

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НИКОЛЬКИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
АБДУЛИНСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ОРЕНБУРГСКАЯ ОБЛАСТЬ

«РАССМОТРЕНО»

на заседании ШМО
Протокол №1 от 30.08.23 г
Председатель ШМО

_____ А. А. Стекольников

«СОГЛАСОВАНО»

30.08.2023 года
Зам. директора по УВР

_____ А. А. Стекольников

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 3/5 от 31.08.23г.
Директор МБОУ
«Николькинская СОШ»

_____ В. А. Кузьмин



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Основы танцевального искусства»

Разработана на основе примерная программа по внеурочной деятельности «Хореография» для школьников на основе программы подготовленной Л.Н. Михеевой 1-11 классы Москва «Просвещение» 2009 г. в соответствии с Государственным стандартом общего образования по хореографии - ритмике.
Срок реализации программы- 1 год

1-4 классы

Автор-составитель:
Руководитель внеурочной деятельности
МБОУ «Николькинская СОШ»
первой категории Степанова Э.Б.

с. Николькино, 2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Основы танцевального искусства» для 5-10 классов разработана на основе следующих **нормативно-правовых документов**:

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями).
2. Федеральный государственный образовательный стандарт общеобразовательной программы по внеурочной деятельности для учащихся 5-9 классов, утвержденные приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010г. №1897.
3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 19.04. 2011 г. № 03-255 «О введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»
5. С учетом положений Приказа Минобрнауки России от 30.08.2013 №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» и иных нормативных правовых документов.
6. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
7. СанПиН 2.4.2.2821-10 от 29 декабря 2010 г. № 189 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
8. Примерная программа по внеурочной деятельности «Хореография» для основной школы на основе программы подготовленной Л.Н. Михеевой 1-4 классы Москва «Просвещение» 2009г. в соответствии с Государственным стандартом общего образования по хореографии -ритмике.
9. ООП НОО МБОУ «Николькинская СОШ»
10. Положение о внеурочной деятельности МОБУ «Николькинская СОШ»

Внеурочная деятельность обучающихся в рамках занятий по данной программе организуется по общекультурному направлению.

Цель программы: развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся, на основе приобретенных комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций, воспитание гармонично развитой личности ребенка с помощью танцевального искусства.

Приоритетные задачи:

1. Знакомство с историческим развитием танца;
2. Изучить танцевальную культуру XVI-XIX веков;
3. Познакомить с наиболее типичными формами исторического танца, его элементами и манерой исполнения;
4. Овладение учащимися основными элементами танцев, стилем и манерой исполнения, а также примерами композиций танцев;
5. Воспитание музыкального слуха учащихся на лучших образцах музыки прошлых веков;
6. Развивать моторику - двигательную и логическую память;

7. Формировать художественно-эстетический вкус, культуру эмпатического общения;
8. Развивать чувство ансамбля (чувство партнерства), двигательные-танцевальные способности, артистизм;
9. Приобретение учащимися опыта творческой деятельности и публичного выступления;
10. Обучать детей танцевальному искусству, основываясь на программных движениях.

Помимо образовательных задач, которые определяются для каждого года обучения, программа решает ряд воспитательных задач, не теряющих своей актуальности для любого года обучения:

- формировать навыки здорового образа жизни, коммуникативные навыки и культуру поведения;
- стимулировать интерес к творческим видам деятельности;
- воспитывать внимательность, инициативность, стремление к саморазвитию.

Формы организации образовательного процесса:

Программа предусматривает групповую работу, со всем классом.

Основными **видами** учебных занятий являются: лекции, практические и контрольные занятия. Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, закрепленных практическими занятиями, изучением танцевальных композиций и публичного выступления. Также допустимы к применению дистанционные образовательные технологии или электронное обучение.

Настоящая программа создает условия для культурного, социального и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребёнка, её интеграции в системе мировой и отечественной культур.

Программа педагогически целесообразна, так как способствует более разностороннему раскрытию индивидуальных способностей ребенка, которые не всегда удаётся рассмотреть на уроке, развитию у детей интереса к различным видам деятельности, желанию активно участвовать в продуктивной, одобряемой обществом деятельности, умению самостоятельно организовать своё свободное время.

Общая характеристика курса

Актуальность программы

Воспитание подрастающего поколения является одной из основных задач цивилизованного общества. Большую воспитательную роль здесь может сыграть хорошо поставленное обучение молодежи в частности бальному танцу. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования.

В рамках реализации ФГОС НОО предлагается программа внеурочной деятельности, под которой следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной. Необходимость программы вызвана тем, что в последние годы падает уровень духовной культуры общества и подрастающего поколения, привлекательными и престижными становятся невысокие образцы «легкой культуры», освоение которых не требует от человека серьёзной умственной и душевной работы, проявляется непонимание значимости культурно-исторических памятников, низкая культура чувств, незначительный интерес к истории, непонимание ее закономерностей, преобладание абстрактных, схематических представлений о прошлом, идет процесс углубления противоречия между старшим и младшим поколениями.

Адресат программы

Рабочая программа учебного предмета «Основы танцевального искусства» направлена на выявление и развитие творческих способностей каждого ученика 7-17 лет, приходящего на уроки хореографии. Необходимость знаний, заложенных в программе, обусловлена тем, что первостепенной задачей педагога в процессе обучения стоят воспитательные функции, формирующие интерес к занятиям танцем как потребность воспитания красоты и грациозности фигуры, как условия комфортности общения. Используемые танцевальные движения оказывают положительное влияние на здоровье детей. Воздействуя на мышечную систему, упражнения повышают двигательную активность, улучшается подвижность суставов, происходит восстановление после стрессовых ситуаций.

Хореография способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно – творческая и танцевальная способность, фантазия. Память, обогащается кругозор. Занятия хореографией направлены на воспитания организованной, гармонически развитой личности.

Объем программы – 33 часа

Срок освоения программы – 1 год

Режим занятий – 1 час в неделю

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Основы танцевального искусства» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

По окончании изучения курса «Основы танцевального искусства» должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
 - формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
 - развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
 - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
 - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
 - развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
 - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
 - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
 - развитие художественно-эстетическое вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;

 - реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
 - позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.
- У учащихся формируются умения:***
- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
 - решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
 - проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в художественно-эстетической жизни взвода, корпуса (музыкальные вечера, концерты).

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
 - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
 - формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
 - определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
 - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
 - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.
- являются способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;
- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;
- умение участвовать в танцевальной жизни взвода, корпуса, города и др. и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

У учащихся формируются умения:

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивать их;
- выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.);
- находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства;
- передавать свои впечатления в устной и письменной форме.

Предметные результаты:

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

У учащихся формируются умения:

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю - танец классический, народный, эстрадный, современный;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях взвода, корпуса.

1. Развитие музыкальности

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности слушать знакомые и новые музыкальные произведения, высказываться о музыке, двигаться под музыку, узнавать, что это за произведения и кто их написал;
- обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями, включая классические и современные произведения .
- развитие умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, передавая как контрасты, так и тонкие нюансы: изящество, тревожность, грусть, безмятежность и восторг и т.д. Уметь в слове выразить характер движений, подбирая точные эпитеты;
- развитие умения различать и выражать в движении основные средства музыкальной выразительности: темп (разнообразный, а также ускорения и замедления), динамику (усиление и уменьшение звучания, разнообразие динамических оттенков); регистр (высокий, средний, низкий); ритм (разнообразный, в том числе и синкопы);

различать 2-3-частную форму произведения (с малоконтрастными по характеру частями), а также другие структуры сочинений — вариации, рондо. Уметь правильно пользоваться простейшими музыкальными терминами: ритм, темп, динамика и т.д.

- развитие способности различать жанр произведения — плясовая (вальс, полька, старинный и современный танец), песня (песня-марш, песня-танец и др.), марш (разный по характеру) — и выражать это в соответствующих движениях, в словесных описаниях, использовать элементарные музыкальные термины и понятия (например, "мелодия", "аккомпанемент", "регистр" и др.).

2. Развитие двигательных качеств и умений

- Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений. Основные: ходьба — бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, "с каблучка", вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), ходьба на четвереньках, "гусиным" шагом, с ускорением и замедлением;

- бег — легкий, ритмичный, передающий различные образы; широкий, острый, с остановками, пружинящий бег;

- прыжковые движения — разнообразные сочетания прыжков на одной и на двух ногах на месте, с продвижением вперед, различные виды галопа, поскоков ("легкий" и "сильный"), на скакалке и др.;

- общеразвивающие упражнения — на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости движений, координации рук и ног, с предметами и без них;

- имитационные движения — разнообразные образно-игровые движения, жесты, раскрывающие понятный детям образ, динамику его настроений или состояний природе, в настроениях человека и животных, в вымышленных игровых ситуациях);

- плясовые движения — элементы народных плясок и детского бального танца, танцевальные упражнения, включающие асимметрию (из современных, ритмических танцев), а также разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические движения: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, шаг с каблучка, вальсовый шаг.

Формы аттестации/ контроля – контроль осуществляется в виде зачетных контрольных занятий, участие в концертных программах.

Оценочные материалы – Система оценки планируемых результатов

- Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля являются итоговые занятия, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

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

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

- - промежуточный – итоговое занятие в конце четверти,

- - итоговый - показательные выступления, участие в концертах и конкурсах.

Итоговая уровневая оценка осуществляется по следующим направлениям:

Высокий уровень	выполнение всех показателей и заданий, соответствующих данному возрасту
Средний уровень	недостаточно четкое выполнение показателей или заданий, соответствующих данному возрасту

Низкий уровень

невыполнение показателей и заданий данного возраста

Содержание программы.

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера.

Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие разделы:

«Азбука классического танца» (*тренаж*).

«Танцы народов мира. Историко-бытовой танец, бальный»

«Современный танец»

«Репетиционно - постановочная работа»

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

Раздел «Азбука классического танца»

Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического танца.

Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, 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. Классический тренаж вырабатывает умение сохранять вертикальную ось, обеспечивающую равновесие тела в любом положении, воспитывают точность исполнения движения, мышечную координацию. Усвоив правила исполнения движений классического танца (экзерсис у станка), учащиеся переносят эти правила на исполнение любого движения, изучаемого на уроке.

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

Раздел «Танцы народов мира. Историко-бытовой танец, бальный»

Этот раздел включает изучение народных плясок, народно — характерного и бального танца, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и 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 тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

Вначале учащиеся знакомятся с происхождением танца, с его отличительными особенностями, композиционным построением, манерой исполнения и характером музыкального сопровождения. В танцах определённой композиции отмечается количество фигур, частей и количество тактов. Далее идёт усвоение учащимися необходимых специфических движений по степени сложности. После этого разученные элементы собираются в единую композицию.

Народно — сценический танец изучается на протяжении всего курса обучения и имеет важное значение для развития художественного творчества и танцевальной техники у учащихся. На первом этапе дети изучают простейшие элементы русского танца, упражнения по народно — сценическому танцу, изучаются в небольшом объёме и включаются в раздел «танцевальная азбука». Занятия 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 комплекс упражнений входит:

партерная гимнастика;

тренаж на середине зала;

танцевальные движения;

композиции различной координационной сложности.

Раздел «Современный танец»

Известно, что увлечения детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков не менее сильно, чем классическим танцем. В конце XIX - начале XX века в Германии и Америке зарождается современное направление хореографии - танца модерн. Истоки зарождения проявились в искусстве Айседоры Дункан, педагога Э. Жака-Далькроза. Это стремление создать новую хореографию, отвечающую потребностям человека XX столетия, получило большую поддержку. основополагающие принципы данного направления: отказ от канонов в противовес танцу классическому, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами. Это направление в хореографическом искусстве стало очень привлекательным для детских хореографических коллективов, т.к. классический танец довольно труден для изучения и доступен далеко не всем воспитанникам, а принципы освоения современного танца помогают достигать любому ребенку самовыражения через движения. С каждым годом все больше и больше российских балетмейстеров и педагогов-хореографов обращаются к современному танцу. И даже во всех главных академических театрах страны в последние годы практикуются постановки на базе современной хореографии и пластики.

Раздел «Репетиционно-постановочная работа»

Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар. Также проводится анкетирование учащихся в начале года по принципу «нравится» - «не нравится», «интересно - не очень интересно». Результаты анализа и анкетирования помогают подобрать правильно не только репертуар танцевальных постановок, но и музыкальный репертуар и темы бесед для раздела «Танец сегодня».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ Тем	Наименование раздела, темы	1 четверть		<i>Общие учебные умения, навыки способы деятельности</i>	<i>Дата по плану</i>
		всего	Форма контроля		

I.	Азбука классического танца	8		Распределять работу при совместной деятельности.	
1.	Возникновение и развитие классического, бального танца.	1	зачет	Организовывать работу в группе.	02.09.
2.	Музыка - основа танца.	1	-	Исполнять различные по характеру танцевальные произведения.	09.09.
3.	Танцевальная этика.	1	-	Разучивать и исполнять образцы музыкально-танцевального творчества	16.09.
4.	Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха.	2	зачет	Сравнивать особенности исполняемых упражнений.	23.09. 30.09.
5.	Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела.	2	зачет	Анализировать жанрово-стилистические особенности упражнений	07.10. 14.10.
6.	Танцевальные элементы.	1		Наблюдать за процессом и результатом танцевального развития на основе сходства и различий.	21.10.
II.	«Танцы народов мира. Элементы историко-бытового танца»	8		Распределять работу при совместной деятельности.	
7.	Падеграс.	4		Организовывать работу в группе.	
				Исполнять различные по характеру танцевальные произведения.	28.10 04.11.
				Наблюдать и оценивать интонационное богатство танцевального мира.	11.11. 18.11.
8.	Полька.	4			25.11. 02.12. 09.12. 16.12.
III.	«Элементы бального танца. Репетиционно - постановочная работа»	10		Осуществлять коллективную танцевально-музыкальную деятельность (на основе музыкально-исполнительского замысла), корректировать собственное исполнение.	
9.	Вальс в три па.	5		Воспринимать профессиональное и танцевальное творчество народов мира.	23.12. 30.12. 13.01. 20.01.
10.	Ритмичный фокстрот	5		Соотносить интонационно-мелодические особенности танцевального творчества своего народа и народов других стран мира.	27.01. 03.02.

					10.02. 17.02. 24.02. 03.03.
IV.	Элементы современного танца	8		Сравнивать полученные результаты с учебной задачей. Оценивать свою деятельность и деятельность других. Ориентироваться в движениях современного танца Наблюдать за процессом и результатом танцевального развития на основе сходства и различий Исследовать: определять форму построения музыкального произведения. Импровизировать: создавать современные танцевальные композиции	
11.	Тренаж современной пластики.	7			10.03. 17.03. 24.03. 07.04. 14.04. 21.04. 28.04.
	ИТОГО:	33			

I год обучения – 33 часа.

ТЕМА № 1. Возникновение и развитие классического, бального танца. (1 час)

Понятие «хореография». Виды и жанры хореографии. Цели предмета «Основы танцевального обучения»: учебные, воспитательные и развивающие.
Понятие «бальный танец». Сущность, содержание и структура бального танца. Краткая история развития бального танца. Из истории отечественного бального танца.
Социальная природа бального танца. Бальный танец как средство воспитания.

ТЕМА № 2. Музыка – основа танца. (1 час).

Что такое музыка. Размер такта. Темп. Ритм. Ритмическое деление.

ТЕМА № 3. Танцевальная этика. (1 час).

Содержание и сущность танцевальной этики. Взаимосвязь танцевальной этики с культурой. История танцевальной этики. Главные правил в этикета.
Нравственная воспитанность. Развитие танцевальной этики кадетов.

ТЕМА № 4. Упражнения для развития музыкально-ритмического слуха. (2 часа).

1. Изучение нотной грамоты.
2. Изучение ритмических рисунков. Упражнения состоящие из хлопков в ладоши и шагов.

ТЕМА № 5. Упражнения для развития отдельных групп мышц и различных частей тела. (2 часа).

1. Упражнения для рук (перевод в различные позиции). Упражнения для ног (шаги; приседание; подъем на полупальцы; отведение ноги; отведение с переворотом на каблук; круговое движение по полу; переходы; маленькие броски прыжки).
2. Упражнения для корпуса (повороты; наклоны; круговое движение).

ТЕМА № 6. Танцевальные элементы. (1 час).

Направление на площадке. Положения в паре. Положение частей тела. Позиции ног. Положения и движения ног. Позиции рук. Движения рук. Положения, движения корпуса и головы. Шаги, переходы, приставки, притопы. Сочетания движений. Музыкальное сопровождение.

ТЕМА № 7. Падеграс. (4 часа).

Танец сочинен Е. Ивановым в конце XIX- начале XX века и до недавнего времени был одним из популярных бальных танцев.

М/р – 4/4, темп умеренный.

Танец занимает 8 тактов.

1. История возникновения и развития танца.
Особенные положения в паре и соединение рук.
2. Основные движения:
- Шаги вперед и назад.
3. Композиция танца.
4. Работа над красотой, музыкальностью исполнения.

ТЕМА № 8. Полька. (4 часа).

Полька – чешский народный танец, который стал известен как бальный в первой половине XIX века.

М/р – 2/4, темп умеренно быстрый.

1. История возникновения и развития танца.
Па польки (движение занимает 2 такта).
2. Боковое па польки на месте (движение занимает 2 такта).
Па польки с продвижением вперед (1 такт)
3. Па польки с продвижением назад (1 такт).
Боковое па польки с вращением по кругу соло (полный поворот занимает 2 такта).
4. Простейший рисунок польки. (Полька с поворотом в паре по кругу).
Работа над красотой, музыкальностью исполнения.

ТЕМА № 9. Вальс. (5 часов).

Вальс – один из самых популярных, любимых и долговечных танцев. Он стал популярен благодаря простоте и доступности движений.

М/р – ¾, темп от медленного до умеренно быстрого.

1. История возникновения и развития вальса.
Вальс в три па соло с вращением по кругу вправо
2. Вальс в три па соло с вращением по кругу влево.
3. Вальс в парах с вращением по кругу вправо и влево.
4. Простейший рисунок вальса в комбинации с pas balance, pas de basque, поклоном. (16 тактов и 2 такта вступления).
5. Работа над красотой, музыкальностью исполнения.

Знакомство и отработка новых движений и фигур танца. Работа над красотой, музыкальностью исполнения.

ТЕМА № 10. Ритмичный фокстрот. (5 часов).

1. Знакомство и отработка новых движений и фигур танца.
Отработка элементов танца
2. Шаг фокстрота по кругу.
Шаг фокстрота в повороте.
3. Шаг фокстрота в паре.
Танцевальная композиция « Фокстрот».
4. Оработка танцевальной композиции.
5. Танец «Фокстрот». Репетиционная работа.

ТЕМА № 11. Тренаж современной пластики.(10 часов)

1. Оработка динамичных движений головы, плеч, корпуса.
2. Оработка доступных элементов акробатики.
3. Оработка исполнительской техники прыжков и вращений.
4. Разучивание комбинаций.
5. Оработка исполнительского мастерства.
6. Оработка исполнительского мастерства.
7. Работа над этюдами.
8. Работа над этюдами.
- 9- 10. Репетиционная работа.

Результаты обучения.

Итоги 1-го года обучения

Должен знать:

- музыкальную грамоту;
- хореографические названия изученных элементов;
- основные позиции рук и ног классического танца;
- основные позиции рук и ног русского сценического танца;
- подготовительные танцевальные движения и рисунки

Должен уметь:

- точно воспроизводить, правильно выполнять преподаваемый материал;
- прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;
- различать динамические изменения в музыке;
- внимательно слушать музыку;
- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- контролировать собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;

самостоятельно выполнять изученные элементы классического танца;

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для обучения используются методическая литература, принадлежащая системе учебников: «Хореография», рекомендованные МОН РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, содержание которых соответствует ФГОС:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» (-М.: Айрис Пресс, 1999)
2. Ваганова А. Я. «Основы классического танца» (-С.-П., 2000)
3. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание» (-М.: Просвещение, 1989)
4. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (-М., 2008)
5. Е.В. Скрипниченко «Чудо-ритмика» программа по хореографии.
6. Далькроз Э.Жак. Ритм // Театр и искусство. — 1922. — С.37.
7. Воронина И. «Историко-бытовой танец»: Учеб. пособие. – М.: Искусство, 1980
8. Богомолова Л.В. «Основы танцевальной культуры»: Программа экспериментального курса. – М.: Новая школа, 1993
9. Ермаков Д.А. «Танцы на балах и выпускных вечерах». – М.: ООО «Издательство АСТ», Донецк: «Сталкер», 2004
10. Браиловская Л.В. «Самоучитель по танцам: вальс, танго, самба, джайв». – Ростов Н/Д: Феникс, 2003
11. Телегин А.А. «Самоучитель модных танцев».- Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2004
12. Гвидо Регацони. «Учимся танцевать Латиноамериканские танцы». –М.: 2001
13. Гвидо Регацони. «Учимся танцевать Бальные танцы». – М.: 2001
14. Современный бальный танец. Пособие для студентов институтов культуры, учащихся культпросвет училищ и руководителей коллективов бальных танцев. Под ред. В.М. Строганова и В.И. Уральской. – М.: Искусство, 1977
15. Волкогонов Д.А. Военская этика. – М.: 1976
16. Курочкина И.Н. Этикет для детей и взрослых. – М.: Изд. Центр «Академия», 2001
17. Бальные танцы (Аннотированный список). – М.: Сов.Россия, 1972.
18. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 2001.
19. Бондаренко Л.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – К.: Муз.Украина, 1985.
20. Золотарев О.В. Армия и культура. – М.: Гуманитарная академия вооруженных сил, 1992.
21. Зосимовский В.А. Библиографический справочник по хореографии. – М.: Профиздат, 1959.
22. Массалов В. Приоритеты воспитания прошлого и настоящее. – С.-Петербург: Питер, 1996.
23. Музыка и движение./ Сост. С.И.Бекина и др. – М.: Просвещение, 1983.
24. Нарская Г. Историко-бытовой танец. – Челябинск: ЧГИК, 1996.
25. Современный бальный танец. Под.ред. В.М.Стриганова и В.И.Уральской. – М.: Просвещение, 1977.
26. Федорова Л. Волшебный мир танца. – Ульяновск: Типография УГСВУ, 1994.