

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Алексеевская средняя общеобразовательная школа  
Яковлевского городского округа»

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора  
МБОУ «Алексеевская СОШ»  
 /Н.И. Алехина/  
« 30 » 08 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Алексеевская СОШ»  
 /Н.Н. Дубинина/  
Приказ № 8-ОД  
от « 30 » августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**Дополнительного образования**  
**ХОРЕОГРАФИЯ**  
**2022-2023 учебный год**

**Спицын Максим Евгеньевич**

Разработал  
Инструктор по ФК  
Спицын Максим Евгеньевич

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
МБОУ «Алексеевская СОШ»  
Протокол № 1\_  
от « 30 » августа 2021 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дополнительного образования «Бальный танец», 9-11 класс, разработана на основе учебного пособия Современный бальный танец. Под редакцией В.М. Стригановой и В.И. Уральской: Учебное пособие. - М., Просвещение, 2012.

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

### **Задачи программы:**

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;
- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;
- обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами бального танца, воспитать культуру движения.

### ***Количество учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа.***

В соответствии с календарным учебным графиком на 2020-2021 учебный год (34 учебные недели), расписанием уроков количество часов на изучение курса в 9-11 классах в рабочей программе 34 часа.

Занятия 1 раз в неделю.

Наиболее подходящей формой для реализации данной программы является форма кружка.

### **В программе выделены следующие направления:**

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

### **Планируемые результаты программы**

В результате изучения программы «Хореография» - учащийся должен:

**ЗНАТЬ:**

- теоретические основы методики исполнения движений бального танца;
- методы приемы формы и стили бального танца;
- стилистические особенности музыкальных произведений для танцев.

#### **ВЛАДЕТЬ:**

- техникой исполнения движений бальных танцев
- методикой работы с музыкальным материалом;
- навыками актерского мастерства;

#### **УМЕТЬ:**

- определять и различать танцы;
- использовать знания техничного исполнения бальных танцев;
- раскрыть перед зрителями смысловую образность, характер и музыкальность танцев;
- применять полученные знания в самостоятельной деятельности;
- осуществлять подбор музыкального материала
- использовать танцевальный костюм и его детали, а также аксессуары для определенной программы в бальном танце.

### **Формы организации учебного процесса.**

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

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях. Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

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

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

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

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

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

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

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

**Формами** педагогического контроля являются итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата.

### **Содержание программы дополнительного образования «Хореография»**

#### **1. Введение.**

**Тема:** Вводное занятие. Техника безопасности. Начальная диагностика

-анкетирование детей.:

-инструктаж по технике безопасности.

-выявление уровня ЗУН, который имеют дети.

#### **2. Основы танца Падеграс.**

**Тема:** Основы музыкальной грамотности. Ориентирование в пространстве.

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

**Тема:** Изучение основ танца.

- отработка основных движений танца.

**Тема:** Постановка танцевальной композиции.

- постановка танца полонез.

#### **3. Основы танца Полонез.**

**Тема:** История танца полонез.

**Тема:** Основы музыкальной грамотности:

- музыкально-ритмическая характеристика танца.

**Тема:** Ориентирование в пространстве:

- знакомство с направлениями движений в танце.

**Тема:** Основные позиции рук и ног в танце.

**Тема:** Изучение основ танца:

- основное движение вперед;

«Реверанс»;

«Шене»;

«Променад»;

«Фонтан»;

«Веер»;

«Обходка»

«Балансе вперед»

«Поворот партнерши под рукой».

**Тема:** Постановка танцевальной композиции:

- постановка танца полонез.

#### **4. Основы танца Ча-ча-ча.**

**Тема:** Основы музыкальной грамотности:

- музыкально-ритмическая характеристика танца.

**Тема:** Изучение основ танца. Постановка танцевальной композиции.

- отработка основных движений танца.

#### **5. Основы танца Джайв.**

**Тема:** Основы музыкальной грамотности:

- музыкально-ритмическая характеристика танца.

**Тема:** Ориентирование в пространстве:

- знакомство с направлениями движений в танце.

**Тема:** Изучение основ танца:

- открытое шассе направо и налево;

- открытое шассе вперед и назад;

- то же делая вместо шассе локк;

- два шассе вперед – два шассе назад;

- болл 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».

**Тема:** Постановка танцевальной композиции:

-постановка упрощенного варианта танца Джайв.

## **6. Основы танца Танго.**

**Тема:** Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

**Тема:** Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

**Тема:** Изучение основ танца:

- ход вперед по маленькому кругу, поворачиваясь влево;
- «Левый квадрат» (корте вперед и назад);
- «Большой левый квадрат»;
- «Левый развернутый квадрат»;
- «Левый открытый развернутый квадрат»;
- «Левый развернутый квадрат назад»;
- «Левый открытый развернутый квадрат назад»;
- «Рок» (покачивание вперед и назад).
- «Поступательный боковой шаг».
- «Ход».
- «Рок-поворот».
- «Корте назад».
- «Поступательное звено».
- «Закрытый променад».
- «Основной левый поворот».
- «Открытый променад».
- «Форстеп».
- фор стэп;

**Тема:** Постановка танцевальной композиции:

-постановка танца Танго.

## **7. Медленный вальс:**

**Тема:** Основы музыкальной грамотности. Ориентирование в пространстве

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

-знакомство с направлениями движений в танце.

**Тема:** Изучение основ танца:

- стоя в шестой позиции, опускаться и подниматься;

- 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».

#### **8. Танец Венский вальс.**

**Тема:** Основы музыкальной грамотности:

-музыкально-ритмическая характеристика танца.

**Тема:** Ориентирование в пространстве:

-знакомство с направлениями движений в танце.

**Тема:** Изучение основ танца.

- изучить основы танца. Отработать движений танца.

**Тема:** Постановка танцевальной композиции.

- постановка танца Венский вальс;

- отработка поставленного танца.

#### **Итоговая диагностика.**

**Тема:** Контрольное занятие: -проверка ЗУН детей.

-демонстрация изученных танцевальных композиций.

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

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

#### **Учебно-тематическое планирование**

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1	Введение	1
2	Основы танца Падеграс	6
3	Основы танца Полонез	15
4	Основы танца Ча-ча-ча	4
5	Основы танца Джайв	8
6	Основы танца Танго	10
7	Основы танца Медленный вальс	4
8	Основы танца Венский вальс	16
9	Итоговая диагностика	4
<b>ИТОГО</b>		<b>68</b>

### Учебно-методические средства:

#### Список литературы, рекомендуемой для учителя

1. Альфонса, П. К. Искусство танца фламенко/ П. К. Альфонса. – М.: Искусство, 1984.
2. Бальные танцы / ред. М. Жиламене. – Рига, 1954.
3. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К.Барышникова. – СПб., 1996.
4. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2000 г.
5. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2002 г.
6. Боттомер, Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. – М.: Эксмо, 2003.
7. Г. Говард «Техника Европейского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
8. Динниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
9. Кауль Н. «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы». Ростов -на- Дону, «Феникс», 2004 г. Кнорова Е.В. Танцевальные кружки для старших школьников / Е. В. Кнорова, В. Н. Светинская – М.: Академия пед. наук, 1958.
10. Лерд У. «Техника Латиноамериканского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
11. Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М. А. Михайлова, Е. В. Воронина. – Ярославль, 2000.
12. Пересмотренная техника европейских танцев / пер. с англ. и ред. Ю. Пина – СПб., 1993.
13. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев / пер. с англ. и ред. Ю. Пина – СПб., 1993.
14. Подласый И. П. «Педагогика: В 2 кн.», «Владос», 2003 г.
15. Реан А. А. и др. «Психология и педагогика», «Питер», 2004 г.

#### Список литературы, рекомендуемой 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. Рубштейн Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым», М., 2000 г.