранению эмоционального

контакта с педагогом и другими учащимися объединения, осознанию чувства солидарности и товарищеской взаимопомощи при выстраивании игры в ансамбле. Чувства одиночества, заброшенности и неприкаянности, связанные с особенностями становления личности подростка отступают, спасая его от скуки, формируя целостную самооценку и способность к установлению, развитию и сохранению позитивных отношений в группе и с другими людьми за её пределами. Для детей с недостаточным развитием танцевальных и физиологических способностей, требования, предусмотренные программой, могут быть скорректированы в соответствии с индивидуальными данными.

Педагогическая целесообразность программы.

На занятиях по программе «Хореография в кадетском классе» 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 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.

Отличительные особенности программы. Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Программа составлена с учетом планирования воспитательной работы в кадетских классах, которая предусматривает еженедельные занятия хореографией.

Адресат программы.

Программа рассчитана на обучение и воспитание учащихся в кадетских классах. Возраст учащихся 11-15 лет.

Число детей, одновременно находящихся в группе, составляет **от 7 до 30-ти человек.**

Вид программы по уровню освоения: содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии с базовым уровнем освоения программ.

Классификация программы на основе уровневой дифференциации:

Программа базового уровня.

Объём программы: 360 часов.

Срок реализации программы: 5 лет

Форма обучения – очная

Режим занятий:

Год обучения	Продолжительность занятий в неделю	Периодичность занятий в неделю	Количество недель в год	Всего в год
1	2 часа	1раз	36	72
2	2 часа	1раз	36	72
3	2 часа	1раз	36	72
4	2 часа	1раз	36	72
5	2 часа	1раз	36	72

Особенности организации образовательного процесса:

Состав группы постоянный. Занятия проводятся по расписанию, составленному согласно санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам. Продолжительность занятия 45 минут (с 10-минутным перерывом между ними для отдыха и проветривания помещения) 1 академический час.

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 учащегося.

Цель программы: формирование творческой и физически развитой личности учащихся через раскрытие их индивидуальных возможностей, посредством занятий хореографией.

Задачи:

Обучающие:

- формировать музыкально-ритмические навыки;
- обучать навыкам правильного и выразительного движения в области бального танца и историко-бытовой хореографии;
- обучать сценическому мастерству;

Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений;
- развивать приемы самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля, взаимоконтроля;

Воспитательные:

- формировать общественную активность, гражданскую позицию, культуру общения и поведения в социуме, навыки здорового образа жизни;
- воспитывать чувство товарищества и ответственности;
- развивать потребность в достижении успехов;
- формировать мотивацию учения, ориентированную на удовлетворение познавательных интересов;
- развивать такие личностные качества, как трудолюбие, целеустремлённость, выносливость.

Содержание программы

Содержание программы 1 года обучения

Цель: формирование основных теоретических знаний и танцевальных умений и навыков на основе овладения программным материалом.

Задачи:

Обучающие:

- формировать элементарные знания и умения (основная терминология, базовые движения и элементы);
- художественное просвещение в области хореографии;
- формировать знания о здоровом образе жизни (режим дня, питание, гигиена);

Развивающие:

- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость);
- развивать танцевальные данные (устойчивость, координацию);
- развивать ритmicность, музыкальность, артистичность и эмоциональную выразительность.

Воспитательные:

- приобщать учащихся к народной культуре и традициям;
- воспитывать чувства коллективизма, целеустремленности, трудолюбия;
- воспитывать эстетический вкус;

Учебный план 1 года обучения.

№	Название разделов, модулей	Количество часов			Формы аттестации, контроль
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	1	-	1	Опрос.
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	1	4	5	Наблюдение
3	Беседы о хореографическом искусстве.	2	-	2	Зачёт.
4	Хореографическая азбука.	-	6	6	Контрольный танец.
5	Танцевальный марафон.	4	54	58	Концерт.
	Итого объём программы:	8	64	72	

Содержание учебного плана 1 года обучения.

Вводное занятие: знакомство с планом работы на год; гигиена, обсуждение требований к внешнему виду (форма одежды, обувь, причёска) техника безопасности на занятиях хореографии, пожарная безопасность.

Ритмика, элементы музыкальной грамоты – (музыкально-ритмические навыки, знакомство с выразительными средствами музыки характер музыки (веселый, спокойный, энергичный, торжественный); темп музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро); динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, громко, очень громко); легато (связно), стаккато (отрывисто) закрепление теоретических знаний на практическом материале. Исполнение упражнений не передачу в движении под музыку различных темпов, динамических оттенков, характера музыки Умение слушать музыку, определять ее характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (очень медленно, медленно, умеренно, быстро, очень быстро). Умение выполнять движения в разных темпах. Различать разнообразные динамические оттенки музыки (очень тихо, тихо, умеренно, быстро, громко, очень громко). Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от динамических оттенков музыки. Понятие легато (связанно) и стаккато (отрывисто) в музыке .

Беседы о хореографическом искусстве. «Танец как вид искусства» «Виды и жанры хореографии».

Хореографическая азбука: постановка корпуса, поклон, позиции рук, позиции ног, разновидность танцевального шага, положение в паре.

Танец: «Веселая зарядка» (хлопки в ладоши, шаги, прыжки на обеих ногах, два хлопка по сторонам, покачивания головой вправо-влево, движения кистями рук к себе и от себя); «Приглашение» (шаги, шаг с поворотом вправо, мелкий бег, шаг с поклоном, поворот на шагах вокруг себя); «Страшак» (галоп, выставление ног вперёд на каблук, шаги); «Смени пару» (выставление ног вперёд на носок, галоп, тройной притоп, хлопки в ладоши партнёра) (тройной притоп, выведение ног с носка на каблук, галоп, шаг с ударом ступнёй об пол, хлопки в ладоши)

«Кик-марш» (маршевые шаги, кик ногой, шаг с приставкой, шаг в сторону с киком, chasse) «Пингвин» (поднятие и опускание носков стопы, удары подушечками стоп об пол, разведение и сведение стоп, поднятие на полупальцы ног и разведение пяток в стороны, шаги на всю ступню, притопы, покачивания)

«Лошадки» (флик ногой по полу, бег вперёд, шаги с фиксацией рабочей ноги у опорной) «Берлинская полька» (хлопки в ладоши, вынесение ноги в стороны на каблук, боковой галоп) «Полкис» (двойной подскок, перескоки, боковые прыжки, галоп с прыжком-пике) «Ритм-вальс» (шаги с ударом ногой об пол, шаги с фликом, шаги с ударом стопой об пол и продвижением назад, широкие шаги в стороны с наклоном, ритмичные постукивания полу

пальцами об пол, шаги с поворотом корпуса) «Сударушка» (тройные шаги, удары полу пальцами об пол, шаги с паузой, тройной шаг с ударом, шаги вперёд с выставлением ноги на каблук) «Падеграс» (шаг по 2 позиции с переносом веса тела, повороты и наклоны головы). Разучивание хореографических композиций - (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок)

Разучивание композиционных построений- (круг, полукруг, два круга, концентрические круги, колонна, цепочка, змейка, звёздочка, шахматное построение, воротца, корзинка, карусель) Работа над техникой исполнения, манерой и стилем.

Содержание программы 2 года обучения.

Цель: совершенствование основных знаний, практических умений и навыков учащихся.

Задачи:

Обучающие:

- формировать специальные знания и умения по курсу;
- художественное просвещение в области хореографии;
- формировать знания о характерных особенностях национальных танцев;

Развивающие:

- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость);
- развивать танцевальные данные (устойчивость, координацию);
- развивать ритmicность, музыкальность, артистичность и эмоциональную выразительность.

Воспитательные:

- приобщать учащихся к народной культуре и традициям;
- воспитывать чувства коллективизма, целеустремленности, трудолюбия;
- воспитывать эстетический вкус.

Учебный план 2 года обучения

№	Название разделов, модулей	Количество часов			Формы аттестации, контроль
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	1	-	1	Опрос.
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	1	4	5	Наблюдение
3	Беседы о хореографическом искусстве.	2	-	2	Зачёт.
4	Хореографическая азбука.	-	6	6	Контрольный танец.
5	Танцевальный марафон.	4	54	58	Концерт.
	Итого объём программы:	8	64	72	

Содержание учебного плана 2 года обучения.

Вводное занятие: знакомство с планом работы на год; обсуждение требований к внешнему виду (форма одежды, обувь, - техника безопасности на занятиях хореографии, пожарная безопасность).

Ритмика, элементы музыкальной грамоты: закрепление знаний, полученных на 1-м году обучения, связанных с выразительными средствами музыки (характер музыки, темп, динамические оттенки). -знакомство со строением музыкального произведения: вступление, часть, музыкальная фраза. Длительность, ритмический рисунок, музыкальный размер, метроритм. выполнение упражнений на отражение длительности в движении, исполнение ритмических рисунков хлопками, притопами, смена движений в зависимости от смены музыкальных частей, фраз.

Беседы о хореографическом искусстве. - «Развитие бального танца» Балы XIX века (музыка, костюм, причёска)

Хореографическая азбука: - позиции рук (подготовительная, I, II, III):

позиции ног (I, II, III – полу выворотные) - постановка корпуса

demi, grand plie (приседание резкое и плавное) - battement tendu (скольжение стопой по полу «носок-каблук» с demi plie, по всем направлениям) - battement tendu jete (маленькие броски) - releve (подъем на полу пальцы) - passe par terre (проведение ноги вперед-назад через 1 позицию) port de brase (наклоны и перегибы корпуса).

Танец: Изучение основ танца, музыкально-ритмическая характеристика танца, основной шаг танца, постановка танцевальной композиции - Французская кадрили (Интродукция, галоп, галоп по кругу, pas chasse вперед, назад и поворот, pas chasse и переходы дам, pas chasse и переходы кавалеров, поклоны)

- Вальс (Правый поворот, первая половина поворота, вторая половина поворота, поворот в паре, дорожка променадная) - Вальс «Дружба» (приставные шаги, покачивания, хлопки в ладоши, pas balianse, pas glissade).

Краковяк (pas de bascule, тройной шаг вперед с ударом стопы об пол и приставкой, полный вальсовый поворот) - Быстрый фокстрот

(Простой медленный шаг (М), chasse (ББМ), chasse вперед, назад, боковое chasse, правый поворот)- Чарльстон (двойной чарльстон, чарльстон с точкой вперед и назад, чарльстон с продвижением в сторону, вперед и назад, чарльстон с поворотом) – Сиртаки- основная связка, твист, раскачивание, подскоки с киком, галоп, простая дорожка, витая дорожка, ножницы, быстрый квадрат.

Джайв- (основное движение, раскрытие, закрытие, правый поворот, левый поворот волна, мена рук за спиной, спин-поворот) - Полонез

(шаги: бытовой и танцевальный, pas eleve, pas balianse, основной ход, основные положения рук, основные движения, учебная комбинация)

- Полька (подскоки, pas галопа, pas degage, основные положения рук, основные движения, учебная комбинация)

- танцевальный номер патриотического характера.

Содержание программы 3 года обучения.

Цель: активизирование внутреннего потенциала личности учащихся.

Задачи:

Обучающие:

- совершенствовать исполнительское мастерство учащихся;
- формировать навыки постановочной работы;
- формировать знания, умения и навыки исполнения танцев в танцевальных коллективах и сольно;

Развивающие:

- развивать умения коллективной и индивидуальной творческой деятельности учащихся;
- развивать творческое восприятие и мышление;
- развивать творческую активность.

Воспитательные:

- воспитывать потребность в дальнейшем повышении профессионального мастерства и применении практических навыков;
- приобщать к культурным ценностям и сохранению традиций своего народа;
- воспитывать адекватную самооценку.

Учебный план 3 года обучения.

№	Название разделов, модулей	Количество часов			Формы аттестации, контроль
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	1	-	1	Опрос.
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	1	4	5	Наблюдение
3	Беседы о хореографическом искусстве.	2	-	2	Зачёт.
4	Хореографическая азбука.	-	6	6	Контрольный танец.
5	Танцевальный марафон.	4	54	58	Концерт.
	Итого объём программы:	8	64	72	

Содержание учебного плана 3 года обучения.

1. Вводное занятие.

- Знакомство с планом работы на год; гигиенические требования к обуви, одежде; техника безопасности на занятиях хореографии.

2. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.

- Понятие о такте и затакте, переменный счёт, пунктирный ритм.
- Основные жанры музыки: марш, песня, танец, исполнение движений в соответствии с музыкальным произведением, построения и перестроения, музыкальные игры.

3. Беседы по хореографическому искусству.

- «Бальный танец первой половины XX века»
- «Латиноамериканский танец и его влияние на развитие бального танца»

4. Хореографическая азбука.

- Постановка корпуса; Позиции ног; Позиции рук;
- Перевод рук из положения в 1-ю. 2-ю, позицию и обратно.
- Положения рук в танцах:
- Руки на поясе (большой палец обращен назад)
- Подбоченившись (кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс)
- Девочки придерживают руками юбочку (руки в локтях закруглены)
- Руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движения
- Руки скрещены перед грудью одна рука на поясе, другая с платочком поднята в сторону - вверх и слегка согнута в локте
- Руки убраны за спину, поклон; Разновидность танцевального шага; сценический шаг на полу пальцах, легкий бег, поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя, удары стопой по 6-й и 3-й позиция
- танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной), притопы, хлопки в ладоши по одному и в паре
- движения плеч и корпуса: подъем плеч в различном темпе и характере
- поочередное выведение плеча вперед- наклоны корпуса вперед, назад, в сторону- движение головы; повороты направо -налево, в различном характере, вверх-вниз (с различной амплитудой), наклоны вправо -влево (с различной амплитудой).боковой галоп шаг польки прыжки по 6 поз, и поочередным выбрасыванием ног вперед. упражнения на ориентировку в пространстве , перестроение из колонны в шеренгу и обратно - круг, сужение и расширение круга; - свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг, -основные требования, предъявляемые к исполнению танцев: музыкальность, грамотность, красота и выразительность. Понятие об интервалах. Понятие о движении по линии танца и против линии танца. Понятие о ведущей роли мальчика в парном

танце. Понятие об ансамбле. Положение в паре.

Танец Изучение основ танца, музыкально -ритмическая характеристика танца, основной шаг танца, постановка танцевальной композиции Фигурный вальс шага, (вальсовая дорожка, повороты, квадрат). Кадриль (фигуры- «лодочка», «свечка», «звездочка», «круг», «ворота», «плечом к плечу». «моталочка», «молоточки», «повороты», «расчёска с поворотам». Виды шага народного танца «каблучный», «с носка», «припадание», «с пятки»; «крупный горох», «маленький горох», «бег с подбивкой», «шаг с поднятием ноги на 35 градусов», «хороводный». - Вальс – гавот(Plié, Soutenu en dedans, pas balancé, вальс в паре) Квик – степ (натуральный- спин-поворот, прогрессивное шассе, быстрый открытый , обратный поворот, четвертной поворот вправо) Рок-н-ролл (джаз-балет,- прыжки в стороны, шаги в сторону), холпы, буги вперёд-назад, хобби-ход, два броска, крест, бросковые двойные от колена, диагональ обычная, диагональ с точкой)

Краткое содержание танцевальных упражнений (положение рук, головы, шаги). Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок). Работа над техникой исполнения и стилем.

Содержание программы. 4 год обучения.

Цель: способствование развитию и формированию нравственно - эстетических и патриотических идеалов личности.

Задачи:

Обучающие :

формировать навыки правильного и выразительного движения в области историко-бытового танца;

-формировать у учащихся музыкально-ритмические навыки;

- обучать учащихся сценическому мастерству;

Развивающие:

формировать овладение учащимися приемами самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля, взаимоконтроля;

приобщать учащихся к творческой деятельности, участию в концертной деятельности;

Воспитательные:

- развивать способы общения в коллективе на основе

взаимоуважения, концентрации и мобилизации сил, для выполнения общих задач;

развивать такие личностные качества как трудолюбие, целеустремлённость, выносливость.

- способствовать формированию общей культуры учащегося, способного принять полученные знания и умения на практике, сознательно делать профессиональный выбор, успешно адаптировать в современном обществе;

Учебный план 4 года обучения.

№	Название разделов, модулей	Количество часов			Формы аттестации, контроль
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	1	-	1	Опрос.
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	1	4	5	Наблюдение
3	Беседы о хореографическом искусстве.	2	-	2	Зачёт.
4	Хореографическая азбука.	-	6	6	Контрольный танец.
5	Танцевальный марафон.	4	54	58	Концерт.
Итого объём программы:		8	64	72	

Содержание учебного плана 4 года обучения.

1. Вводное занятие

- Знакомство с планом работы на год; гигиенические требования к обуви, одежде; техника безопасности на занятиях хореографии.

2. Основные элементы историко-бытового танца

Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног.

- Поклоны и реверансы
- Шаги: (бытовые, танцевальные, лёгкие, скользящие)
- виды port de bra соло и в паре
- танцевальные комбинации на основе танцев «Полонез», «Полька», «Вальс».

3. Беседы по хореографическому искусству.

- «История возникновения вальса. Виды вальса».
- «Возникновение русского танца»

4. Хореографическая азбука

- подъем рук через стороны вверх и опускание вниз
- то же, с вращением кистей в одну и другую сторону
- вращения рук в локтевом суставе
- подъем и опускание плеч (поочередно и синхронно)
- круговые вращения плечами
- наклоны с поднятыми вверх руками справа – налево и обратно, постепенным

увеличением и уменьшением амплитуды движения.

- движения рук («волна») повороты и наклоны головы

Шаги: простые бытовые шаги, шаги на п/п, шаги с вытянутого носка, шаги на пятках, сочетание шагов носок-пятка, шаги с высоко поднятыми коленями, шаги в сторону с приставкой, шаги в сторону и точка (тэп) – удар носком о пол без переноса веса тела, шаг в сторону и кик – выброс свободной ноги по диагонали перед опорной ногой. Перенос веса тела с одной ноги на другую, подъем на полу пальцы и опускания на всю стопу, упражнения на развороты стоп, упражнения на устойчивость.

Прыжки: прыжки трамплинные по I , II , VI позициям

- прыжки с согнутыми коленями по VI позиции.
- бег с высоко поднятыми коленями.
- бег с подниманием ног вперед и назад.
- подскоки на месте с поворотом вправо, влево.
- шаг и подскок вперед, назад.
- наклоны корпуса вперед вниз вправо, влево.

5. Танец

Русский лирический танец («ковырялочка», переменный ход, «припадание», тройной шаг вперед и назад) - Французская кадриль (I, III V, фигуры) (Шаги, Pas chasse, Jete, Assamble, Glissade, Sissone)

Элементы русской пляски. Обучение ориентировки в пространстве. Работа над разными видами шагов. (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, легкий, пружинящий) Положение рук в русской пляске «Сударушка» (положение рук «свеча», приставной шаг, шаг-каблук, переменный ход) Вальс-гавот(основной шаг,реверанс, pas baliense de menuet, pas glissade, вальсовые повороты, променад)- Вальс-мазурка Pas gala (парадное па) pas couru (лёгкий бег), pas boiteux (хромой шаг), pas boiteux en tournant, tour sur place (поворот на месте), coup de talon (голубец), закрытый поворот, открытый поворот Кантри основные шаги, ритмические похлопывания, хлопки, галоп, прыжки, подскоки, галоп с прыжком, приставные шаги, переменный шаг. Полька-тройка. Танцевальные номера патриотического характера.

Содержание программы. 5 год обучения.

Цель - формирование художественно-эстетических качеств, творческих, исполнительских способностей, приобщение учащихся к культурным российским традициям и достижениям.

Задачи:

Обучающие

- дать учащимся представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;
- обучать танцевальному этикету и формировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;

Развивающие

- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования учащихся;
- формировать и сохранять правильность осанки учащихся; укрепление мышечного корсета средствами бального танца;

Воспитательные

- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;

Учебный план 5 года обучения.

№	Название разделов, модулей	Количество часов			Формы аттестации, контроль
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	1	-	1	Опрос.
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	1	4	5	Наблюдение
3	Беседы о хореографическом искусстве.	2	-	2	Зачёт.
4	Хореографическая азбука.	-	6	6	Контрольный танец.
5	Танцевальный марафон.	4	54	58	Концерт.
	Итого объём программы:	8	64	72	

Содержание учебного плана 5 года обучения.

1. Вводное занятие

- Знакомство с планом работы на год; гигиенические требования к обуви, одежде; техника безопасности на занятиях хореографии.

2. Основные элементы историко-бытового танца

- Постановка корпуса, плеч, головы.
- Позиции рук и ног (в применении к историко-бытовому танцу).
- Поклоны и реверансы.
- Разучивается поклон XVIII века

- в ритме вальса на четыре такта;
- в ритме полонеза на два такта;
- в ритме польки на два и один такт (книксен);

Шаги: - Pas de basque. Для упражнения можно проделать pas de basque восемь раз с продвижением вперед по линиям. При этом надо следить, чтобы обучающиеся продвигались вперед почти по прямой, меняя только положение корпуса и головы, не смещаясь сильно из стороны в сторону.

- Pas balance: на месте; с продвижением вперед и назад; с поворотом на 90°, 180°; в комбинации с шагами и поклонами. Pas вальса: -по линиям и по кругу с вращением соло в правую сторону; по линиям и по кругу с вращением в парах в правую сторону; простейшие комбинации вальса с другими танцевальными элементами (pas balance, pas de basque). - I, II, III, IV формы pas chasse и pas double chasse.

3. Беседы по хореографическому искусству «Современный бальный танец и его особенности» «Музыкальные стили и хореография XX века».

4. Хореографическая азбука. Упражнения на координацию и равновесие. Дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз. Профилактика нарушения осанки. Ласточка – стойка на одной ноге. Стойка на руках у стены. Стойка по позициям с закрытыми глазами. «Задуй свечу». Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дую на свечу. «Ленивая кошечка». Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как ко-шечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз.«Озорные щечки». Набрать воздух, сильно надувая щеки. Задержать дыхание, медленно выдохнуть воздух, как бы задувая свечу. Расслабить щеки. Затем сомкнуть губы трубочкой, вдохнуть воздух, втягивая его. Щеки при этом втягиваются. Затем расслабить щеки и губы. «Мигает фонарик». Быстрое и медленное мигание глазами.«Быстрый водитель» - смотреть вправо, влево, вверх, вниз, исполнять движения в разных темпах.«Кошка», «Рыбка», «Воробышек» - круги назад 6-8 раз согнутыми руками, отводя локти назад. «Волна» - согнуть ноги и подтянуть их к животу. Выпрямить, пауза и отпустить. «Мостик» - прогиб назад.

5. Танец Ча-Ча-Ча(перенос веса с ноги на ногу, выгибая колено назад, делая тазом восьмерку, открытое шассе влево - вправо (таймстеп), 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.

Джайв (открытое шассе направо и налево, открытое шассе вперед и назад, то же делая вместо шассе локк, два шассе вперед – два шассе назад, болл чейндж, свивлы с носка на каблук, держась за опору, «Рок с ЛН, с ПН»,

«Променадное звено», «Променадное окончание», «Правый твист поворот», «Мини файвстеп», «Файвстеп», «Левый поворот на поступательном боковом шаге».

Венский вальс. (правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат с закреплением перемены с П.Н. и с Л.Н, «Контра чек» из левого в правый «Флекерл», правый поворот, левый поворот). Падеграс (основной шаг по линии танца, основной шаг в сторону) Медленный вальс: (шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги, подтягивая правую ногу (опускаясь на 1, поднимаясь на 2,3, в конце – снижения), то же с левой ноги, шаг в сторону с правой ноги, подтягивая левую ногу, с опусканием и подъемом, то же с Л.Н., «Правый квадрат», «Левый квадрат», «Большой правый квадрат», «Большой левый квадрат»). Закрытая перемена с правой ноги, с левой ноги, правый поворот, левый поворот

Планируемые результаты по годам обучения.

Первый год обучения.

Предметные: знать танцевальную терминологию, применяющуюся при изучении материала (опорная нога, работающая нога, шаг ногой и шаг на ногу, и т.п), основные понятия: позиции и положения рук, ног; линия танца и др., правила техники безопасности; правила взаимодействия в коллективе.

Метапредметные: уметь выполнять начальные упражнения по позициям в темпе и ритме музыки; ориентироваться в пространстве; выполнять элементы танцев с перестроением. выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно и с помощью педагога.

Личностные: - знать о народной культуре и традициям, уметь работать в коллективе; иметь стремление к целеустремленности; приобретут такие качества, как трудолюбие; сформируется эстетический вкус.

Второй год обучения.

Предметные:- знать отличительные особенности танцев (народных, балльных, историко-бытовых); основные танцевальные массовые композиции на сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения.

Метапредметные: - уметь самостоятельно исполнять движения и комбинации танцев; передавать эмоциональную окраску композиции танца; соотносить свои движения с услышанной музыкой. Навыки: выполнять четко и правильно элементы и упражнения танцев самостоятельно или после инструктажа.

Личностные: - приобщение учащихся к народной культуре и традициям;
- приобретение чувства коллективизма, целеустремленности, трудолюбия;
- приобретение эстетического вкуса.

Третий год обучения.

Предметные: - знать основные композиционные принципы построения танца; последовательность построения композиции танца; правила коллективной и самостоятельной творческой деятельности.

Метапредметные: - уметь создавать простые музыкально-двигательные образы и сюжетно-тематические картины; анализировать работу коллектива и каждого учащегося; самовыражаться в творческом процессе.- взаимодействовать в коллективе; **Навыки:** самостоятельно исполнять упражнения на середине зала; создавать простейшие композиции с комбинированием изученных движений танцев; сопоставлять, сравнивать, анализировать и творчески подходить к выполнению задач и упражнений. Использовать полученные знания в процессе жизнедеятельности

Личностные: -уметь взаимодействовать в коллективе; иметь потребность в дальнейшем повышении профессионального мастерства и применении практических навыков; приобщение к культурным ценностям и сохранению традиций своего народа; наличие адекватной самооценки.

Четвёртый год обучения.

- **Предметные:** -знать позиции рук и ног историко-бытового танца; правила постановки корпуса; основные движения на середине зала; танцевальные термины: координация, названия элементов; танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадание, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения: ковырялочка, моталочка, маятник, молоточки, ходы); (положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое; о трех основных понятиях (жанрах) музыки: марш, песня, танец; терминологию историко-бытового танца; композиции танцев различных веков; методику исполнения отдельных движений и танцевальных комбинаций; особенности стиля, характер и манеру исполнения движений танцев различных эпох; культуру общения в танце.

Метапредметные:- уметь правильно двигаться в такт музыки, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка; определять и передавать характер музыки; слышать сильную и слабую доли такта; самостоятельно ускорять и замедлять темп движений; иметь навыки актерской выразительности: уметь двигаться в соответствии с музыкальными образами; грамотно исполнять танцевальные композиции: вальс, польку; владеть техникой, стилем и манерой исполнения, характерными для той или иной эпохи; грамотно, точно, выразительно и музыкально исполнять движения, комбинации, этюды, танцевальные композиции различных эпох.

Личностные: - навыки общения в коллективе на основе взаимоуважения, концентрации и мобилизации сил, для выполнение, общих задач;

приобретение таких личностных качеств как трудолюбие, целеустремлённость, выносливость; развитость общей культуры учащегося, способного принять полученные знания и умения на практике, сознательно делать профессиональный выбор, успешно адаптировать в современном обществе.

Пятый год обучения.

Предметные: знать названия элементов историко-бытового танца; названия движений бального танца; особенности исполнения историко-бытового танца; новые направления и виды хореографии и музыки; жанры музыкальных произведений.

Метапредметные: уметь определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;_выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции; контролировать и координировать своё тело; сопереживать и чувствовать музыку; исполнять элементы историко-бытового танца;_выразительно и грамотно исполнять танцевальные композиции; выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца; при работе в группе находить общий язык со всеми для выполнения творческих заданий, а также уметь мобилизоваться для выполнения задания в определенном режиме, стиле;

Личностные: освоение этических особенностей танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности, культуры.

Раздел № 2. Комплекс организационно – педагогических условий, включающий формы аттестации.

Организационно-педагогические основы обучения.

Этапы образ. процесса	1 год обучени я	2 год обучени я	3 год обучени я	4 год обучения	5 год обучения
Начало учебного года	1 сентября	1 сентября	1 сентября	1сентябр я	1сентябр я
Продолжительность учебного года	36 недель	36 недель	36 недель	36 недель	36 недель
Продолжительность занятия	45 +45 минут	45 + 45 минут	45 + 45 минут	45 + 45 минут	45 + 45 минут
Промежуточная	15 – 30	15 – 30	15 – 30	15 – 30	15 – 30

аттестация	декабря	декабря	декабря	декабря	декабря
Итоговая аттестация	май	май	май	май	май
Окончание учебного года	31 мая	31 мая	31 мая	31 мая	31 мая
Зимние каникулы (праздничные дни)	01.01 – 08. 01				
Летние каникулы	С 1 июня				

Условия реализации программы.

1. Занятия проводятся в кабинете (в кадетском учебном классе), соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет имеет хорошее освещение и периодически проветривается.
2. Зеркальная стена
3. Музыкальная аппаратура, ноутбук, USB накопители с музыкальным материалом.

Формы контроля/аттестация.

Отчетные концерты; показательные концерты в школьных мероприятиях; участие в конкурсах, смотрах, фестивалях. Формами педагогического контроля являются итоговые занятия, открытые уроки, выступления, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. Оценивая результат практической работы, а именно выступления учащихся, опираются на такие критерии: качественное исполнение танцевальных этюдов и танцев, общий - эстетический вид исполнения.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения проводится контроль: текущий- педагогическое наблюдение; промежуточный показательные выступления, участие в концертах и фестивалях. итоговый -творческий отчет в форме контрольного урока или концерта.

Оценка знаний и умений по уровням:

Высокий уровень – 5 баллов:

- хореографический материал в соответствии с годом обучения освоен полностью; наблюдается точность, музыкальность и выразительность исполнения танцевальных комбинаций и этюдов; исполнительские качества сформированы, полное включение в репертуар.

Средний уровень – 4 балла:

неполное владение хореографическим материалом в соответствии с годом

обучения; недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций с точки зрения координации движений и музыкальности; умение работать в ансамбле; исполнительские качества сформированы, полное включение в репертуар.

Допустимый уровень – 3 балла:

- слабое усвоение хореографического материала соответствующего года обучения; неточное исполнение танцевальных комбинаций; навык работы в ансамбле развит недостаточно; частичный ввод в репертуар.

Оценочные материалы по годам обучения:

Первый год обучения.

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	критерии	показатели	Виды контроля
1.	Танец как вид искусства» «Виды и жанры хореографии».	Зачёт	Высокий уровень – 5 баллов: отвечает на все вопросы, хореографический материал освоен полностью. Средний уровень – 4 балла: неполное владение хореографическим материалом. Допустимый уровень 3 балла: - слабое усвоение хореографического материала.	Бальная система оценивания	Текущий
2	Танцевальная азбука.	Контрольный танец.	Высокий уровень – 5 баллов: танцевальные движения выполняет без ошибок, наблюдается точность, музыкальность и выразительность исполнения танцевальных комбинаций и этюдов. Средний уровень 4 балла: танцевальные движения выполняет неточно, недостаточно точное исполнение танцевальных комбинаций, с точки	Бальная система оценивания	Промежуточный

			<p>зрения координации движений и музыкальности.</p> <p>Допустимый уровень – 3 балла: неточное исполнение танцевальных комбинаций; навык работы в ансамбле развит недостаточно; ошибки в танцевальных движениях.</p>		
3	Исполнение танца.	Контрольный урок	<p>Высокий уровень- 5 баллов: основные танцевальные движения выполняет точно, хорошо ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций эмоционален, внимателен.</p> <p>Средний уровень-4 балла: основные танцевальные движения выполняет, с небольшими ошибками, хорошо ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций.</p> <p>Допустимый уровень-3 балла: основные танцевальные движения выполняет, с ошибками, не ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций, не внимателен.</p>	Бальная система оценивания	Итоговый

Второй год обучения.

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	критерии	показатели	Виды контроля
1.	«Развитие бального танца» Балы XIX века (музыка, костюм, причёска)	Зачёт	<p>Высокий уровень – 5 баллов: отвечает на все вопросы, хореографический материал освоен полностью. Средний уровень – 4 балла: неполное владение хореографическим материалом. Допустимый уровень 3 балла: - слабое усвоение хореографического материала.</p>	Бальная система оценивания	Текущий
2	Танцевальная азбука.	Контрольный танец.	<p>Высокий уровень-5 баллов: выполняет танцевальную разминку точно и грамотно, упражнения на ориентировку в зале выполняет без ошибок, танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Средний уровень- 4 балла: танцевальную разминку выполняет точно и грамотно, упражнения на ориентировку в зале выполняет с небольшими ошибками, танцевальные движения выполняет не точно, с небольшими ошибками.</p> <p>Допустимый уровень – 3 балла: танцевальную разминку выполняет не точно, упражнения на ориентировку в зале выполняет с ошибками, танцевальные движения</p>	Бальная система оценивания	Промежуточный

			выполняет не точно, с ошибками.		
3	Исполнение танца.	Контрольный урок	<p>Высокий уровень- 5 баллов: основные танцевальные движения выполняет точно, хорошо ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций эмоционален, внимателен.</p> <p>Средний уровень-4 балла: основные танцевальные движения выполняет, с небольшими ошибками, хорошо ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций.</p> <p>Допустимый уровень-3 балла: основные танцевальные движения выполняет, с ошибками, не ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций, не внимателен.</p>	Бальная система оценивания	Итоговый

Третий год обучения.

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	критерии	Показатели	Виды контроля
1.	«Бальный танец первой половины XX века» «Латиноамериканский танец и его влияние на развитие бального»	Зачёт	<p>Высокий уровень – 5 баллов: отвечает на все вопросы, хореографический материал освоен полностью</p> <p>Средний уровень – 4балла: неполное владение хореографическим материалом. Допустимый уровень 3 балла:</p>	Бальная система оценивания	Текущий

	танца».		- слабое усвоение хореографического материала.		
2	Танцевальная азбука.	Контрольный танец.	<p>Высокий уровень-5 баллов: выполняет танцевальную разминку точно и грамотно, упражнения на ориентировку в зале выполняет без ошибок, танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Средний уровень- 4 балла: танцевальную разминку выполняет точно и грамотно, упражнения на ориентировку в зале выполняет с небольшими ошибками, танцевальные движения выполняет не точно, с небольшими ошибками.</p> <p>Допустимый уровень – 3 балла: танцевальную разминку выполняет не точно, упражнения на ориентировку в зале выполняет с ошибками, танцевальные движения выполняет не точно, с ошибками.</p>	Бальная система оценивания	Промежуточный
3	Исполнение танца.	Контрольный урок	<p>Высокий уровень- 5 баллов: основные танцевальные движения выполняет точно, хорошо ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций эмоционален, внимателен.</p> <p>Средний уровень-4 балла:</p>	Бальная система оценивания	Итоговый

			<p>основные танцевальные движения выполняет, с небольшими ошибками, хорошо ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций.</p> <p>Допустимый уровень-3 балла:</p> <p>основные танцевальные движения выполняет, с ошибками, не ориентируется в пространстве при перестроении и исполнении танцевальных композиций, не внимателен.</p>		
--	--	--	---	--	--

Четвёртый год обучения.

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	критерии	показатели	Виды контроля
1.	«История возникновения вальса. Виды вальса». «Возникновение русского танца».	Зачёт	<p>Высокий уровень – 5 баллов: отвечает на все вопросы, хореографический материал освоен полностью</p> <p>Средний уровень – 4балла: неполное владение хореографическим материалом.</p> <p>Допустимый уровень 3 балла: - слабое усвоение хореографического материала.</p>	Бальная система оценивания	Текущий
2.	Танцевальная азбука.	Контрольный танец.	Высокий уровень-5 баллов: выполняет танцевальную разминку точно и	Бальная система оценивания	Промежуточный

			<p>грамотно, упражнения на ориентировку в зале выполняет без ошибок, танцевальные движения выполняет без ошибок.</p> <p>Средний уровень- 4 балла: танцевальную разминку выполняет точно и грамотно, упражнения на ориентировку в зале выполняет с небольшими ошибками, танцевальные движения выполняет не точно, с небольшими ошибками.</p> <p>Допустимый уровень – 3 балла: танцевальную разминку выполняет не точно, упражнения на ориентировку в зале выполняет с ошибками, танцевальные движения выполняет не точно, с ошибками.</p>		
3				Бальная система оценивания	Итоговый

Пятый год обучения

№	Предмет оценивания	Форма аттестации	критерии	показатели	Виды контроля
1.	Названия элементов историко-бытового танца; названия движений бального танца;	Зачёт	<p>Высокий уровень – 5 баллов: отвечает на все вопросы, хореографический материал освоен полностью</p> <p>Средний уровень – 4балла: неполное владение хореографическим</p>	Бальная система оценивания	Текущий

	особенности исполнения историко-бытового танца; новые жанры музыкальных произведений.		материалом. Допустимый уровень 3 балла: - слабое усвоение хореографического материала.		
2	Танцевальная азбука.	Контрольный танец.	Высокий уровень-5 баллов: выполняет танцевальную разминку точно и грамотно, упражнения на ориентировку в зале выполняет без ошибок, танцевальные движения выполняет без ошибок. Средний уровень- 4 балла: танцевальную разминку выполняет точно и грамотно, упражнения на ориентировку в зале выполняет с небольшими ошибками, танцевальные движения выполняет не точно, с небольшими ошибками. Допустимый уровень – 3 балла: танцевальную разминку выполняет не точно, упражнения на ориентировку в зале выполняет с ошибками, танцевальные движения выполняет не точно, с ошибками.	Бальная система оценивания	Промежуточный
3	Итоговая проверка знаний умений и навыков.	Концерт	Высокий уровень – 5 баллов: хореографический материал освоен полностью; наблюдается	Бальная система оценивания	Итоговый

			<p>точность, музыкальность и выразительность в исполнении танцев и этюдов;</p> <p>исполнительские качества сформированы, полное включение в репертуар.</p> <p>Средний уровень 4 балла: неполное владение хореографическим материалом ,недостаточно точное исполнение танцев и этюдов;</p> <p>исполнительские качества сформированы, полное включение в репертуар.</p> <p>Допустимый уровень – 3 балла: - слабое усвоение хореографического материала; неточное исполнение танцевальных комбинаций; навык работы в ансамбле развит недостаточно; частичный ввод в репертуар.</p>	
--	--	--	---	--

Методические материалы.

В освоении программы используются следующие методы обучения: использование словесного обучения, наглядного восприятия и практические методы. Метод словесного обучения – универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это

определяет разнообразие методических приемов использования слова в обучении:

рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку. Метод наглядного восприятия – способствует более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этому методу относятся: показ упражнений, демонстрация плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это способствует воспитанию музыкальной памяти, формирование двигательного навыка, закрепляет привычку ритмично двигаться. Практический метод – основан 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 элементы: ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшения 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 определенного результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Перечисленные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приемами педагогического воздействия на учащихся.

Список литературы.

Литература для педагога:

1. С.А. Авилова, Т.В. Калинина. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Волгоград: Учитель, 2008.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат»; М.: ТЦ Сфера, 2009.
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии»; М.: Айрис Пресс, 1999.
4. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2000 г.
5. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМОпресс», 2002 г.
6. Боттомер «Уроки танца» / М.: Эксмо, 2003.

7. Ваганова А. Я. «Основы классического танца»; С-Пб., 2000.
8. Васильева Т. К. «Секрет танца»; С.-Пб. Диамант, 1997.
9. Воронина И. «Историко-бытовой танец»; М.: Искусство, 1980.
10. Г. Говард «Техника Европейского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
11. Динниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
12. Климов А. «Основы русского народного танца»; М.: Искусство, 1981.
13. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг»; М.: Новая школа, 1998.
14. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ; -М.; Министерство Просвещения, 1986
15. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание»; М.: Просвещение, 1989.
16. Уральской В. И., Стриганова В. М. «Современный бальный танец»: М., «Просвещение», 1977.
17. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу»; М., 2008.

Литература для учащихся:

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.
5. Браиловская Л. «Самоучитель бальных танцев»- изд. «Феникс», 2005г

Приложение №1.

Календарный учебный график 1 года обучения.

№ п\п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения занятия (план)	Дата проведения занятия (факт)
1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы на год, техника безопасности на занятиях хореографии, пожарная безопасность	2	2.09.	
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты Музыкально-ритмические навыки.	2	9.09.	

3	Ритмика, элементы музыкальной грамоты Музыкально-ритмические навыки.	2	16. 09.	
4	Беседы о хореографическом искусстве. «Танец как вид искусства». Виды и жанры хореографии.	2	23. 09.	
5	Хореографическая азбука - постановка корпуса -поклон.	2	30. 09.	
6	Хореографическая азбука - позиции рук и ног.	2	7. 10.	
7	Хореографическая азбука - разновидность танцевального шага - положение в паре.	2	14. 10.	
8	Танец «Веселая зарядка» (хлопки в ладоши, шаги, прыжки на обеих ногах).	2	21. 10	
9	Танец «Веселая зарядка» (хлопки в ладоши, шаги, прыжки на 2обеих ногах)	2	28. 10.	
10	Танец «Приглашение» (шаги, шаг с поворотом вправо, мелкий бег, шаг с поклоном).	2	4.11.	
11	Танец «Приглашение» (шаги, шаг с поворотом вправо, мелкий бег, шаг с поклоном).	2	11. 11.	
12	Танец «Страшак» (галоп, выставление ног вперёд на каблук, шаги)	2	18. 11.	
13	Танец «Страшак» (галоп, выставление ног вперёд на каблук, шаги).	2	25. 11.	
14	Танец «Смени пару» (выставление ног вперёд на носок, галоп).	2	2.12.	
15	Танец «Смени пару» (выставление ног вперёд на носок, галоп).	2	9. 12.	
16	Танец «Кик-марш» (маршевые шаги, кик ногой, шаг с приставкой).	2	16. 12.	
17	Танец «Кик-марш» (маршевые шаги, кик ногой, шаг с приставкой).	2	23. 12.	

18	Танец «Пингвин»(поднятие и опускание носков стопы, удары подушечками стоп).	2	13.01.	
19	Танец «Пингвин» (поднятие и опускание носков стопы, удары подушечками стоп об пол).	2	20. 01.	
20	Танец «Лошадки» (флик ногой по полу, бег вперёд, шаги с фиксацией рабочей ноги у опорной).	2	27.01.	
21	Танец «Лошадки» (флик ногой по полу, бег вперёд, шаги с фиксацией рабочей ноги у опорной)	2	3.02.	
22	Танец «Берлинская полька» (хлопки в ладоши, вынесение ноги в стороны на каблук, боковой галоп)	2	10. 02.	
23	Танец «Берлинская полька» (хлопки в ладоши, вынесение ноги в стороны на каблук, боковой галоп)	2	17.02.	
24	Танец «Берлинская полька» (хлопки в ладоши, вынесение ноги в стороны на каблук, боковой галоп)	2	24. 02.	
25	Танец «Полкис» (двойной подскок, перескоки, боковые прыжки, галоп с прыжком-пике)	2	3. 03.	
26	Танец «Полкис» (двойной подскок, перескоки, боковые прыжки, галоп с прыжком-пике)	2	10. 03.	
27	Танец «Полкис» (двойной подскок, перескоки, боковые прыжки).	2	17. 03.	
28	Танец «Ритм-вальс» (шаги с ударом ногой об пол, шаги с фликом).		24. 03.	
29	Танец «Ритм-вальс» (шаги с ударом ногой об пол, шаги с фликом).	2	31. 03.	
30	Танец «Ритм-вальс» (шаги с ударом ногой об пол, шаги с фликом).	2	7.04.	

31	Танец «Сударушка» (тройные шаги, удары полу пальцами об пол, шаги с паузой).	2	14. 04.	
32	Танец «Сударушка» (тройные шаги, удары полу пальцами об пол, шаги с паузой).	2	21. 04.	
33	Танец «Сударушка» (тройные шаги, удары полу пальцами об пол, шаги с паузой).	2	28. 04.	
34	Танец «Падеграс» (шаг по 2 позиции с переносом веса тела).	2	5.05.	
35	Танец «Падеграс» (шаг по 2 позиции с переносом веса тела).	2	12. 05.	
36	Танец «Падеграс» (шаг по 2 позиции с переносом веса тела).	2	26.05.	

Приложение № 2.

Календарный учебный график 2 года обучения.

№п \п	Тема занятия	Количе ство часов	Дата проведени я занятия (план)	Дата проведен ия занятия (факт)
1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы на год, техника безопасности, пожарная безопасность.	2	4.09.	
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты - знакомство со строением музыкального произведения.	2	11. 09.	
3	Ритмика, элементы музыкальной грамоты выполнение упражнений на отражение длительности.	2	18. 09.	
4	Беседы о хореографическом искусстве. «Развитие бального танца» «Балы XIX века (музыка, костюм, причёска)	2	25. 09.	

5	Хореографическая азбука (позиции рук).	2	2.10.	
6	Хореографическая азбука <i>demi, grand plie</i> (приседание резкое и плавное).	2	9. 10.	
7	Хореографическая азбука <i>releve</i> (подъем на полу пальцы) .	2	16. 10.	
8	Танец Французская кадрили(интродукция, галоп, галоп по кругу, <i>pas chasse</i> вперед, назад и поворот.)	2	23. 10.	
9	Танец Французская кадрили (интродукция, галоп, галоп по кругу, <i>pas chasse</i> вперед, назад и поворот.)	2	30. 10.	
10	Танец Французская кадрили (интродукция, галоп, галоп по кругу, <i>pas chasse</i> вперед, назад и поворот.)	2	6.11.	
11	Танец Вальс (Правый поворот, первая половина поворота, вторая половина поворота).	2	13. 11.	
12	Танец Вальс (Правый поворот, первая половина поворота, вторая половина поворота).	2	20. 11.	
13	Танец Вальс (Правый поворот, первая половина поворота, вторая половина поворота).	2	27. 11.	
14	Танец Вальс «Дружба» (приставные шаги, покачивания, хлопки в ладоши, <i>pas balianse, pas glissade</i>)	2	4.12.	
15	Танец Вальс «Дружба» (приставные шаги, покачивания, хлопки в ладоши, <i>pas balianse, pas glissade</i>)	2	11. 12.	
16	Танец Вальс «Дружба» (приставные шаги, покачивания, хлопки в ладоши, <i>pas balianse, pas glissade</i>)	2	18. 12.	
17	Танец Краковяк (<i>pas de bascue</i> , тройной шаг вперед с ударом стопы об пол).	2	25.12.	
18	Танец Краковяк (<i>pas de bascue</i> , тройной шаг вперед с ударом стопы об пол).	2	15. 01.	

19	Танец Краковяк2 (pas de bascule, тр2ойной шаг вперёд с ударом стопы об 2пол).	2	22. 01.	
20	Танец Быстрый фокстрот (простой медленный шаг)	2	29.01.	
21	Танец Быстрый фокстрот (простой медленный шаг)	2	5. 02.	
22	. Танец Быстрый фокстрот (простой медленный ша).	2	12. 02.	
23	Танец. Чарльстон (двойной чарльстон, чарльстон с точкой вперёд).	2	19. 02.	
24	Танец. Чарльстон (двойной чарльстон, чарльстон с точкой вперёд).	2	26.02.	
25	Танец. Чарльстон (двойной чарльстон, чарльстон с точкой вперёд).	2	5. 03.	
26	Танец. Сиртаки (основная связка, твист раскачивание, подскоки).		12. 03.	
27	Танец. Сиртаки (основная связка, твист, раскачивание, подскоки).	2	19. 03.	
28	Танец. Сиртаки (основная связка, твист).	2	26.03.	
29	Танец. Джайв (основное движение, раскрытие, закрытие, правый поворот).	2	2. 04.	
30	Танец. Джайв (основное движение, раскрытие, закрытие, правый поворот)	2	9. 04.	
31	Танец. Джайв (основное движение, раскрытие, закрытие, правый поворот).	2	16. 04.	
32	Танец. Полонез (шаги: бытовой и танцевальный, pas eleve, pas balianse, основной ход).	2	23. 04.	
33	Танец. Полонез (шаги: бытовой и танцевальный, pas eleve, pas balianse, основной ход).	2	30.04.	
34	Танец. Полонез (шаги: бытовой и танцевальный, pas eleve, pas balianse, основной ход).	2	7. 05.	
35	Танец Полька (подскоки, pas галопа, pas degage, основные положения рук).	2	14.05.	
36	Танец Полька (подскоки, pas галопа, pas degage, основные положения рук).	2	21.05.	

Приложение № 3.

Календарный учебный график 3 года обучения.

№п \п	Тема занятия	Количество во часов	Дата проведения занятия (план)	Дата проведения занятия (факт)
1	Вводное занятие. техника безопасности на занятиях хореографии, пожарная безопасность. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.	2	4.09.	
2	Ритмика, элементы музыкальной грамоты Музыкально-ритмические навыки.	2	11. 09.	
3	Ритмика, элементы музыкальной грамоты. Понятие о такте и затакте, переменный счёт, пунктирный ритм. Основные жанры музыки.	2	18. 09.	
4	Беседы о хореографическом искусстве. «Бальный танец первой половины XX века» .	2	25. 09.	
5	Хореографическая азбука - постановка корпуса; позиции ног; позиции рук;	2	2.10.	
6	Хореографическая азбука Разновидность танцевального шага.	2	9. 10.	
7	Хореографическая азбука Понятие об интервалах. Понятие о движении по линии танца и против линии танца.	2	16. 10.	
8	Танец . Фигурный вальс (шаги, вальсовая дорожка, повороты, квадрат)	2	23. 10.	
9	Танец . Фигурный вальс (шаги, вальсовая дорожка, повороты, квадрат)	2	30. 10.	
10	Танец. Фигурный вальс (шаги, вальсовая дорожка, повороты, квадрат)	2	6.11.	
11	Танец. Фигурный вальс (шаги, вальсовая дорожка, повороты, квадрат)	2	13. 11.	

12	Танец . Фигурный вальс (шаги, вальсовая дорожка, повороты).	2	20. 11.	
13	Танец. Кадриль (фигуры «лодочка», «свечка», «звездочка», «круг», «ворота».)	2	27. 11.	
14	Танец. Кадриль_Виды шага народного танца «каблучный», «с носка», « «крупный горох», «маленький горох».	2	4.12.	
15	Танец. Кадриль_Виды шага народного танца «каблучный», «с носка», « «крупный горох», «маленький горох».	2	11. 12.	
16	Танец. Кадриль_Виды шага народного танца «каблучный», «с носка», « «крупный горох», «маленький горох».	2	18. 12.	
17	Танец. Кадриль_Виды шага народного танца «каблучный», «с носка», « «крупный горох».	2	25.12.	
18	Танец Вальс – гавот (Plié, Soutenu en dedans, pas balancé, вальс в паре).	2	15. 01.	
19	Танец Вальс – гавот (Plié, Soutenu en dedans, pas balancé, вальс в паре).	2	22. 01.	
20	Танец Вальс – гавот (Plié, Soutenu en dedans, pas balancé, вальс в паре).	2	29.01.	
21	Тане. Вальс – гавот (Plié, Soutenu en dedans, pas balancé, вальс в паре)	2	5. 02.	
22	Танец Вальс – гавот (Plié, Soutenu en dedans, pas balancé, вальс в паре).	2	12. 02.	
23	Танец Вальс – гавот (Plié, Soutenu en dedans, pas balancé, вальс в паре).	2	19. 02.	
24	Танец- Квик – степ (натуральный спин-поворот, прогрессивное шассе, быстрый).	2	26.02.	
25	Танец- Квик – степ (натуральный спин-поворот, прогрессивное шассе, быстрый).	2	5. 03.	
26	Танец- Квик – степ (натуральный спин-поворот, прогрессивное шассе, быстрый).	2	12. 03.	
27	Танец- Квик – степ (натуральный спин-поворот, прогрессивное шассе, быстрый).	2	19. 03.	

28	Танец- Квик – степ (натуральный спин-поворот, прогрессивное шассе, быстрый).	2	26.03.	
29	Танец- Квик – степ (натуральный спин-поворот, прогрессивное шассе, быстрый).	2	2. 04.	
30	Танец. Рок-н-ролл (джаз-балет, прыжки).	2	9. 04.	
31	Танец. Рок-н-ролл (джаз-балет, прыжки).	2	16. 04.	
32	Танец. Рок-н-ролл (джаз-балет, прыжки).	2	23. 04.	
33	Танец. Рок-н-ролл (джаз-балет, прыжки).	2	30.04.	
34	Танец. Рок-н-ролл (джаз-балет, прыжки в стороны).	2	7. 05.	
35	Танец. Танцевальный номер патриотического характера	2	14.05.	
36	Танец. Танцевальный номер патриотического характера	2	21.05.	

Приложение № 4.

Календарный учебный график 4 года обучения.

№ п\п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения занятия (план)	Дата проведения занятия (факт)
1	<u>Вводное занятие.</u> Знакомство с планом работы на год, техника безопасности на занятиях хореографии, пожарная безопасность.	2	2.09.	
2	Основные элементы историко-бытового танца.	2	9.09.	
3	Основные элементы историко-бытового танца, танцевальные комбинации.	2	16. 09.	
4	Беседы о хореографическом искусстве. «История возникновения вальса. Виды вальса».	2	23. 09.	
5	Хореографическая азбука - подъем рук через стороны вверх и опускание вниз - вращения рук в локтевом суставе.	2	30. 09.	

6	Хореографическая азбука. Шаги: простые бытовые шаги, шаги на п/п, шаги с вытянутого носка, шаги на пятках.	2	7. 10.	
7	Хореографическая азбука Прыжки: прыжки трамплинные по I, II, VI позициям.	2	14. 10.	
8	Русский лирический танец (переменный ход, «припадание», тройной шаг вперед и назад).	2	21. 10	
9	Танец Русский лирический танец («ковырялочка», переменный ход).	2	28. 10.	
10	Танец Русский лирический танец («ковырялочка», переменный ход).	2	4.11.	
11	Танец .Элементы русской пляски. Обучение ориентировки в пространстве.	2	11. 11.	
12	Танец .Французская кадрили (I, III V, фигуры) (Шаги, Pas chasse, Jete, Assamble, Glissade, Sissone)	2	18. 11.	
13	Танец. Французская кадрили (I, III V, фигуры) (Шаги, Pas chasse, Jete, Assamble, Glissade, Sissone)	2	25. 11.	
14	Танец - Французская кадрили (I, III V, фигуры) (Шаги, Pas chasse, Jete, Assamble, Glissade, Sissone).	2	2.12.	
15	Танец «Сударушка» (положение рук «свеча», приставной шаг, шаг-каблук, переменный ход) .	2	9. 12.	
16	Танец «Сударушка» (положение рук «свеча», приставной шаг, шаг-каблук, переменный ход) .	2	16. 12.	
17	Танец «Сударушка» (положение рук «свеча», приставной шаг, шаг-каблук, переменный ход) .	2	23. 12.	
18	Танец Вальс-гавот (основной шаг,реверанс, pas baliense de menuet, pas glissade, вальсовые повороты, променад).	2	13.01.	
19	Танец - Вальс-гавот (основной шаг,реверанс, pas baliense de menuet, pas glissade, вальсовые повороты, променад).	2	20. 01.	
20	Танец - Вальс-гавот(основной шаг,реверанс, pas baliense de menuet, pas glissade, вальсовые повороты, променад).	2	27.01.	

21	Танец Вальс-мазурка (Pas gala (парадное па) pas sougu (лёгкий бег), pas boiteux (хромой шаг)).	2	3.02.	
22	Танец. Вальс-мазурка (Pas gala (парадное па) pas sougu (лёгкий бег), pas boiteux (хромой шаг)).	2	10. 02.	
23	Танец. Вальс-мазурка (Pas gala (парадное па) pas sougu (лёгкий бег), pas boiteux (хромой шаг)).	2	17.02.	
24	Танец. Вальс-мазурка. (Pas gala (парадное па) pas sougu (лёгкий бег), pas boiteux (хромой шаг)).	2	24. 02.	
25	Танец Кантри (основные шаги, ритмические похлопывания).	2	3. 03.	
26	Танец Кантри (основные шаги, ритмические похлопывания).	2	10. 03.	
27	Танец Кантри (основные шаги, ритмические похлопывания).	2	17. 03.	
28	Танец Кантри (основные шаги, ритмические похлопывания).	2	24. 03.	
29	Танец Кантри (основные шаги, ритмические похлопывания).	2	31. 03.	
30	Танец Полька-тройка (шассе, хлопки, подскоки, поворот в паре)	2	7.04.	
31	Танец Полька-тройка (шассе, хлопки, подскоки, поворот в паре)	2	14. 04.	
32	<u>Танец Полька-тройка</u> (шассе, хлопки, подскоки, поворот в паре)	2	21. 04.	
33	<u>Танец. Танцевальный номер патриотического характера.</u>	2	28. 04.	
34	<u>Танец. Танцевальный номер патриотического характера.</u>	2	5.05.	
35	<u>Танец. Танцевальный номер патриотического характера.</u>	2	12. 05.	
36	<u>Танец. Танцевальный номер патриотического характера.</u>	2	26.05.	

Календарный учебный график 5 года обучения.

№п\п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения занятия (план)	Дата проведения занятия (факт)
1	Вводное занятие. -знакомство с планом работы -техника безопасности на занятиях хореографии, пожарная безопасность	2	2.09.	
2	Основные элементы историко-бытового танца Шаги: Pas de basque.	2	9.09.	
3	Основные элементы историко-бытового танца простейшие комбинации вальса с другими танцевальными элементами .	2	16. 09.	
4	Беседы о хореографическом искусстве. - «Современный бальный танец и его особенности» «Музыкальные стили и хореография XX века»	2	23. 09.	
5	Хореографическая азбука - Упражнения на координацию и равновесие. Дыхательная гимнастика	2	30. 09.	
6	Хореографическая азбука «Задуй свечу».	2	7. 10.	
7	Хореографическая азбука «Мигает фонарик». Быстрое и медленное мигание глазами.	2	14. 10.	
8	Танец Ча-Ча-Ча (перенос веса с ноги на ногу, выгибая колени назад, делая тазом восьмерку).	2	21. 10	
9	Танец Ча-Ча-Ча (перенос веса с ноги на ногу, выгибая колени назад, делая тазом восьмерку).	2	28. 10.	
10	Танец Ча-Ча-Ча (перенос веса с ноги на ногу, выгибая колени назад, делая тазом восьмерку).	2	4.11.	

11	Танец Ча-Ча-Ча (перенос веса с ноги на ногу, выгибая колено назад, делая тазом восьмерку).	2	11. 11.	
12	Танец Ча-Ча-Ча (перенос веса с ноги на ногу, выгибая колено назад, делая тазом восьмерку).	2	18. 11.	
13	Танец Джайв (открытое шассе направо и налево, открытое шассе вперед и назад)	2	25. 11.	
14	Танец Джайв (открытое шассе направо и налево).	2	2.12.	
15	Танец Джайв (открытое шассе направо и налево).	2	9. 12.	
16	Танец Джайв «Променадное окончание», «Правый твист поворот», «Мини файвстеп», «Файвстеп».	2	16. 12.	
17	Танец Джайв «Променадное окончание», «Правый твист поворот», «Мини файвстеп», «Файвстеп».	2	23. 12.	
18	Танец Венский вальс. (правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат).	2	13.01.	
19	Танец Венский вальс. (правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат).	2	20. 01.	
20	Танец Венский вальс. (правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат).	2	27.01.	
21	Танец Венский вальс. (правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат).	2	3.02.	
22	Танец Венский вальс. (правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат).	2	10. 02.	
23	Танец Венский вальс. (правый развернутый квадрат, левый развернутый квадрат).	2	17.02.	
24	Танец Падеграс (основной шаг по линии танца, основной шаг в сторону).	2	24. 02.	
25	Танец Падеграс (основной шаг по линии	2	3. 03.	

	танца, основной шаг в сторону).			
26	Танец Падеграс (основной шаг по линии танца, основной шаг в сторону).	2	10. 03.	
27	Танец Падеграс (основной шаг по линии танца, основной шаг в сторону).	2	17. 03.	
28	Танец Медленный вальс: (шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги.)	2	24. 03.	
29	Танец Медленный вальс: (шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги.)	2	31. 03.	
30	Танец Медленный вальс: (шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги.)	2	7.04.	
31	Танец Медленный вальс: (шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги.)	2	14. 04.	
32	Танец Медленный вальс: (шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги.)	2	21. 04.	
33	Танец. Танцевальный номер патриотического характера	2	28. 04.	
34	Танец. Танцевальный номер патриотического характера	2	5.05.	
35	Танец. Танцевальный номер патриотического характера	2	12. 05.	
36	Танец. Танцевальный номер патриотического характера	2	26.05.	