

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Екатеринбургская школа-интернат №13»,
реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»
ул. Республиканская, д. 1, г. Екатеринбург, 620042
тел./факс (343) 330-87-00, internat126@mail.ru

Принята на заседании
педагогического совета от
29.08.2019
Протокол №1
Руководитель МО: Дмитриева
Л.В.

Директор: Щербакова Т.В.



«30 августа 2019»

**Рабочая программа
по дополнительному образованию
детского ансамбля по бальным танцам
«Светлячок»**

Для начальной школы составленной на основе программ
«Ритмика и танец»
«Ритмика и бальные танцы»
срок реализации – 2 года

Составитель:
Педагог дополнительного образования
Годисова Марина Валентиновна

2019-2020

Должностные обязанности педагога дополнительного образования

1. Осуществляет дополнительное образование обучающихся (воспитанников), развивает их разнообразную творческую деятельность.
2. Комплекдует состав кружка, студии, клубного и другого детского объединения и принимает меры по сохранению их в течение срока обучения.
3. Обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов работы (обучения), исходя из психофизиологической целесообразности.
4. Обеспечивает соблюдение прав обучающихся (воспитанников).
5. Участвует в разработке и реализации образовательных программ, несет ответственность за качество их выполнения, жизнь и здоровье обучающихся.
6. Составляет планы и программы занятий, обеспечивает их выполнение.
7. Выявляет творческие способности обучающихся, способствует их развитию, формированию устойчивых профессиональных интересов и склонностей.
8. Поддерживает одаренных и талантливых обучающихся, в том числе детей, имеющих отклонения в развитии.
9. Организует участие детей в массовых мероприятиях.
10. Оказывает консультативную помощь родителям (лицам, их заменяющим), а также педагогическим работникам в пределах своей компетенции.
11. Обеспечивает при проведении занятий соблюдение правил и норм охраны труда, техники безопасности и противопожарной защиты.
12. Участвует в деятельности методических объединений и в других формах методической работы.
13. Повышает свою профессиональную квалификацию.



Пояснительная записка

Направленность образовательной программы.

Программа «Бальные танцы» представляет дополнительный образовательный курс художественно – эстетической направленности. Данная программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, к структуре основной образовательной программы (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «29» декабря 2012 г. № 373 – Ф3, вступил в силу 1 сентября 2013 года. «Дополнительное образование» – Гл. 10, ст. 75)

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования.

Музыкально-ритмическое воспитание занимает важное место в системе художественно-эстетического образования. Программа «Бальные танцы» способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности. Кроме того, приобщение обучающихся к искусству танца позволяет не только постигнуть эстетику движения, но и приобщения к богатству танцевального и музыкального творчества. На занятиях обучающиеся совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется четкость и точность исполнения танцевальных движений.

Программа «Бальные танцы» является модифицированной, имеет художественно-эстетическое направление, разработана в соответствии с требованиями ФГОС, на основе учебной программы по предмету «Ритмика и Танец» (программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств), собственного педагогического опыта и специальной методической литературы.

Новизной данной программы является способствование эстетическому развитию подрастающего поколения. Приобщить обучающихся к танцу, сформировать танцевальные способности, (музыкально-двигательные и художественно-творческие). Это подтверждается сюжетами танца, музыкальным сопровождением, движениями, тематическим подбором. Многогранность учебных занятий позволяет в процессе роста творческих способностей учащихся, использовать полученное образование в обычной жизни.

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело» находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления, и сохранения здоровья обучающихся.

Особенностью программы является то, что, программа включает в себя изучение таких направлений танцевального искусства, как балетного, современного

и танцев разных национальностей, которые, в свою очередь, воспитывают в учащихся уважение к национальным традициям.

Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских балльных и народных танцев и воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Оригинальность данной программы – это развитие творческого мышления учащихся. Занятия танцами и ритмикой дают заряд положительными эмоциями, раскрепощают, развивают пластику, обогащают разнообразием ритмов танцевальный опыт учащихся.

Программа позволяет проявить индивидуальный творческий подход. Данная программа ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. В программу «Ритмика и танец» включены упражнения и движения классического, народного и балльного танцев, доступные детям 7-10 летнего возраста, обеспечивающие формирование осанки, правильную постановку корпуса, ног, рук, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Моя программа является модифицированной, рассчитана на физическое, эмоциональное и нравственное развитие и совершенствование детей, нацелена на личностное развитие ребенка.

Цель дополнительной общеобразовательной программы.

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественно-творческих способностей средствами ритмики и танца с учетом их индивидуальных способностей. Занятия танцами и ритмикой направлены на то, чтобы развивать в детях музыкально-пластические способности, соединения внутреннего состояния с внешними физическими действиями.

В результате изучения курса программы реализуются следующие *задачи*:

Обучающие:

- научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского балльного танца;
- музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;
- формирование необходимых двигательных навыков, развитие музыкального слуха и чувство ритма;
- совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и опускать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям;
- формирование знаний о здоровом образе жизни.

4

Воспитательные:

- воспитать у детей интерес к занятиям танцами и ритмикой;
- воспитание внимания, дисциплинированности, воли, самостоятельности;
- воспитание чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- воспитание умений работать в коллективе и в парах, целеустремленности в достижении поставленной цели;
- воспитание культуры поведения и общения; формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях;
- улучшение психического состояния, повышение работоспособности и двигательной активности.

Развивающие:

- способствовать эстетическому развитию и самоопределению ребёнка;
- развитие творческих способностей обучающихся;
- развитие умений коллективной и творческой деятельности;
- развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и интереса к танцевальному искусству;
- развитие координации движения, фантазии, кругозора;
- развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, танцевальных навыков;
- развитие психических познавательных процессов: память, внимание, мышление, воображение;
- гармоническое развитие художественно-творческих танцевальных и музыкальных способностей;
- укрепление здоровья, за счет систематического и профессионального проведения занятий, основанного на классических, педагогических принципах обучения и внедрению инновационных форм и методов воспитания учащихся.

Эстетические задачи.

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- всё можно выразить языком движений (растущий цветок, мерцание звёзд, падающие капли дождя и т.д.);
- развивать музыкальный вкус и кругозор;
- приобщать к совместному движению с педагогом.

Физические задачи.

- развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность, точность движений;
- научить детей чувствовать характер музыкального сопровождения в своём движении;
- преодолеть физические недостатки, связанные с нарушением опорно-двигательного аппарата (сколиоза, кифоза, лордоза, плоскостопия, косолапости).

Образовательная деятельность проводится с согласия родителей, 2 раза в неделю, продолжительностью 1 час. Занятия проводятся в групповой форме. Количество детей в группе — 10-12 человек. Программа по ритмике предназначена для детей 7-10 лет и рассчитана на 2 года обучения. Общее количество часов на первом году обучения составляет 61 час, на втором — 65 часов.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.

Программа «Бальные танцы» ориентирована на формирование гармонически развитой личности.

К числу планируемых результатов освоения курса основной образовательной программы отнесены:

- ***личностные результаты*** - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями; проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.
- ***метапредметные результаты*** – обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; анализ и объективная оценка результатов собственного труда; поиск возможностей и способов их улучшения; видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека; управление эмоциями; технически правильное выполнение двигательных действий.
- ***предметные результаты*** – выполнение ритмических комбинаций, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение.

Межпредметные связи

Программа составлена с учётом реализации межпредметных связей по разделам:

«**Музыкальное воспитание**», где дети учатся слышать в музыке разное эмоциональное состояние и передавать его движениями. Учащиеся усваивают понятия "ритм", "счет", "размер" и узнают, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, при этом дети должны уметь различать вступление и основную мелодию, вступать в танец с начала музыкальной фразы.

«**Ознакомление с окружающим**», где дети знакомятся с явлениями общественной жизни, предметами ближайшего окружения, природными явлениями, что послужит материалом, входящим в содержание ритмических игр и упражнений.

Каждый танец, который включен в программу, имеет определенные **исторические корни и географическое происхождение**. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране, у какого народа он появился, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа отражаются в танце, и наоборот, изучая танец, учащиеся узнают о тех или иных народах, странах.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и **физкультурой**: и по строению занятия, и по его насыщенности, каждое занятие имеет конкретную цель — тренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия танцами, как и занятия физкультурой, создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы, укрепляют психику. В ходе занятий учащиеся сталкиваются с понятиями "угол поворота", "направление движения", "доли счета" ($1/4$, $2/4$, $3/4$ и т. д.).

Умение ориентироваться в пространстве, необходимость развития и использования абстрактного мышления создает тесную взаимосвязь с изучением **математики**.

Законодателем моды в балльных танцах является Англия, поэтому часто названия шагов и фигур звучат на **английском языке**. Отсюда вытекает связь с изучением английского языка.

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:

- проведение открытых уроков для родителей;
- участие в праздничных программах, концертах;
- проведение итогового занятия в конце года.

Сроки реализации.

Данная образовательная программа рассчитана на 2 года. Преподаваемый материал постепенно усложняется новыми элементами.

Организация образовательного процесса.

Учитывая индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста (быстрая утомляемость), занятия детей в группах определены временными рамками. Длительность одного учебного занятия – 1 час с перерывом 10 мин.

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: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания. Организация игровых ситуаций поможет усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей.

Формы занятий:

- занятие;
- занятие-путешествие;
- занятие-игра;
- итоговое занятие.

Структура занятий.

Структура занятий включает в себя три основные части:

подготовительную,

основную,

заключительную.

8

Подготовительная часть занятия.

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. *Задачами* этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния обучающихся; умеренное разогревание организма.

Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

Основная часть занятия.

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; обработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление; хореографические упражнения; элементы современного, балетного, народного танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности: на данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

Заключительная часть занятия.

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы; подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени.

Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогают учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

Организация образовательного процесса.

Основная форма образовательной работы с воспитанниками: 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: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Содержание программы.

Содержание образовательной деятельности направлено на обеспечение разносторонней подготовки воспитанников на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Программа по «Бальному танцу» состоит из четырех разделов:

	Наименование раздела	Количество часов
Раздел 1.	«Ритмика, элементы музыкальной грамоты»	16
Раздел 2.	«Танцевальная азбука»	12
Раздел 3.	«Танец»	21
Раздел 4.	«Творческая деятельность»	12
	Итого:	61 час.

Все разделы связаны между собой, однако каждый имеет свои конкретные задачи. Поэтому образовательная деятельность должна строиться на материале всех четырех разделов.

Раздел 1. «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»

С первых занятий дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполняемым движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Первый раздел предусматривает знакомство с элементами **музыкальной грамоты**. Его значение необходимо для определения характера музыки, ритма, динамики, структуры музыкального произведения.

Упражнения по **развитию ориентации** формируют у детей умение использовать пространственный рисунок.

Упражнения по **развитию мышечного чувства** вырабатывают самоконтроль за движениями. Стремление проявить фантазию, воображение движений по тексту песен, игровых движений, имитация различных трудовых процессов способствует развитию художественно-творческих способностей воспитанников.

Раздел 2. «Танцевальная азбука».

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

Занятиям по классическому танцу придаётся особое значение, т.к. классический танец является основой хореографической подготовки обучающихся.

Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем и совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности воспитанников.

Раздел 3. «Танец».

Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных детских бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы дети исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя национальный характер танца.

Занятия историко-бытовым и бальным танцем органически связано с усвоением норм этики, выработки высокой культуры, общения между людьми.

В программный материал по изучению историко-бытового танца входит:

- *усвоение трюковых упражнений на середине зала,*
- *ритмические упражнения,*
- *разучивание танцевальных композиций.*

Вначале дети знакомятся с манерой исполнения и характером музыкального сопровождения, композиционным построением. В изучаемом танце отмечается

14

количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение необходимых специфических движений. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет большое значение для развития художественного творчества и танцевальной техники. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Образовательная деятельность по народному танцу включают в себя: тренировочные упражнения, сценические движения на середине зала и по диагонали, танцевальные композиции. Также дети изучают элементы современной пластики. В комплексе упражнений входит:

- *партерная гимнастика;*
- *трениаж на середине зала;*
- *танцевальные движения;*
- *композиции различной координационной сложности.*

Раздел 4. «Творческая деятельность».

Организация творческой деятельности позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал.

В играх детям предоставляется возможность «побывать» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация - сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему.

Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, инсценировка стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или по темам.

Методы и формы решения поставленных задач.

Занятия делятся на несколько видов:

Обучающие занятия.

Где детально разбираются движения. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений, основных позиций и танцевальных движений в медленном темпе. Объясняется приём его использования. На уроке может быть введено не более 2–3 комбинаций. При разучивании танца необходимо обратить внимание на движения или перестроения, которые могут показаться сложными для детей. Выучите их сначала как отдельные ритмические этюды.

Закрепляющие занятия.

Где происходит повтор движений или комбинаций не менее 3–4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. Для лучшего закрепления движений и ритмическом рисунке конкретного фрагмента танца руководитель может использовать потешки, хлопки, приём «сэх», т.е. отхлопывание ритмического рисунка мелодии с повтором его детьми. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других или идёт соревнование – игра между второй и первой линиями.

Итоговые занятия.

Где дети самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации. Преследить за выполнением движений и оценить работу детей лучше всего через концертную деятельность т.к. дети очень любят выступать на сцене.

Импровизационная работа.

Где дети танцуют придуманные ими вариации, или сочиняют танец на тему, данную руководителем. Ребёнок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать своё видение мира и образа. Овладевая языками танцевальных движений, и чутко откликаясь на музыку, дети по окончании курса участвуют в создании (по выбор) композиций танца. Таким образом, проходит участие детей в проектной деятельности.

Для реализации программы применяются методы и приемы.

1. **Метод активного слушания музыки**, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.

2. **Метод использования слова**, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. **Метод наглядного восприятия**, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. **Метод практического обучения**, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

5. **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.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

В конце первого года обучения воспитанники должны

знать и уметь:

Элементы музыкальной грамоты:

- Характер музыки (весёлая, спокойная, грустная);
- Темп (медленный, умеренный, быстрый);
- Строение музыкального произведения (музыкальное вступление, части);
- Динамические оттенки (тихо, громко);
- Акцент;
- Жанров (вальс, полька, марш);
- Танцевальные термины.

Исполнять ритмические упражнения с началом и окончанием движения вместе с музыкой; уметь различать музыкальные части. Исполнять движения в различных темпах.

Определять характер танцевальной музыки и передавать характер в движении. Передавать динамические оттенки в движении.

Свободно **перестраиваться** в линейный и круговой рисунок и соблюдать интервалы при перестроении. Перестраиваться в колонны по одному в пары и обратно.

Знать точки плана зала: 1,2,3,4,5,6,7,8, диагонали.

Уметь самостоятельно исполнять танцевальные элементы и танцы в темпе и характере, заданным педагогом.

В конце второго года обучения воспитанники должны

знать и уметь:

Элементы музыкальной грамоты:

- Строение музыкальной речи (предложение, музыкальная фраза);
- Длительность, ритмический рисунок, метроритм, строение музыкального произведения;
- Хореографические термины;
- Знают музыкальный размер (2/4, 4/4), умеют двигаться в такт музыке; могут воспроизвести ритмический рисунок;
- Уметь перестроиться из колонны по одному в колонну по три. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре.

Перестроения в паре:

- Обход одним партнером другого;
- Смена места с поворотом лицом друг к другу;
- «Расходимся-сходимся», в характере русского танца;

Знать позиции и упражнения классического танца:

- Постановку корпуса;
- Позиции ног 1, 2, 3, 6.
- Позиции рук: подготовительное положение 1, 2, 3. Подожжение рук за юбочку, руки вниз ладонью, руки ладонями на пояс.
- Полуприседание (деми плие) по 1,2,3 позициям ног;
- Вытягивание ноги (батман таншо) в сторону, вперед, назад по 1 и 3 позициям;
- Полукруг ногой (деми ронд де жамб партер) по 1 позиции;
- Переводы рук по позициям (порт де бра);
- Исполнять музыкальные игры и танцы в темпе и характере заданным педагогом.

Уметь:

- Передавать в движении изменения темпа;
- Передача в движении длительностей и ритмического рисунка;
- Правильно исполнить танцевальные элементы и танцы, в темпе и характере: историко-бытового, прибалтийских, отечественных.

Планируемые результаты освоения программы.

Программа по внеурочной деятельности «Бальные танцы» способствует формированию у обучающихся умений и навыков, универсальных способов деятельности. В этом направлении приоритетными для учебного курса являются умения:

- иметь представления о пространстве и ориентироваться в нем;
- передавать в движении нюансы музыки;
- приобретение навыков коллективных действий;
- осуществление самоконтроля;

Требования к знаниям, умениям и навыкам:

- Учащиеся должны знать музыкальные жанры танцев, определять их на слух и выполнять в зависимости от жанра музыки элементы танцевальных движений;
- Дети должны приобрести умение двигаться по кругу в разных направлениях, освоить отдельные этюды с движениями хоровода: выворачивание круга – «увитка», смена направления – «расческа»;
- Знать и уметь показать походные позиции ног и рук;
- Знать и уметь выполнять изученные виды шага;
- Уметь выполнять изученные танцевальные движения.

Каждый ребёнок, занимаясь танцами, изучая необходимые движения, развивает в себе трудолюбие, стремление к самосовершенствованию, формирует адекватную самооценку. Изучение истории развития и появления танцев активизирует уважительное отношение к культуре своего русского народа, к толерантному отношению к представителям народов России. При подготовке к выступлениям учащиеся приобретают навыки сотрудничества и общения со сверстниками и взрослыми. А выступая перед родителями, активизируется ценностное отношение к ним и своей семье.

Предполагаемые результаты реализации программы и критерии их оценки:

Результат	Критерии
1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты: уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка; чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения; уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4; отмечать в движении сильную долю такта; уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений.	Стремления и попытки использования элементов музыкальной грамотности в основном учебно-воспитательном процессе и повседневной практике взаимодействия с миром.
2. Танцевальная азбука: знать позиции ног и рук классического танца, народно-сценического танца; усвоить правила постановки корпуса; уметь исполнять основные упражнения на середине зала; знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений.	Понимание танцевальных терминов, усвоение танцевальной азбуки.
3. Танец: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно). В конце 1 года обучения дети должны уметь исполнить: веселую польку на подскоках, вальс в три па, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.	Исполнение разных видов танцев.

17

4. Творческая деятельность: раскрытие творческих способностей; развитие организованности и самостоятельности; иметь представления о народных танцах.	Положительная динамика детского отношения к творческой деятельности и росту успешности. Изменение характера познавательно-творческой деятельности в сторону повышения степени самостоятельности.
---	---

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Таблица № 1

Распределение учебного времени

<i>Продолжительность занятия</i>	<i>Периодичность в неделю</i>	<i>Количество часов в неделю</i>	<i>Количество часов в год</i>
1 час	2 раза	2 часа	61 час

Таблица № 2

Учебно-тематический план

№	РАЗДЕЛ	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ			ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ВСЕГО
1.	Теоретические занятия	1. Требования к внешнему виду.	0,5		0,5
		2. Выразительные средства музыки	0,5		0,5
		3. Понятие о характере	0,5		0,5
		4. Понятие об основных танцевальных движениях.	1		1
		5. Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов).	0,5		0,5
2.	Практические занятия	1. Подготовительно-развивающие упражнения.	1	3,5	4,5
		2. Ритмика.	1	3,5	4,5
		3. Танцевальные элементы.	1	3,5	4,5
		4. Этика парного танца.	0,5	1	1,5
		5. Танцевальные композиции.	1,5	4	5,5
		6. Творческая деятельность.	1	4,5	5,5
		Итого за 1-е полугодие:	9 часов	20 часов	29 часов

№	РАЗДЕЛ	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
	ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ		ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ВСЕГО
1.	Теоретические занятия	1. Музыка и танец (продолжение). 2. Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов). 3. Русский народный танец.	1 0,5 1		1 0,5 1
2.	Практические занятия	1. Подготовительно-развивающие упражнения. 2. Ритмика. 3. Танцевальные элементы. 4. Азбука классического танца. 5. Русский народный танец. 6. Этика парного танца. 7. Танцевальные композиции. 8. Творческая деятельность. (Самостоятельное освоение выученных танцев).	0,5 1 1 1,5 1 0,5 1 1	2 2 3 2,5 2 1 4,5 5	2,5 3 4 4 3 1,5 5,5 6
		Итого за II-е полугодие:	10 часов	22 час	32 часа
		<u>ВСЕГО ЗА ГОД</u>	19 часов	42 часа	61 час

20

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первое полугодие.

• Раздел I

Теоретические занятия

Тема 1 – Требования к внешнему виду и условия для занятий танцем.

Специальная одежда для занятий танцем, удобная обувь, чистый и опрятный внешний вид. Самостоятельная подготовка детей к занятиям. Поведение во время занятия (развитие дисциплинированности, воспитание внимательного отношения друг к другу, умение коротко и ясно высказывать свои мысли, беречь время). Взаимоотношения «учащийся – преподаватель» – друзья, которые учатся друг у друга.

Тема 2 – Выразительные средства музыки.

Основные выразительные средства музыки: звук, ритм, мелодия, темп. Понятие о темпе: М, Б, умеренно. Понятие о характере музыки: весёлая, грустная, плавающая, отрывистая, печальная, торжественная. Понятие о длительности звуков. Ритмический рисунок. Музыкальные жанры: марш, песня, тапец. Тапец и танцевальное движение, как его основное выразительное средство.

Тема 3 – Понятие о характере.

Понятие о характере музыкального движения: плавное, резкое, «большое и маленькое», «тихое и громкое», длительность движения, его настроение, темп. Взаимосвязь музыки и движения: соответствие характера, настроения и темпа, законченность мелодии и танцевального движения.

Характер упражнений и движений всецело вытекает из содержания и формы музыки. Преобладание в репертуаре танцевальной, так называемой моторной, музыки с маловыразительной мелодией и неглубоким содержанием может воспитать у детей умение легко отвечать движением на её метроритмический характер, но не даст им ценных художественных переживаний.

Тема 4 – Понятие об основных танцевальных движениях.

Понятие о музыкальном движении. Споеобразие понятий о музыке и танце. Музыкальные термины: форте (громко), пиано (тихо), стакато (отрывисто), легато (слитно) и пр.

Пластическая выразительность и мимика, гармоничные движения, пространственный рисунок. Инструктаж по безопасному исполнению упражнений и танцевальных движений. Понятие о профессиональных заболеваниях.

28/

***Тема 5 – Как мы будем говорить, и понимать друг друга?
(словарь хореографических терминов).***

Танцевальные термины: танцевальный шаг, полуприседание, поклон, титон, полупальцы, поворот, подскок. Роль правильного названия движения, и его правильное исполнение.

• Раздел II
Практические занятия

Тема 1 – Подготовительно-развивающие упражнения.

Подготовительно-развивающие упражнения способствуют развитию опорно-двигательного аппарата: увеличивают подвижность суставов, укрепляют определённые группы мышц, воспитывают физическую силу, выносливость, ловкость, координацию, формируют хорошую осанку, гибкость, а также культуру движения, что способствует к подготовке моторно-двигательного аппарата к выполнению более сложных танцевальных движений. Они формируют навыки умения, необходимые для восприятия и исполнения танцевального материала.

Тема 2 – Ритмика.

Ритмика – развитие музыкальности: чувство ритма, темпа, способности откликаться движением на характер музыки:

- Слушание музыки, определение её темпа, характера мелодии;
- Дирижирование мелодии на м/р. 2/4;
- Длительность звука и движений;
- Ритмические рисунки и «коды» (прохлопывание, протопывание), ритмические диалоги, ритмический оркестр;
- Интонация и настроение в музыке и в движении»
- Ориентация в пространстве – построение и перестроение в линейный и круговой рисунок, соответственно характеру музыки и т.д.

Тема 3 – Танцевальные элементы.

Изучаются простые основные элементы танцев, которые, затем соединяются в небольшие учебно-танцевальные комбинации, этюды и используются при сочинении танцевальных композиций: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, шаги на полупальцах, притопы, галоп, хлопки, приставной шаг, поклон. Небольшие этюды на изоляцию отдельных частей тела. Танцевальные элементы, построенные на неподвижности отдельных частей тела с одновременным движением остальных участков – статичная изоляция.



Развитие навыков исполнения ранее изученных элементов. Продолжение работы над принципами соединения нескольких танцевальных элементов в танцевальные предложения. Активное введение различных положений рук, головы и корпуса. Освоение новых танцевальных элементов:

- простой танцевальный шаг – с фиксирующим ударом;
- шаг с подскоком, приетавной шаг – с ударом в пол;
- топающий шаг – шаг с ударом всей стопой;
- хлопки – с акцентом на первую долю такта;
- повороты – 180° и 360° – на подпальцах и топающими шагами.

Тема 4 – Этика парного танца.

Знакомство с основными правилами поведения в парном танце, воспитание уважительного отношения партнёров друг к другу.

- Приглашение на танец;
- Постановка исполнителей в паре;
- Приглашение к танцу и продвижение исполнителей парами по залу в характере изучаемого танца;
- приглашение на танец на м/р. $\frac{3}{4}$, 4-8 тактов;
- постановка исполнителей в паре;
- нормы взаимоотношений в паре, кто первый должен подать руку, как провести партнёршу к месту начала танца, как закончить танец.

Тема 5 – Танцевальные композиции.

Массовые диско-танцы:

«Музыкальный», «Автодром», «Стирка», «Доломотия».

Парные танцы: «Полька».

Тема 6 – Творческая деятельность.

Создание условий для творческого использования полученного материала на теоретических и практических занятиях:

- Самостоятельное сочинение упражнения для головы, рук, плеч, корпуса, ног;
- Самостоятельное создание пластического образа (позы, жесты, актёрская выразительность, подбор музыкального оформления);
- Импровизация под разнохарактерную музыку на основе изученных танцев и танцевальных элементов, а также полученных музыкально-двигательных навыков.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Организация занятий.

Важно обозначить подготовительный период - введение в атмосферу занятий по ритмике и танцу. Приёмы знакомства с содержанием и формой занятий могут быть различными: беседа, просмотр фильма, посещение урока по танцу и прочее. Но обязательно уже на первом занятии детям надо дать возможность выразить себя в движении и высказать свои ощущения, педагогу необходимо создать атмосферу доброжелательности, что поможет заложить у детей потребность в новой встрече.

Разрабатывая партитуру занятия, необходимо определить организационные приёмы для начала занятия, его окончания и стержень всего занятия (тему, образ, сюжетную линию и т.д.)

2. Теоретические занятия.

Раскрыть содержание темы можно как в рамках одного занятия, так и нескольких. Возможно использование формы беседы - в этом случае, детям следует предложить зафиксировать полученную информацию в тетрадях самостоятельно. Первоначально записи в тетрадях желательно делать с помощью преподавателя и под его контролем: диктовка текста, исправление ошибок, рекомендации по оформлению записей музыки, практическим показом, просмотром фото-кино-иллюстраций, изобретениями.

3. Практические занятия.

Основные педагогические принципы в работе с детьми - доступность, систематичность, последовательность, учёт возрастных особенностей, заинтересованность, перспективность.

Основные методы: качественный показ, словесное (образное) объяснение, сравнение, контраст, повторение.

Не следует ставить задачу разучить большее количество движений. Важно добиться осмысленного, правильного, естественного, музыкального исполнения каждого задания, урока. Нужно исходить из того, что даже несколько движений в различных соединениях между собой, даёт достаточное разнообразие.

Многообразие материала и за счёт разнохарактерного музыкального оформления, интонирования движения и образности.

Учащиеся должны знать хореографическую терминологию, пользоваться ею при опросе. Использование точной грамотной терминологией, позволит постепенно отойти от практического показа, (как основного метода), разовьёт внимательность, и их способность воспринимать словесную информацию.

С первых занятий важна работа над культурой движения. Каждое движение имеет начало и окончание, амплитуду, характер. Оно должно исполняться точно

под музыку. Следует подчеркнуть для детей и то, что в движении участвует всё тело (даже если в заданный момент двигаются только руки).

Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица. Можно разработать ряд упражнений, позволяющих развить активность различных мышц лица, а также поиграть в маски (грустная, весёлая, сердитая и т.д.)

Качество усвоения танцевального материала зависит от прочного хореографического навыка, требующего отработки и закрепления. С этой целью, отдельные танцевальные элементы соединяются в небольшие комбинации, а затем используются в танцевальных композициях.

На первых этапах обучения у младших школьников могут возникнуть трудности в пространственной ориентации. Для решения этой проблемы можно использовать специальные ориентиры (предметы, аксессуары).

Особое внимание следует обратить на музыкальное оформление. Оно должно быть разнообразным, качественно исполненным. Музыка подбирается к каждой части урока, определяете структура, темп, ритмический рисунок, характер.

Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными. В оформлении занятия можно использовать фонограмму (качественную). В 1-ом полугодии закладываются основы танцевальной культуры, этому будет способствовать обращение к классической и народной музыке. В разделе «Подготовительно-развивающие упражнения» и «Танцевальные композиции» необходимо включать современные ритмы.

Второе полугодие.

• Раздел I

Теоретические занятия

Тема 1 – Музыка и танец. (продолжение)

Понятие о танцевальных жанрах: вальс, полонез, полька. Понятие о построении музыкальной и танцевальной речи (части, предложения, фразы, такты). Понятие о рисунке танца, его геометрической изобразительности. Интервалы и их роль в формообразовании рисунка.

Понятие об ансамбле, как согласованном действии исполнителей, видеть и чувствовать ритм движений в коллективной работе. Динамические оттенки в музыке. Взаимосвязь музыки и танцевального рисунка.

Тема 2 – «Как мы будем говорить, и понимать друг друга?» (словарь хореографических терминов)

Основные направления на площадке. Понятие продвижение по линии танца, против линии танца, симметрия и асимметрия, центр сценической площадки, диагональ к стене, диагональ к центру, и их сокращения. Композиционный рисунок. Варианты линейного кругового рисунка.

Тема 3 – Русский народный танец.

Особенности русского народного танца. Взаимосвязь возникновения и развития русского танца с жизнью народа, его культурой. Формы русского народного танца: хоровод, пляска, перепляс, кадрили. Особенности русского народного танца. Русские народные инструменты. Роль музыки и костюма в русском народном танце.

• Раздел II

Практические занятия

Тема 1 – Подготовительно-развивающие упражнения.

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения на полу (для развития мышц живота, спины, развития спортивной ловкости, укрепления коленного сустава). Элементы стрейчинга, растяжки. Джоггинг. Комбинирование упражнений в блоки. Географическая размятка танца. Соблюдение интервалов при перестроениях.

26

Тема 2 – Ритмика.

Слушание музыки, дирижирование мелодии на м/р. 4/4 и 3/4. Образная игра со звуком. Ритмический рассказ. Построения и перестроения в различные композиционные рисунки в характере польки, вальса, полонеза.

Тема 3 – Танцевальные элементы.

Развитие навыков исполнения ранее изученных элементов. Продолжение работы над принципами соединения нескольких танцевальных элементов в танцевальные предложения. Активное введение различных положений рук, головы и корпуса. Освоение новых танцевальных элементов:

- простой танцевальный шаг – с фиксирующим ударом;
- шаг с подскоком, приставной шаг – с ударом в пол;
- топачущий шаг – шаг с ударом всей стопой;
- хлопки – с акцентом на первую долю такта;
- повороты – 180° и 360° – на полупальцах и топачущими шагами.

Тема 4 – Азбука классического танца.

Изучая основы классического танца, учащиеся знакомятся с правильной осанкой, танцевальной постановкой корпуса и головы, с позициями ног и рук, наклонами и поворотами корпуса, правилами выполнения подуприседаний, вытягивание ноги, прыжков:

- постановка корпуса, головы;
- подготовительное положение рук: 1, 2, 3 позиции;
- деми плне (полуприседание) по 1, 2, 3 позиции ног;
- батман тандю (упражнение для развития стопы) в сторону и вперед по 1 позиции ног;
- простейшие переводы рук из позиции в позицию на м/р. 2/4, 3/4, 4/4 в различном темпе и характере;
- перегибы корпуса в стороны (2-я позиция рук), наклоны корпуса вперед (3-я позиция рук);
- cote – прыжки.

Тема 5 – Русский народный танец.

Изучение основных танцевальных элементов русского народного танца. Знакомство с их особенностями в женском и мужском исполнении. Овладение характерными композиционными рисунками:

- основные положения рук;
- основные положения ног;
- основные виды шлага: простой тройной переменный и их варианты;
- движение «припадание»;

- поклоны – варианты исполнения для мальчиков и девочек;
- хлопки и хлопнушки.

Изученные элементы соединяются в комбинации, исполняются как соло, так и в паре, и ансамблем с освоением композиционного пространства. Музыкальное оформление игрового и лирического характера.

Тема 6 – Этика парного танца.

Развитие навыков исполнения парного танца. Воспитать мальчика, как галантного кавалера, и девочки, как учтивой женственной партнёрши.

- приглашение на танец на м/р. $\frac{1}{4}$, 4-8 тактов;
- постановка исполнителей в паре;
- нормы взаимоотношений в паре, кто первый должен подать руку, как провести партнёршу к месту начала танца, как закончить танец.

Тема 7 – Танцевальные композиции.

Массовые танцы: «Медисон», «Григиджор»

Парные танцы: «Полька», «Вару-вару», «Ридио».

Тема 8 – Творческая деятельность.

Включение учащихся в организацию и проведения занятий, создание условий для применения полученных навыков и умений:

- проведения разминки (фрагменты);
- изучивание танцевального элемента, исправление ошибок друг у друга;
- сочинить ритмический рассказ (музыкальное оформление, движение, ритмический рисунок);
- интерпретация ниты со звуком.

Handwritten signature

**ПЕРВЫЙ ГОД
ОБУЧЕНИЯ**

Первое полугодие

№ Темы	Т Е М А	Кол-во часов	
		теория	практика
Тема 1	Требования к внешнему виду и условия для занятий танцем.	0,5 час.	
	• Специальная одежда и обувь для занятия танцем; • Поведение во время занятия; • Взаимоотношения «учащийся преподаватель».		
Тема 2	Выразительные средства музыки.	0,5 час.	
	• Звук, ритм, мелодия, темп; • Понятие о темпоритме: «М», «Б»; • Характер музыки: веселая, грустная, плавающая и т.д.; • Ритмический рисунок; • Танец и танцевальное движение.		
Тема 3	Понятие о характере.	0,5 час.	
	• Плавное, резкое, «большое и маленькое», «тихое и громкое»; • Взаимосвязь музыки и движения.		
Тема 4	Понятие об основных танцевальных движениях.	1 час	
	• Музыкальные термины: форте, пиано, стакато, легато; • Пластическая выразительность и мимика. • Музыкальная фора, пауза, поворот по четвертым.		
Тема 5	Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов).	0,5 час.	
Всего: 3 часа			

	Практические занятия		
Тема 1	Подготовительно-развивающие упражнения.	1 час	3,5 часа
	- Изучение комплексов подготовительно-развивающих упражнений; - Культура движения.		
	Всего: 4,5 часа		
Тема 2	Ритмика	1 час	3,5 часа
	Развитие музыкальности: чувство ритма, темпа, способности ориентироваться движением на характер музыки.		
	Всего: 4,5 часа		
Тема 3	Танцевальные элементы	1 час	3,5 часа
	Танец «Музыкальный»		
	- Основной ход с пружинкой в коленях; - Движение «присядь на пятках», в погоне, на барабанах; - Движение «хлопки» поворотом; - Движение с приставкой: ПП, ЛП, затем ЛП, ПП; - Составление и отработка композиции.		
	Танец «Антошка»		
	- Основное движение танца, элементы работы бедер; - Изучение движения «слоненок» - руки к уху; - Движение «мотор»; - Хлопки на счет 8, прыжок с волной.		
	Танец «Палочка»		
	- Танцевальный шаг с подскоком по линии танца; - Основные направления: лицом и спиной по линии танца; - Лицом и спиной в центр; - Движение вперед и назад, вправо и влево; - Основной ход с прыжками и подскоками, в продвижении по линии танца.		
	Танец «Стирка»		
	- Движения «стираем», «полотном», «выжимаем», «сжимаем»; «развешиваем», «устали» - разбор движений на счет 8.		

	Танец «Локомотив»		
	• Движение «колёсики», «пружинки»; • Постановка исполнителей в паре, положение корпуса, рук, головы, ног; • Шаги на месте и по кругу;		
	Всего: 4,5 часа		
Тема 4	Этика парного танца	0,5 часа	1 час
	• Основные правила поведения в парном танце; • Постановка исполнителей в паре; • Приглашение к танцу и продвижение парами по залу.		
	Всего: 1,5 часа		
Тема 5	Танцевальные композиции	1,5 часа	4 часа
	• <u>Массовые диско-танцы:</u> «Музыкальный», «Автодром», «Стирка», «Локомотив»; • <u>Парные танцы:</u> «Полька».		
	Всего: 5,5 часов		
Тема 6	Творческая деятельность	1 час	4,5 часа
	• Создание условий для творческого использования полученного материала на теоретических и практических занятиях.		
	Всего: 5,5 часов		
	За I-е полугодие: 29 часов	9 часов	20 часов

2

Второе полугодие

<i>Теоретические занятия</i>			
Тема 1	Музыка и танец (продолжение)	1 час	
	• Понятие о танцевальных жанрах: вальс, полонез, полька; • Понятие «целый поворот»; • Понятие о рисунке танца; • Взаимосвязь музыки и танцевального рисунка.		
Тема 2	Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов)	0,5 часа	
	• Обогащение словарного запаса;		
Тема 3	Русский народный танец.	1 час	
	• Особенности и формы русского народного танца, роль музыки и костюма.		
Всего: 2,5 часа			
<i>Практические занятия</i>			
Тема 1	Подготовительно-развивающие упражнения	0,5 часа	2 часа
	• Развитие отдельных групп мышц; • Элементы стрейчинга и джоггинга; • Соединение комбинированных упражнений в блоки.		
Всего: 2,5 часа			
Тема 2	Ритмика	1 час	2 часа
	• Дирижирование мелодии на м.р. 4/4, 3/4; • Ритмический рассказ; • Построения и перестроения в различные композиционные рисунки.		
Всего: 3 часа			
Тема 3	Танцевальные элементы	1 час	3 часа
	Танец «Медисон»		
	• Носочно-каблучное движение; • Основной шаг танца с точкой; • Повороты, движение «скок»; • Работа над постановкой рук; Составление и отработка композиции танца.		
	Танец «Гриндиор»		
	• Основное движение вперед, назад, под счет, отдельно и в парах;		

22

	• Движения работы над головой, плечами, руками, бёдрами с хлопками; • Движение вокруг друг друга (обводка); • Прыжки, движение «киска-киска»; Отработка и соединение выученных элементов в танец.		
	Танец «Полька»		
	• Движение «приглашение»; • Тройные прыжки; • Подскоки с продвижением по линии танца.		
	Танец «Вару-вару»		
	• Боковые шаги с приставкой по дуге; • Движение «ножницы» на прыжках, соблюдая счет: М,М,Б,Б,Б. • Разбор хлопков и соединение в четыре группы (перекрестные хлопки); • Отработка всего танца под счет и музыку.		
	Прибалтийский танец «Ридим»		
	Вариант 1:		
	• Основной шаг; • Движение «шассе», соло-поворот девочки под рукой;		
	Всего: 4 часа		
Тема 4	Азбука классического танца	1,5 час	2,5 час
	• Постановка корпуса, головы; • Позиции ног, рук; • Правила выполнения полуприседаний, вытягивания ноги, прыжков.		
	Всего: 4 часа		
Тема 5	Русский пародный танец	1 час	2 часа
	• Основные положения рук; • Основные положения ног; • Основные виды шагов; • Движение «приглашение»; • Музыкальное оформление игрового и лирического характера.		
	Всего: 3 часа		
Тема 6	Этика парного танца	0,5 часа	1 час
	• Развитие навыков исполнения парного танца; • Приглашение на танец на м/р, $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{8}$ тактов; • Нормы взаимоотношений в паре.		
	Всего: 1,5 часа		
Тема 7	Танцевальные композиции	1 час	4,5 час

23

	«Медисон», «Гришдиор», «Полька», «Вару-вару», «Рилио».		
	Всего: 5,5 часов		
Тема 8	Творческая деятельность	1 час	5 часов
	Включение учащихся в организацию и проведение занятий, создание условий для применения полученных навыков и умений		
	Всего: 6 часов		
	За II-е полугодие: 32 часа	12 часов	22 час
	<i>Итого за год: 61 час</i>	19 часов	42 часа

С.В. К.

Календарно-тематическое

планирование

по

дополнительной образовательной

программе

«Бальные танец»

Первый год обучения

25

**ПЕРВЫЙ ГОД
ОБУЧЕНИЯ**

№	Т Е М А	Сроки
Сентябрь		
1.	Требования к внешнему виду и условия для занятия танцем: специальная одежда и обувь для занятия.	1-я неделя
2.	Диско-танец «Музыкальный»: основной ход танца, «играем на пианино», 8 погремучки, на барабанах.	1-я неделя
3.	Изучение комплексов подготовительно-развивающих движений.	2-я неделя
4.	Диско-танец «Музыкальный»: изучение движения «хлопки» с поворотом.	2-я неделя
5.	Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов).	3-я неделя
6.	Приглашение к танцу: движения для мальчиков-поклон голодой, для девочек-деми-пице.	3-я неделя
7.	Изучение основных элементов к диско-танцу «Стирка». Разбор движений на счет «8»: стираем, полощем, выжимаем, встряхиваем, и т.д.	4-я неделя
8.	Музыкальные жанры: марш, песня, танец.	1-я неделя
9.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	3-я неделя
Октябрь		
10.	Изучение движения «слушаем» - руки к уху, движение мотор к диско-танцу «Автодром»	1-я неделя
11.	Понятие о характере движения: плавное, резкое, «большое и маленькое», «тихое и громкое».	2-я неделя
12.	Движение «баланс» - мопутт» лицом друг к другу.	3-я неделя
13.	Дирижирование мелодии на м/р. 2/4.	4-я неделя
14.	Танец «Полька»: танцевальный шаг с подскоком.	4-я неделя
15.	Диско-танец «Автодром»: соединение всех элементов и отработка выученных движений.	4-я неделя
16.	Боковые пиюпы, подскоки на месте и с продвижением по линии танца.	5-я неделя
Ноябрь		
17.	Понятие о музыкальном движении. Музыкальные термины: форте, пиано, стакатто, легато	1-я неделя
18.	Самостоятельное исполнение танца «Музыкальный».	3-я неделя
19.	Ориентация в пространстве - построение и перестроение в линейный и круговой рисунок.	3-я неделя
20.	Носочно-каблучное движение, «сидочка» на месте и в	4-я неделя

	поворота.	
21.	Понятие о темпе: медленно, быстро, умеренно.	1-я неделя
Декабрь		
22.	Соединение выученных элементов и отработка танца «Полька».	1-я неделя
23.	Творческая деятельность: самостоятельное исполнение выученных танцев.	1-я неделя
24.	Танец «Локомотив»: постановка исполнителей в паре, положение корпуса, рук, ног, головы.	2-я неделя
25.	Шаги на месте и по кругу, движения: «колесики», «пружинки».	2-я неделя
26.	Азбука классического танца: постановка корпуса, головы, позиции ног.	3-я неделя
27.	Подскоки на месте и в продвижении, соблюдая интервалы.	3-я неделя
28.	Соединение выученных движений в танце «Локомотив».	4-я неделя
29.	Творческая деятельность. Самостоятельное исполнение выученных танцев и танцевальных элементов.	4-я неделя
Январь		
30.	Элементы к танцу «Полька»: тройные прыжки, поклоны, танцевальный шаг, отработка четкости, ритмичности.	1-я неделя
31.	Азбука классического танца: позиции рук, правила выполнения полуприседаний, прыжков.	2-я неделя
32.	Отработка танца «Полька» - 1 вариант	2-я неделя
33.	Особенности русского народного танца: развитие и его культура.	4-я неделя
34.	Понятие о танцевальных жанрах: вальс, полонез, полька.	3-я неделя
35.	Отработка выученных движений и составление композиции танца «Локомотив».	3-я неделя
Февраль		
36.	Танец «Медисон»: основной шаг танца с точкой, работа над постановкой рук.	1-я неделя
37.	Выразительные средства музыки: звук, ритм, мелодия, темп.	1-я неделя
38.	Изучение движения «принадание».	2-я неделя
39.	Танец «Полька»: боковой галоп, подскоки на месте и с продвижением по линии танца - ведение партнерши.	2-я неделя
40.	Этика парного танца: постановка исполнителей в паре, приглашение к танцу и продвижение парами по залу. Танец «Медисон»: поочередно-каблучное движение и шаг-поворот, отработка ритмичности, визуальное ведение.	4-я неделя
Март		
41.	Что такое музыкальная фраза и танцевальное предложение?	1-я неделя
42.	Танец «Приданое»: основное движение «вперед-назад», под счет по одному и в паре. Взаимоотношения «учащийся - преподаватель»	2-я неделя

32

43.	Танец «Медисон»: повороты и работа стопы в движении «кик», составление и отработка композиции танца.	3-я неделя
44.	Развитие подвижности и упражнения для укрепления коленного сустава.	3-я неделя
45.	Танец «Полька»: движение «столочка» на месте и в повороте. Ритм, темп, способности откликаться движением на характер музыки.	4-я неделя
46.	Танец «Грицдиор»: прыжки, движение «киска-киска».	4-я неделя
47.	Ритмика: ритм, темп, характер музыки. Танец «Полька»: носочно-каблучное движение, содо-поворот девочки под рукой.	5-я неделя
48.	Самостоятельное творчество: проведение разминки.	5-я неделя
Апрель		
49.	Дирижирование мелодии на м/р. $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$.	3-я неделя
50.	Танец «Грицдиор»: движение «кободка», соединение и отработка выученных элементов в танце.	1-я неделя
51.	Танец «Полька»: изучение движения «раскрытие» на шагах и на подскоках, в медленном и быстром темпе.	3-я неделя
52.	Простейшие переводы рук из позиции в позицию на м/р. $\frac{2}{4}$, $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$ в различном темпе и характере.	3-я неделя
53.	Танец «Вару-вару»: движение «боксовое шассе» по дуге.	4-я неделя
54.	Пластическая выразительность и мимика, гармоничные движения, пространственный рисунок. Танец «Полька»: составление композиции и отработка танца, ритмичность, позиции ног, визуальное ведение.	4-я неделя
55.	Взаимосвязь музыки и танцевального рисунка.	5-я неделя
Май		
56.	Движение «снежинка», разбор и исполнение под счёт и музыку в танце «Вару-вару».	2-я неделя
57.	Выразительные средства музыки: веселая, грустная, печальная, плачная и т. д.	3-я неделя
58.	Танец «Ритмо»: движение «шассе», содо-поворот девочки под рукой.	4-я неделя
59.	Соединение выученных движений в композицию, координация, ритмичность исполнения движений, работа стопы, контактное и визуальное ведение в танце «Вару-вару».	4-я неделя
60.	Танец «Ритмо»: движение раскрутки и закрутки партнёрши по руке.	5-я неделя
61.	Танец «Ритмо»: соединение выученных элементов и отработка техники в танце. Творческая деятельность: повторение выученных танцев.	5-я неделя

88

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Таблица № 1

Распределение учебного времени

Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1 час	2 раза	2 часа	65 часов

Таблица № 2

Учебно-тематический план

№	РАЗДЕЛ	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
			ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ВСЕГО
ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ					
1.	Теоретические занятия	1. Балетный танец, как вид хореографии.	0,5		0,5
		2. Выразительные средства музыки.	0,5		0,5
		3. Где учат танцевать?	0,5		0,5
		4. Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов).	0,5		0,5
2.	Практические занятия	1. Подготовительно-развивающие упражнения.	1	2	3
		2. Ритмика.	1	3	4
		3. Азбука классического танца	1	3	4
		4. Отка парного танца.	0,5	1	1,5
		5. Танцевальные элементы.	2	4	6
		6. Танцевальные композиции.	1	4	5
		7. Творческая деятельность.	0,5	4	4,5
		Итого за I-е полугодие:	9 часов	21 час	30 часов

№	РАЗДЕЛ	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
			ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	ВСЕГО
ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ					
1.	Теоретические занятия	1. Музыка — один из основных компонентов балльной хореографии.	0,5		0,5
		2. Связь ритмического рисунка с танцевальным движением.	0,5		0,5
		3. Почему в хореографии используется терминология на французском языке.	0,5		0,5
		4. Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов).	0,5		0,5
2.	Практические занятия	1. Подготовительные-развивающие упражнения.	1	2	3
		2. Ритмика.	1	2,5	3,5
		3. Танцевальные элементы.	1	5	6
		4. Русский народный танец.	1	2	3
		5. Элементы парного танца.	1	2	3
		6. Танцевальные композиции.	1	5,5	6,5
		7. Творческая деятельность. (Самостоятельное выполнение выученных танцев).	1	6	7
Итого за II полугодие:		9 часов	25 часов	34 часов	
ВСЕГО ЗА ГОД:		18 часов	46 часов	64 часов	

40

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первое полугодие.

• Раздел I

Теоретические занятия

Тема 1 – Бальный танец, как вид хореографии.

История возникновения бального танца, его тесная связь народным танцем. Каждый танец, который включён в программу, имеет определённые исторические корни и географическое происхождение. Знакомство обучающихся с историей изучаемого танца. Его создания, в какой стране, у какого народа произошёл танец, в какую страну переместился. Уклад и обычаи, характер и темперамент народа, отражающиеся в танце. Знакомство с народами и странами.

Тема 2 – Выразительные средства и их эстетические возможности.

Выразительные средства бального танца и эстетические возможности: выворотность ног, позиции рук, точность ног, красота движений, специальная обувь для занятий. Музыка для каждой программы.

Работа над репертуаром – важный момент развития танцевальной выразительности. Результат систематической работы – от простых заданий, связанных с передачей характера музыки в ритмических упражнениях, связках, блоках, к более сложным движениям, связанные с передачей стиля, манеры, характера в элементах классического, народного и бального танцев.

Тема 3 – Где учат танцевать?

Качества необходимые для успешных занятий танцем (физические данные, музыкальность, дисциплинированность, организованность, трудолюбие, общая культура).

Многообразие организационных форм обучения:

- Кружок;
- Школа;
- Ансамбль;
- Студия.

Специальные заведения для обучения танцу:

- Самодеятельные коллективы;
- В ДК;
- Школы искусств;
- Балетные школы;
- хореографические училища.

*Тема 4 – «Как мы будем говорить, и понимать друг друга?»
(словарь хореографических терминов).*

Знакомство с новыми названиями движений в танцах отечественной программы: «открытая теневая» позиция, в каких танцах ещё встречается, «свечки», «припадание», «шассе», «глиссе» и др. – почему они так называются и краткая их характеристика.

• Раздел II
Практические занятия

Тема 1 – Подготовительно-развивающие упражнения.

Повторение ранее выученных упражнений. Составление комплексов упражнений на развитие эластичности мышц, устойчивости (аппомба), высоты и силы прыжка, координации, пространственной ориентации. Согласованности в паре и небольшими группами.

Решения комплекса упражнений в народном и классическом стиле, в современных ритмах. Основные ориентиры: нормы физической нагрузки, точность движений, их музыкальность, законченность, выразительность.

Тема 2 – Ритмика.

Умение передавать в движениях ритмический рисунок. Хлопки в такт с музыкой, ходьба на каждый счёт и через счёт и т.д. (закладывается умение различать счёт «Б» и «М»). Сочетание ритмического рисунка. Хлопки и удары ногой на сильную долю такта.

Развитие коллективного чувства: умение передавать музыкально-двигательный образ, умение переживать музыку, двигаться в общем ритме, вместе, дружно и слаженно, т.е. организованно действовать всем коллективом.

Тема 3 – Азбука классического танца.

Изучение новых элементов тренинга, знакомство с позами и связующими движениями:

- Деми плие (подуприседание) по 1-ой и 6-ой позиции, на м/р. 2/4 и 4/4;
- Релеве (подъём на полупальцы);
- Батман тандю (упражнение для стопы) – вперёд, в сторону, назад, по 1-ой позиции, на м/р. 2/4, 4/4;
- Деми рон де жамб (полукруг ногой по полу), из 1-ой позиции на м/р. 3/4, 4/4.

Handwritten signature

Тема 4 – Этика парного танца.

Особенности взаимоотношений партнёров при исполнении танцев:

- Прибалтики. Знакомство с положением корпуса, рук, ног и головы;
- Основные правила танцевального этикета: приглашение, умение вести партнёршу, элегантно менять направления.

Тема 5 – Танцевальные элементы.

Освоение «композиционного пространства» в танцах. Изучаются основные элементы, движения, затем соединяются в блоки. Достигается: музыкальность, ритмичность, чёткость исполнения движений. Отрабатывается техника выполнения поворотов. Прививается умение ориентироваться в зале.

Тема 5 – Танцевальные композиции.

Диско-танец: «Чарльстеп»;

Парные танцы: «Полка», «Ряццо», «Фигурный вальс».

Танец лирического характера: «Русский лирический».

Латиноамериканский танец: «Ша».

Тема 6 – Творческая деятельность.

Создание условий для творческого использования полученного материала на теоретических и практических занятиях:

- Самостоятельное сочинение упражнения для головы, рук, ног, плеч, корпуса (по выбору);
- Самостоятельное создание пластического образа (позы, жесты, актёрская выразительность, подбор музыкального оформления);
- Импровизация под разнохарактерную музыку на основе изученных танцев и танцевальных элементов и полученных музыкально-двигательных навыков;
- Самостоятельное исполнение выученных танцев.

Второе полугодие

• Раздел I

Теоретические занятия

Тема 1 – Музыка – один из основных компонентов балетной хореографии.

Освоение основных правил поведения на занятиях:

- Музыка – хозяйка на занятиях, она руководит и упрямлениях, при изучении танцевальных элементов.
- Музыку надо «беречь», во время звучания нельзя говорить, шуметь, смеяться, без музыки не разрешается двигаться.
- Начинать двигаться с началом музыки и прекращать с окончанием звучания.

Тема 2 – Связь ритмического рисунка с танцевальным движением.

Взаимосвязь музыки и танца. Связь танцевальных движений с характером и ритмом музыкальных произведений. Современная музыкальная музыка. Особенности музыкального сопровождения и основы ритмических рисунков в балетных танцах.

Тема 3 – Почему в хореографии используется терминология на французском языке?

История парной балетной школы. Учредитель первой балетной школы танцев – король Франции Людовик XIV (1661 г.). Первые балетные позиции установлены и записаны в Париже. (5 основных позиций ступней и рук).

Тема 4 – «Как мы будем говорить, и понимать друг друга?» (словарь хореографических терминов).

Использование понятий: «геометрия шагов», «диаграмма шагов», «ось поворота», «импульс движения», «ускорение». Часто названия шагов и фигур звучат на английском языке, т.к. законодателем моды в балетных танцах является Англия.

Знакомство и пополнение словарного запаса хореографическими терминами. Специфические особенности записи движений балетного танца. Принятые условные обозначения, сокращение терминов, описание положения корпуса, позиции рук и ног, направления движений на танцевальной дорожке.

• Раздел II
Практические занятия

Тема 1 – Подготовительно-развивающие упражнения.

Качество в музыкально-двигательных упражнениях, движениях, танцах, в большей степени зависит от «исходного положения». Правильное «исходное положение» внешне и внутренне организует детей, мобилизует внимание, активизирует учащихся на настрой и предстоящее движение. Готовность включить мышцы в работу, воспитывают навыки построения и перестроения в танце. Композиции.

Тема 2 – Ритмика

Закрепить умение двигаться в соответствии разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, частей и всего танца. Передавать в движениях ритмический рисунок.

Тема 3 – Танцевальные элементы.

Грамотно исполнять выученные движения, зная правила исполнения, структуру и ритмическую раскладку. Решается воспитательная задача – поведение в паре. Отрабатывается ритмичность, координация, память.

Тема 4 - Алфавит классического танца.

Изучение новых элементов гренажа, знакомство с позыми и связующими движениями:

- Деми плие (полуприседание) по 2-ой и 3-ей позиции, на м/р. 3/4 и 4/4;
- Батман танцю (упражнение для стопы) – вперед, в сторону, назад, по 3-ей позиции, на м/р. 3/4;
- Батман танцю с деми плие по 1 и 3 позиции на м/р. 2/4, 3/4;
- Ретеве с деми плие по 1 и 3 позиции на м/р. 3/4, 4/4.
- Балансе (покачивание) с положением рук по 2-ой позиции.

48

Тема 5 – Русский народный танец.

Изучение основных танцевальных элементов русского народного танца. Знакомство с их особенностями в женском и мужском исполнении.

- Раскрытие рук вперёд, в сторону из положения на поясе;
- Движения плеч и корпуса, подъём плеч в различном темпе и характере;
- Вытягивание ноги в сторону и вперёд с переводом «носок-каблук»;
- Вытягивание ноги в сочетании с полуприседанием;
- Прыжки на двух ногах по VI позиции;
- Основные виды шагов: простой, переменный и их варианты;
- Поклоны – варианты для мальчиков и девочек;
- Хлопки и хлопунки.

Тема 6 – Этика парного танца.

Правила постановки корпуса, рук, ног и головы. Положение в паре. Техники исполнения основных базовых шагов и движений. Отрабатывается правильное ведение в паре. Закрепляется умение ориентироваться и вести себя на площадке. Роль музыки и костюма в танцах.

Особенности взаимоотношений партнёров при исполнении танцев:

- Отечественной программы: «Фигурный вальс», «Русский лирический».
- Западно-европейской программы: «Медленный вальс».
- Латиноамериканской программы: «Cha-cha-cha», «Samba».

Тема 7 – Танцевальные композиции.

Парные танцы: «Медленный вальс», «Фигурный вальс»

Танец лирического характера: «Русский лирический».

Латиноамериканские танцы: «Cha-cha-cha», «Samba».

Тема 8 – Творческая деятельность.

Формирование творческих способностей, предлагая учащимся придумать новые варианты танцевальных движений, комбинировать их, учить составлять несложные композиции. Самостоятельно выполнять изученные танцевальные элементы и танцы. Формирование умений выразительно исполнять движения.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

На втором году обучения время на подготовительно-развивающие упражнения сокращаются за счёт соединения их в комплексы и исполнения в более быстром темпе. Элементы классического, народного и балетного танца следует проучивать очень тщательно, используя все полученные двигательные навыки, на основе музыкальной образности и разнохарактерности. Важно дать понять детям, что все эти элементы являются средством выразительности.

Большое внимание надо уделять парным танцам, отношения в них мальчика и девочки, посредством красоты движения, приветливого взгляда. Важно не только «что» делают дети, но и «как». Воспитывается умение подать руку девочке, повести её по рисунку танца, повернуть под соединёнными руками, поблагодарить за танец. Многого должна уметь и девочка: быть привлекательной, нежной, благородной, доброжелательной.

По всем разделам программы можно давать детям индивидуальные задания: сочинить, «оживить» позы классического танца, придумать к нему образно-ритмическое движение. На занятиях можно активно использовать фонограммы, записи учебных материалов, просмотр видеоматериалов с выступлений и конкурсов.

**ВТОРОЙ ГОД
ОБУЧЕНИЯ**

Первое полугодие

№ Темы	Т Е М А	Кол-во часов	
		теория	практика
	<i>Теоретические занятия</i>		
Тема 1	Бальный танец, как вид хореографии.	0,5 часа	
	• История возникновения бальных танцев; • История изучаемого танца; • Знакомство с народами и странами.		
Тема 2	Выразительные средства музыки.	0,5 часа	
	• Выразительные средства музыки: звук, ритм, темп, мелодия; • Понятие о характере музыки; • Ритмический рисунок.		
Тема 3	Где учат танцевать?	0,5 часа	
	• Многообразие организационных форм обучения; • Специальные заведения для обучения танцу.		
Тема 4	Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов).	0,5 часа	
	Всего: 2 часа		
	<i>Практические занятия</i>		
Тема 1	Подготовительно-развивающие упражнения	1 час	2 часа
	• Комплекс упражнений на развитие эластичности мышц; • Комплекс упражнений в народном и классическом стиле; • Нормы физической нагрузки.		
	Всего: 3 часа		
Тема 2	Ритмика	1 час	3 часа
	• Развитие коллективного чувства.		

188

	• Умение передавать ритмический рисунок; • Умение сочетать ритмический рисунок (счет «b» и «M»).		
	Всего: 4 часа		
Тема 3	Азбука классического танца	1 час	3 часа
	• Изучение новых элементов тронажа; • Знакомство с позами связующими движениями.		
	Всего: 4 часа		
Тема 4	Этика парного танца	0,5 часа	1 час
	• Особенности взаимоотношений партнёров при исполнении прибалтийских танцев; • Правила танцевальной этикетки.		
	Всего: 1,5 часа		
Тема 5	Танцевальные элементы	2 часа	4 часа
	Танец «Полька»		
	• Боковые «галопы», подскоки на месте и с продвижением по линии танца; • Носочно-каблучное движение; • Повороты в паре, соло-повороты на подскоках; • «Лодочка» на месте и в повороте; - Раскрытие на шагах и подскоках.		
	Танец «Ритмо»		
	Вариант II:		
	• Теневая позиция, повороты в «теневой» позиции; • Раскручивание по руке, закручивание партнерши; • Составление усложненного варианта танца; • Соединение всех выученных движений; - Отработка техники исполнения.		
	Танец «Русский лирический»		
	• Тройной переменный шаг вперед; • Тройной переменный шаг назад; • Вращение по кругу в паре; • Припадание влево и вправо.		
	Танец «Чарльстон»		
	• Основной шаг; • Движение чарльстона; • Движение «раскручивание-закручивание» с поворотом;		

13

	Танец «Вальс-качели»		
	• Движение покачивание с поворотом; • Переход на чужие места; • Лёгкий бег по кругу; • Повороты и кружение в паре; • Поклоны и переходы.		
	Танец «Ша»		
	• Разбор счета и геометрия шага (рисунок основного шага); • Основной шаг танца (работа над техникой исполнения) по одному, затем в парах; • Разбор движения «нью-йорк» - отдельно и в паре под счёт и музыку; • Разбор движения «алемана»; • Соединение выученных движений в композицию танца; • Отработка композиции танца в парах под счёт и музыку: основной шаг, «алемана», 2 «нью-йорка».		
	Всего: 6 часов		
Тема 6	Танцевальные композиции	1 час	4 часа
	Танцы: «Полка», «Рынок», «Русский лирический», «Чарльстон», «Вальс-качели», «Ша».		
	Всего: 5 часов		
Тема 7	Творческая деятельность	0,5 часа	4 часа
	• Самостоятельное сочинение упражнений для головы, рук, ног, плеч, корпуса (по выбору); • Самостоятельное создание пластического образа; • Импровизация под раздвояющую музыку.		
	Всего: 4,5 часа		
	За I полугодие: 30 часов	9 часов	21 час

Второе полугодие

<i>Теоретические занятия</i>		теория	практика
Тема 1	Музыка - один из основных компонентов балльной хореографии.	0,5 часа	
	- Освоение основных правил поведения на занятиях; - Музыка хозяйка на занятиях; - Музыку надо беречь.		
Тема 2	Связь ритмического рисунка с танцевальным движением	0,5 часа	
	- Взаимосвязь музыки и танца; - Связь танцевальных движений с характером и ритмом музыкальных произведений; - Основы ритмического рисунка в танцах.		
Тема 3	Почему в хореографии используется терминология на французском языке?	0,5 часа	
	- История первой балетной школы; - Первые балетные позиции.		
Тема 4	Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов)	0,5 часа	
	- Знакомство и пополнение словарного запаса новыми терминами; - Специфические особенности записи движений в танцах; - Принятые условные обозначения и сокращение терминов.		
Всего: 2 часа			
<i>Практические занятия</i>			
Тема 1	Подготовительно-развивающие упражнения	1 час	2 часа
	- Что такое исходное положение? - Внутренняя организация и мобилизация, настрой и готовность к танцевальному движению. - Комплексы упражнений для рук, ног, головы и корпуса		
Всего: 3 часа			
Тема 2	Ритмика	1 час	2,5 часа

5/1

	• Разнообразие музыкальных произведений и их характер; • Начало и окончание музыкальной фразы; • Передача в движениях ритмического рисунка.		
	Всего: 4,5 часа		
Тема 3	Танцевальные элементы	1 час	5 часов
	Танец «Фигурный вальс»		
	• Движение «баланс», вправо-влево по III позиции; • «Баланс» вперед-назад; • Смена мест – элемент «охотничко»; • «Тройной» переменный шаг партнера – движение «дорожка»; • Повороты партнерши под рукой; • Вальс по линии танца – 4 тура;		
	Танец «Сударушка»		
	• Основной шаг танца; • Открытая теневая позиция с продвижением по линии танца; • Боковое движение по линии танца и против линии танца: шаг-точка, шаг-каблук; • Смена мест по кругу; • Движение «свечка»; • Положение рук в танцах отечественной программы; • Приглашение к танцу; • Музыкальность, ритмичность, ведение в паре.		
	Танец «Медленный вальс»		
	• Движение «качели»; • Малый квадрат; • Работа стопы при исполнении правого поворота (подъемы и опускания); • Правый поворот в паре в учебной, затем в танцевальной позициях; • Большой квадрат «Медленного вальса» (разбор счета); • Изучение малого левого квадрата; • Большой левый квадрат (геометрия рисунка); • Движение «виско»;		

	• «Синкошированное шассе» (в закрытой и промеладной позиции).		
	Танец «Cha-cha-cha»		
	• Геометрия основного шага (разбор под счёт); • Основной шаг по одному и в паре, используя технику исполнения; • «Соло-поворот» партнерши; • Альтернативные способы исполнения основного шага (4 варианта); • Движение «Cha-Cha-лок»; • Движение 3 Cha (альтернативные способы); • «Адеманга»; • Движение «всер»; • «Осевые повороты» - направо - влево; • Составление и отработка композиции танца по одному и в паре, под счёт и музыку; • Отработка техники и манеры исполнения основного шага, отдельно и в парах; • Движение «адеманга» - альтернативный вариант; • «Всер» - партия партнёра и партия партнерши; • «Соло-поворот» девочек;		
	Танец «Samba»		
	• Разбор счёта и работа коленей и стопы на счёт «раз-и-два-и»; • Основной шаг, «доступательный ход»; • Движение «выск» по одному и в паре; • Движение «самба-ход» на месте (пружинки в коленях); Правый поворот в большом квадрате.		
	Всего: 6 часов		
Тема 4	Русский народный танец	1 час	2 часа
	• Изучение основных танцевальных элементов русского народного танца; • Знакомство с их особенностями.		
	Всего: 3 часа		
Тема 5	Этика народного танца	1 час	2 часа
	• Особенности взаимоотношения в танцах отечественной программы;		

	• Техника исполнения базовых движений; • Правила ведения в паре; • Роль музыки и костюма в танцах. • Особенности взаимоотношения партнеров при исполнении танцев западноевропейской программы; • Особенности взаимоотношения партнеров при исполнении танцев латиноамериканской программы.		
	Всего 3 часа		
Тема 6	Танцевальные композиции	1 час	5,5 часа
	• Танец «Фигурный вальс» • Танец «Сударушка» «Cha-cha-cha» «Самба».		
	<u>Композиция танца «Медленный вальс»</u>		
	• ½ правого поворота; • Правая перемена; • ½ левого поворота; • Левая перемена; • «Виск»; • «Пассе»; • Закрытие. <u>Отрабатывается и достигается:</u> музыкальность, техника работы стопы, перенос веса тела, ориентация в зале, контактное ведение.		
	<u>Композиция танца «Cha-Cha-Cha»</u>		
	• Основной шаг; • «Веер»; • «Алемана»; • 3 «Ча»; • «Нью-Йорк»; • «Спот поворот»; • Основной шаг; • 2 «Нью-Йорк»; • «Рука к руке»; <u>Отрабатывается и достигается:</u> техника исполнения базовых движений, техника работы стопы, координация движений, ориентация в зале при исполнении композиции.		
	<u>Композиция танца «Samba»</u>		
	• Основное движение;		

	• «Соло-поворот» партнёриш» • «Виско»; • «Самба-ход»; • <u>Отрабатывается и достигается:</u> техника шагов, ритмичность, музыкальность, работа стопы, правильный перенос веса тела, работа бёдер, позиции (открытые и закрытые, променадные и контрпроменадные), ведение в паре.		
	Всего: 6,5 часов		
Тема 7	Творческая деятельность	1 час	6 часов
	• Самостоятельно исполнять выученные танцевальные элементы и танцы; • Уметь составлять несложные композиции из выученных движений; • Выразительно исполнять танцевальные композиции.		
	Всего: 7 часов		
	За II-е полугодие:	9 часов	26 часов
	<i>Итого за год: 65 часов</i>	18 часов	47 часов

Календарно-тематическое
планирование
по
дополнительной образовательной
программе
«Бальные танцы»
Второй год обучения

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№	Т Е М А	Сроки
<i>Сентябрь</i>		
1.	История возникновения балетных танцев;	1-неделя
2.	Танец «Вальс-качели»: движение покачивание с поворотом, переход на чужие места.	1-неделя
3.	Танец «Полька»: боковые «галюпы», подскоки на месте и с продвижением по линии танца.	2-неделя
4.	Танец «Рильо»: повороты в «теневой» позиции; раскручивание по руке, закручивание партнерши.	2-неделя
5.	Танец «Чарльстон»: изучение основного шага, работы стопы.	2-неделя
6.	Танец «Полька»: носочно-каблучное движение, повороты в паре на подскоках.	3-неделя
7.	Танец «Вальс-качели»: легкий бег по кругу повороты и кружение в паре.	4-неделя
8.	Отработка выученных элементов.	4-неделя
<i>Октябрь</i>		
9.	Танец «Полька»: «Подочка» на месте и в повороте; движение «раскрытие» на шагах и подскоках.	1-неделя
10.	Выразительные средства музыки: звук, ритм, темп, мелодия;	1-неделя
11.	Танец «Вальс-качели»: поклоны и переходы на начало танца.	2-неделя
12.	Танец «Русский лирический»: тройной переменный шаг вперед, назад.	2-неделя
13.	Танец «Чарльстон»: движение «раскручивание-закручивание» по спирали в повороте.	3-неделя
14.	Танец «Полька»: соединение выученных движений в композицию танца.	3-неделя
15.	Самостоятельное сочинение упражнений для головы, рук, ног, плеч, корпуса (по выбору).	4-неделя
16.	Танец «Русский лирический»: движение «припадание» вправо и влево.	4-неделя
<i>Ноябрь</i>		
17.	Комплекс упражнений на развитие эластичности мышц.	1-неделя
18.	Отработка танца «Вальс-качели»: музыкальность, координация стоп, ориентация в зале.	2-неделя
19.	Танец «Рильо»: основной шаг танца, шассе-проход, поворот под рукой, смена мест.	2-неделя
20.	Азбука классического танца: новые элементы трюкажа. Знакомство с позами, связующими движениями.	3-неделя
21.	Творческая деятельность: импровизация под разнообразную музыку.	3-неделя

58

22.	Танец «Ша»: разбор счета и геометрия шага (рисунок основного шага), основной шаг танца (работа над техникой исполнения) по одному, затем в парах.	5-неделя
Декабрь		
23.	Творческая деятельность: формирование умений выразительно исполнять движения, передавать ритмический рисунок; развитие коллективного чувства.	1-неделя
24.	Отика парного танца: особенности взаимоотношений партнёров при исполнении прибалтийских танцев, постановка исполнителей в паре.	1-неделя
25.	Понятие о характере музыки, ритмический рисунок.	2-неделя
26.	Танец «Русский лирический»: положение рук в танце, отработка ритмичности, координации стоп.	2-неделя
27.	Танец «Ша»: разбор движения «нью-Йорк» - отдельно и в паре под счёт и музыку; разбор движения «алемана»;	3-неделя
28.	Постановочное соединение и отработка движений в танце «Вальс-качели».	3-неделя
29.	Танец «Ша»: Соединение выученных движений в композицию танца.	4-неделя
30.	Комплекс упражнений в народном и классическом стиле. Самостоятельное исполнение танцев: «Чирльстон», «Полька».	4-неделя
Январь		
31.	Музыка - один из основных компонентов балльной хореографии: освоение основных правил поведения на занятиях.	1-неделя
32.	Танец «Фигурный вальс»: движение «баланс», аправо-влево по III позиции. «Баланс» вперед-назад.	2-неделя
33.	Танец «Сударушка»: основной шаг танца; открытая танцевая позиция с продвижением по линии танца.	3-неделя
34.	Танец «М. вальс»: движение «качели», малый квадрат. Работа стопы при исполнении правого поворота (подъёмы и опускания).	3-неделя
35.	Танец «Фигурный вальс»: смена мест - элемент «окошечко»; «Тройной» переменный шаг партнера - движение «дорожка».	4-неделя
36.	Танец «Ша»: геометрия основного шага (разбор под счёт); основной шаг по одному и в паре, используя технику исполнения.	4-неделя
37.	Особенности взаимоотношения партнёров при исполнении танцев западноевропейской программы.	5-неделя
Февраль		
38.	Связь танцевальных движений с характером и ритмом музыкальных произведений.	1-неделя
39.	Танец «Фигурный вальс»: повороты партнерши под рукой. Вальс по линии танца - 4 тура.	1-неделя
40.	Танец «Ша»: «Соло-поворот» партнерши под рукой - «алемана»;	2-неделя

41.	Танец «Samba»: разбор счёта и работа коленей и стопы на счёт «раз-и-два-и». Отрабатывается: ритмичность, музыкальность.	2-неделя
42.	Танец «М. вальс»: правый поворот в паре в учебной, затем в танцевальной позициях. Большой квадрат – разбор счёта.	4-неделя
43.	Танец «Samba»: основной шаг, «поступательный ход».	4-неделя
Март		
44.	Танец «Cha»: движение «всер», «Осевые повороты» - направо – влево.	1-неделя
45.	Почему в хореографии используется терминология на французском языке? История первой балетной школы, первые балетные позиции.	1-неделя
46.	Танец «М. вальс»: изучение движения «выск». Отрабатывается: техника работы стопы, геометрия шагов.	2-неделя
47.	Танец «Samba»: движение «выск» по одному и в паре. Отрабатывается: координация стоп.	3-неделя
48.	Танец «Cha»: составление и отработка композиции танца по одному и в паре, под счёт и музыку.	3-неделя
49.	Отработка и самостоятельное исполнение танца «Фигурный вальс».	4-неделя
50.	Творческая деятельность: самостоятельное исполнение выученных движений в танцах: «Русский лирический» и «Ритмо».	4-неделя
51.	Особенности взаимоотношения партнеров в танцах отечественной программы.	5-неделя
52.	Особенности взаимоотношения партнёров при исполнении танцев латиноамериканской программы.	5-неделя
Апрель		
53.	Как мы будем говорить, понимать друг друга? (словарь хореографических терминов). Знакомство и пополнение словарного запаса новыми терминами.	1-неделя
54.	Составление и отработка композиции танца «Медленный вальс».	2-неделя
55.	Изучение основных танцевальных элементов русского народного танца. Знакомство с их особенностями.	2-неделя
56.	Танец «Samba»: Движение «симба-ход» на месте (пружинки в коленях). Правый поворот в большом квадрате.	4-неделя
57.	Танец «М. вальс»: «синкопированное шассе» (в закрытой и променадной позиции).	4-неделя
58.	Разбор и отработка движения «глиссе» - скользящий шаг.	2-неделя
59.	Техника исполнения базовых движений. Правила ведения в паре.	
Май		
60.	Разнообразие музыкальных произведений и их характер, начало и окончание музыкальной фразы.	2-неделя
61.	Самостоятельное исполнение танцев: «Фигурный вальс».	2-неделя

«Сударушка».		
62.	Как мы будем говорить, и понимать друг друга? (словарь хореографических терминов)	3- неделя
63.	Передача в движениях ритмического рисунка.	3- неделя
64.	Творческая деятельность: составление несложных композиций из выученных движений.	4- неделя
65.	Итоговое занятие: повторение всех выученных танцев.	4- неделя

Работа с родителями:

- *Беседа о правилах поведения на занятиях и технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях;*
- *Организация работы: график занятий, выступления, праздники;*
- *Индивидуальные встречи (беседы о проблемах и успехах детей и т.д.);*
- *Проведение открытых занятий для родителей;*
- *Участие в открытых мероприятиях или внутришкольных концертах, праздниках.*

5

Экология

- Самостоятельно реализовать потребность в востановленном эстетическом развитии в процессе обучения танцевального искусства.
- Проявить навыки к культуре.
- Формирую личность, способную к саморазвитию, формирую эстетические вкусы, которые могут определить и выбор профессии, и возможно всю судьбу человека.
- *«Внешняя чистота и изящество должны быть выражением внутренней чистоты и красоты».*
- Формирую чувства прекрасного, стремление к красоте, изяществу, к выявлению в танце всех оттенков эмоциональной выразительности.
- Балетный танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры ребенка. Вежливость, внимательное отношение к партнеру, чувство ответственности перед товарищами. Эти черты воспитываются у детей в процессе занятий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Асмолов А.Г. Дополнительное образование, как зона ближайшего развития образования в России: от традиционной педагогики к педагогике развития. Вншкoльннк. №9. 1997г.
2. Барышников Т. «Азбука хореографии», М. Айрис Пресс, 1999 г.
3. Белкина С.Н. и др. «Музыка и движение», издательство «Просвещение», 1998г.
4. Богомолова Л.В. «Основы танцевальной культуры». – М., 2001 г.
5. Бриске И.Э. «Ритмика и танец», методические рекомендации по работе с детьми, Челябинск, 1999 г.
6. Виноградова С.Б. «Программа по ритмике», Центр эстетического развития детей, Екатеринбург, 1998 г.
7. Ветевитинов Г.П. «Современный этап развития балльного танца», Мин. культуры, 2006 г.
8. Воронина И.А. «Историко-бытовой танец», М. «Искусство», 1980г.
9. Государственный образовательный стандарт (НРК) образования в период детства, основного общего и среднего (полного) общего образования Свердловской области – Екатеринбург, 2000 г.
10. Дмитриева Л.Г., Черноиваненко П.М., Методика Музыкального воспитания в школе, М., «Просвещение», 1989г.
11. Закон РФ «Об образовании». Вестник образования №11, 1992г.
12. Конвенция о правах ребенка. Ст.28.
13. Кушлева Н.А. «Основы эстетического воспитания», М. «Просвещение», 1986г.
14. Методика Алексеевой Л.Н. «Художественное движение».
15. Методические указания в помощь педагогу балльного танца. М. 1988г.
16. Немов Р.С., Кирпичник А.Г. «Путь к коллективу», М. «Педагогика», 1988г.
17. Областной закон «Об образовании в Свердловской области». Принят 30.06.98г.
18. Положение РАСТ о допустимых танцах и фигурах, от 30.01.10г., утвержденным Президиумом РАСТ.
19. Программа «Дополнительное образование 1996-1998гг.», Екатеринбург, 1996г.
20. Программа 2. Итоги, проблемы, и перспективы развития системы дополнительного образования. Екатеринбург, 1999г.
21. «Ритмика и танец», программа для отделений общешкольного образования и хореографических отделений школ искусств, М., 1980 г.
22. Ротерс Т. «Музыкально-ритмическое воспитание», М.

- «Просвещение», 1986г.
23. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. «Музыкальное движение», М.
«Просвещение», 2000г.
24. Смаковская Л.В. «Воспитание танцем в школе», педагог-
хореограф
МОУ СОШ № 150 г. Екатеринбург, 1998 г.
25. Современный танец. Методическая разработка для педагогов школ
искусств. Челябинск. 1990г.
26. Трифонова Т.Б. Программа «Музыка в движении», преподаватель
московской школы № 1301.
27. Фомина А.Б., Учреждение дополнительного образования детей:
инновационная социально-педагогическая модель. М. 1996г.
28. Череховская Р.Д. «Танцевать могут все», Минск. 1993г.
29. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу», М., 2008 г.

62