

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования № 44 имени Маршала Советского Союза
Г.К.Жукова»

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
МБОУ ЦО № 44
Протокол № 8 от 23.05.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ЦО № 44
_____ М.В. Трусова
Приказ от 23.05. 2023 г. № 410-о

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

« **Танцуют все** »

(полное название курса)

8-11

(класс)

2023 – 2027 г.г.

Составитель программы

Богомолова Вера Владимировна

(Ф.И.О.)

Квалификация _____ **высшая** _____

Педагогический стаж _____ **25 лет**

Рассмотрено на заседании
ШМО
Руководитель ШМО

Протокол № 4 от 20.05. 2023 г.

Согласовано
Заместитель директора по УВР

Грвель Е.Л.
« 20» мая 2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
2. ВОСЬМОЙ КЛАСС	
2.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	
2.2. СОДЕРЖАНИЕ	
2.3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА	
3. ДЕВЯТЫЙ КЛАСС	
3.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	
3.2. СОДЕРЖАНИЕ	
3.3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА	
4. ДЕСЯТЫЙ КЛАСС	
4.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	
4.2. СОДЕРЖАНИЕ	
4.3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА	
5. ОДИННАДЦАТЫЙ КЛАСС.....	
5.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	
5.2. СОДЕРЖАНИЕ	
5.3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА	
6. БИБЛИОГРАФИЯ.....	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса по выбору «Танцуют все» составлена на основе примерной программы «Ритмика и бальные танцы» для начальной и средней школы Москва «Просвещение». Программа включает в себя современные бальные танцы различных народов, которые развивались на основе народного творчества и вобрали в себя все богатство его содержания и хореографического языка.

Данная программа разработана с учетом требований к результатам изучаемого курса, что позволяет спланировать различные виды учебной деятельности в их единстве и взаимосвязи.

Рабочая программа рассчитана на 1 час в неделю, всего 34 часа в год.

В каждом разделе упражнения расположены в порядке возрастающей трудности. В средних классах изучаются более легкие упражнения, в старших - более сложные и комбинированные. С первых же лет обучения следует, как выражаются в театре, «растанцевать детей», т. е. дать им элементарные артистические навыки, этого в первые годы обучения классический танец не дает: он только подготавливает учащегося, преимущественно тренируя его тело.

Программа позволяет не только использовать имеющийся здесь учебный материал, но и расширять, видоизменять, добавлять или уменьшать каждый раздел.

Занятие курса по выбору «Танцуют все» проводится всей группой. Тренировочные упражнения изучаются в начале каждого практического занятия. В процессе проведения занятий учащиеся знакомятся с принципами музыкального сопровождения урока бального танца.

По степени сложности можно рекомендовать для каждого возрастного состава свой примерный программный набор танцев. В некоторых танцах несколько вариаций, что позволяет применять их для различного возраста и степени подготовки.

Цель программы: изучить основы хореографического искусства, как выражаются в театре «растанцевать детей», т.е. дать им элементарные артистические навыки.

Задачи обучающие:

Дети должны обучаться:

1. Творческому подходу к выполнению движение, реагируя на стимулы, в том числе на музыку, и применяя основные навыки (например, перемещения, остановки, принятия поз, прыжки, повороты, жестикулирование);
2. Смене ритма, изменению скорости, уровня и направления своих движений;
3. Созданию и использованию танцев, используя простые движения, в том числе и относящиеся к различным эпохам и культурам;
4. Выразить и передавать мысли и чувства.

Задачи воспитательные:

- 1.Художественно-эстетическое и культурное развитие школьников.
- 2.Приобщение к миру танца.
- 3.Воспитать устойчивый интерес к курсу «В ритме танца».

Задачи развивающие:

Знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают школьников, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром.

Актуальность программы заключается в связи с другими хореографическими дисциплинами: народный танец, классический танец, эстрадный танец, народно-сценический танец, ритмика и танец.

1.1.ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ

На первых занятиях по данному предмету учащихся надо правильно показать позиции рук и ног, применяемые в современном бальном танце.

1.2. ПРИНЦИПЫ ВЕДЕНИЯ УРОКОВ.

- Линейные и круговые построения учащихся на уроках.
- Показ движений танца педагогом.
- Тренаж на уроке бального танца.
- Преподавание правил этикета: приглашения к танцу, культура поведения, общение во время танца.
- Связь элементов тренажа с разучиванием танцев.

Краткий методический комментарий. Задача тренажа - приобретение следующих навыков: постановка корпуса, головы, легкость и законченность в исполнении движений, координация движений, постановка правильного дыхания, умение ориентироваться во времени и пространстве, чувство позы.

1.3. ОБЩИЕ ЗАДАЧИ КУРСА.

Важнейшей задачей учебно - воспитательного процесса является художественно - эстетическое и культурное развитие школьников. Приобщение к миру танца. Знакомство с различными направлениями, историей и географией танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают школьников, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром.

Основная задача курса - привить ребенку необходимые двигательные навыки и умение чувствовать и ощущать музыкальный ритм. Способность согласовывать движения своего тела с музыкой вызывает комфортное состояние, и танцующий испытывает радость и удовольствие, осваивая те или иные задачи, которые ставит перед ним педагог.

Главная задача педагога - не только научить ученика определенным приемам, связкам движений в различных танцах, но и выработать в нем способность самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

Немаловажным является и так называемый лечебный эффект. В результате регулярных занятий создается мышечный корсет и исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие. В латиноамериканских танцах в результате активной работы

мышц брюшного пресса и спины происходит своеобразный массаж внутренних органов, организм укрепляется, ребенок меньше болеет.

Задача курса также - привить учащимся культуру общения между собой, в паре и с окружающими.

1.4. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА И ЗАДАЧИ КАЖДОГО ПОДРАЗДЕЛА.

Курс по выбору «Танцуют все» разбит на подготовительный и основной курсы.

1. Подготовительный курс - «Диско – танцы» рассчитан на 5 - е и 6 - е классы. Включает в себя разминку, общеразвивающие упражнения, диско - танцы.

2. Основной курс - «Бальные танцы» рассчитан на 7 - е классы. Включает разминку, диско - танцы, бальные танцы.

1.5. ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОНЯТИЯ.

В течение всего курса учащиеся знакомятся со следующими понятиями:

- позиции ног;
- позиции рук;
- позиции в паре;
- позиции европейских танцев;
- позиции латиноамериканских танцев;
- линия танца;
- направление движения;
- углы поворотов.

1.6. МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

Основными в освоении программы являются принципы (от простого к сложному), (от медленного к быстрому), (посмотри и повтори), (вместе с партнером), (осмысли и выполни), (от эмоций к логике), (от логики к ощущению).

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения. Далее учащиеся знакомятся с ритмическим характером и темпом.

ОСВОЕНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ПРОИСХОДИТ ПОСТЕПЕННО, поэтому иногда можно идти по пути параллельного освоения фигур, т. е. не ждать пока будет освоена

полностью одна фигура, а работать сразу над несколькими элементами одинаковой сложности.

Освоение быстрых танцев с достаточно сложной координацией (например, латиноамериканских) происходит постепенно, путем протанцовывания в медленном темпе или в полтемпа под ту же музыку. Перемена темпа еще более развивает чувство ритма. Дети быстрее осваивают движение, повторяя его за педагогом. Но необходимо также развивать способность самостоятельно выполнять движения, слушая музыку не глядя на соседа. Разбирая ошибки учащихся, педагог должен помнить, что в памяти остается последний вариант, и заканчивать разбор ошибки всегда правильным вариантом.

Важнейший вопрос - постановка в пары. У педагога очень ответственная и деликатная роль - правильно поставить в пары и, если требуется, вовремя заменить партнеров, чтобы сохранить интерес к занятиям, создать новые, более совершенные дуэты. Не менее сложной является задача научить двигаться в паре. Здесь необходимо подвести учащихся к изменению мироощущения из (я) в (мы), потому что, только ощущая себя (вместе), можно справиться с техническими рекомендациями по исполнению парной фигуры. В танцах со сложной координацией, особенно в латиноамериканской программе, необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец следует показывать и объяснять в последовательности:

- куда наступаем (как переносим вес);
- как ставим ногу (как работает стопа);
- что делает колено;
- как работают бедра;
- что делает корпус;
- как танцуют руки;
- куда направлен взгляд (что делает голова);

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

1.7. ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ

- Класс - концерт
- открытый урок
- контрольный урок
- отчетное мероприятие

1.8. МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

- Класс хореографии.
- Зеркала.
- Магнитофон.

Учебно-тематический план

Класс	Продолжительность занятий	Периодичность занятий	Кол-во часов неделю	Кол-во часов в год	Кол-во занятий в год
8	1	1 раз в неделю	1	34	34
9	1	1 раз в неделю	1	34	34
10	1	1 раз в неделю	1	34	34
11	1	1 раз в неделю	1	34	34

2. ВОСЬМОЙ КЛАСС

2.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>№ п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Кол – во часов</i>
1	«Медленный вальс»	4
2	«Фигурный вальс»	8
3	«Сударушка»	4
4	«Ча - ча – ча»	6
5	«Самба»	6
6	«Джайв»	6
Итого:		34

2.2. СОДЕРЖАНИЕ

ТЕМА 1. «Медленный вальс»: 4 часа.

Правый спин - поворот; синкопированное шассе.

ТЕМА 2. «Фигурный вальс»: 8 часов.

- Вальсовые повороты направо, налево;
- Дорожка вперед, назад.
- «БАЛАНСЕ» вперед, назад, в сторону.

ТЕМА 3. «Сударушка»: 4 часа.

- Тройной ход вперед, назад, а сторону.
- Припадание направо, налево.
- Ход с ударом вперед, назад.
- Боковые шаги, шаг каблук.

ТЕМА 4. «Ча - ча – ча»: 6 часов.

- «ЧА - ЧА – ШАССЕ»,
- «лок ча – ча»,
- «твист ча – ча»,
- «ронд ча – ча».

ТЕМА 5. «Самба»: 6 часов.

- Основной ход на месте вперед.
- Маятник.
- Виск.

ТЕМА 6. «Джайв»: 6 часов.

Основные движения:

- «Направо, налево».
- «Фоловей».
- «Носок».
- «Каблук».
- «Домик».

2.3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

- Осваиваются, достаточно серьезно, пять танцев программы «Бальных танцев».
- Сложность танцев близка к классу начинающих.
- Решается воспитательная задача поведения в паре на площадке.

3. ДЕВЯТЫЙ КЛАСС

3.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>№П/П</i>	<i>ТЕМА</i>	<i>Кол – во часов</i>
1	«Медленный вальс»	4
2	«Квикстеп»	6
3	«Венский вальс»	8
4	«Фигурный вальс»	4
5	«Ча – ча – ча»	4
6	«Самба»	4
7	«Джайв»	4
<i>Итого:</i>		<i>34</i>

3.2. СОДЕРЖАНИЕ

ТЕМА 1 «Медленный вальс»: 4 часа.

- ½ правого поворота, перемена;
- ½ левого поворота, Виск шассе;
- Спин поворот в паре.

ТЕМА 2. «Квикстеп»: 6 часов.

- Ход лицом по линии танца.
- Ход спиной по линии танца.
- Четвертные повороты по одному, в парах.
- Лок степ по одному, в парах.

ТЕМА 3. «Венский вальс»: 8 часов.

- Правый поворот по одному, в парах.
- Перемена.
- Левый поворот по одному, в парах.

ТЕМА 4. «Фигурный вальс»: 4 часа.

- Променад - поворот по одному, в парах.
- «Окно».
- Смена мест.
- Поворот партнерши под рукой.

ТЕМА 5. «Ча - ча – ча»: 4 часа.

- «Нью – Йорк» по одному, в парах.
- «Алемана».
- Поворот на месте.
- Веер.

ТЕМА 6. «Самба»: 4 часа.

- «ВИСК» по одному, в парах.
- Перенос веса.
- Работа стопы, колен.

ТЕМА 7. «Джайв»: 4 часа.

- Исполнения шагов в темпе.
- Техника поворотов.

3.3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

Увеличивается сложность вариаций, музыкальность, техничность. Учащиеся ориентируются в зале. Отрабатывается ведение в паре.

4.ДЕСЯТЫЙ КЛАСС

4.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>№п/п</i>	<i>Тема</i>	<i>Кол – во часов</i>
1	«Медленный вальс»	4
2	«Квикстеп»	4
3	«Венский вальс»	4
4	«Танго»	4
5	«Ча – ча – ча»	4
6	«Самба»	4
7	«Джайв»	4
8	«Румба»	6
<i>Итого:</i>		<i>34</i>

4.2. СОДЕРЖАНИЕ

ТЕМА 1 «Медленный вальс»: 4 часа.

- Перемена в паре в танцевальной позиции.
- «Балансе».
- Правый поворот в танцевальной позиции.
- Перемена по линии танца в танцевальной позиции.
- Левый поворот в танцевальной позиции

ТЕМА 2. «Квикстеп»: 4 часа.

- Техника работы стопы.
- Геометрия шагов.
- Техника поворотов.

ТЕМА 3 «Венский вальс»: 4 часа.

- Техника работы стопы.
- Координация стоп.
- Танцевальная позиция в паре.

ТЕМА 4. «Танго»: 4 часов.

- Ход по линии танца.
- Ход спиной по линии танца.
- «Кортэ» по одному, в паре.
- Два шага «кортэ».

ТЕМА 5. «Ча – ча – ча»: 4 часа.

- Техника работы стопы, бедер, корпуса.
- Перенос веса.

ТЕМА 6. «Самба»: 4 часа.

- «Бота фого» по одному, в паре.
- Теневая «бота фого».
- «Виск» с поворотом по одному, в парах.

ТЕМА 7. «Джайв»: 4 часа.

- «Фоловей трувовей».
- «Линк».
- Американский «спин».

ТЕМА 8. «Румба»: 6 часов.

- Основные движения вперед, назад.
- Боковые шаги.
- Рука к руке.
- Чек.
- Веер.
- Алемана.
- Повороты.

4.3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

Увеличивается сложность вариаций, разнообразие элементов.

5.ОДИННАДЦАТЫЙ КЛАСС

5.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ П/П	ТЕМА	Кол - во
1	«Медленный вальс»	2
2	«Викстеп»	2
3	«Венский вальс»	4
4	«Танго»	4
5	«Ча - ча – ча»	2
6	«Самба»	4
7	«Джайв»	4
8	«Румба»	4
9	«Быстрый фокстрот»	6
10	«Медленный фокстрот»	2
Итого:		34

5.2. СОДЕРЖАНИЕ

Учащиеся осваивают 10 танцев по программе (д) класса. возрастает техника и сложность вариаций. Достигается выразительность движений, подача.

В латиноамериканских танцах разучиваются вариации с применением открытых и теневых позиций.

ТЕМА 1

Геометрия шагов.

Техника поворотов.

Каблучный поворот.

Композиция танца.

ТЕМА 2

Корпусное движение.

Танцевальные позиции в паре.

Контактное ведение.

ТЕМА 3

Корпусное движение.

Контактное ведение.

Подача.

ТЕМА 4

Выход в открытый променад.

Закрытый променад.

Открытый левый поворот.

Фор степ.

Файв степ.

ТЕМА 5

Позиции в паре.

Визуальное и контактное ведение.

Ориентация в зале.

ТЕМА 6

Виск с поворотом в паре.

Корта джака в парах.

Самба ход в променадной позиции.

Вольта.

Променадный бег.

ТЕМА 7

Смена мест справа налево.

Смена мест слева направо.

Хлыст в парах.

Стоп энд гоу в парах.

ТЕМА 8

Правый Волчѣк.

Раскрытие в парах.

Хип твист в парах.

Веер.

Хоккейная клюшка.

Кукарача.

ТЕМА 9

Основные шаги вперед, назад.

Правый поворот.

Левый поворот.

Четвертные повороты.

Композиция танца.

ТЕМА 10

Основной шаг вперед, назад.

Шассе направо, налево.

Правый поворот.

Левый поворот.

Четвертные повороты.

Композиция танца.

5.3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

Возрастает техника и сложность вариаций. Достигается выразительность движений, подача.

В латиноамериканских танцах разучиваются вариации с применением открытых и теневых позиций.

6. БИБЛИОГРАФИЯ

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА.

1. Абдуллин, Э.Б. Теория и практика музыкального обучения в общеобразовательной школе. - М.: Просвещение, 1983
2. Базарова Н. , Мэй В. Азбука классического танца. М., 1983.
3. Бекина, С.И. и др. “Музыка и движение”, М., 1983.
4. Битянова М.Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. М., 1997.
5. Валукин, Е.П. Проблемы наследия в хореографическом искусстве. М., 1992.
6. Веденеева И. Будь молодой и грациозной. М. , 1998.
7. Видеосборник. Учебный цикл - Линия танца // кассеты № 1и 2.
8. Вильсон Г., Гриллз Д. Узнай возможности своего ребенка. М.: Когито-центр, 1998.
9. Воспитание музыкой: Из опыта работы / Сост. Т.Е. Вендрова. - М.: Просвещение, 1991.
10. Динейка К. Движение, дыхание, психофизическая тренировка. Минск: Полымя. 1986.
11. Ивановский Н. П. Бальный танец. М.: Искусство. 1988.
12. Классики хореографии. Л. - М., 1937.
13. Красовская, В.М. О классическом танце, в кн. Н. Базарова, В. Мей, Азбука классического танца. Л., 1983.
14. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия. М.: Физкультура и Спорт. 1987.
15. Лиэпа М. Вчера и сегодня в балете. М.: Молодая гвардия. 1982.
16. Мессерер, А.М. Танец. Мысль. Время. М., 1990.
17. Миланов, А., Борисов, И. Упражнения йогов. Киев: Здоровье. 1981.
18. Петрушин, В.И. Музыкальная психология: Учеб. пос. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1997.
19. Петрушин, В.И. Музыкальная психология. М.: Владос 1999.
20. Попова Е. Основы обучения дыхания в хореографии. М., 1968.
21. Программа. Бальный танец для средних специальных учебных заведений по специальности. // Культурно - просветительская работа (специализация: Руководитель хореографического коллектива) М.,
22. Слонимский Ю. В честь танца. М., 1988.
23. Станиславский К. Работа актёра над собой. М.: Искусство. 1985.
24. Тарасов, Н.И. Классический танец. М., 1981.

25. Теория и методика музыкального образования детей: Научно - метод. пос. для учителей музыки и студентов вузов / Л.В. Школяр, М.С. Красильникова, Е.Д. Критская, В.О. Усачева и др. - М.: Флинта: Наука, 1998.
26. Холфина, С. Вспоминания мастеров московского балета. М., 1990.
27. Филатов, С.В. От образного слова - к выразительному движению. М.,1993.
28. Франио, Г.С. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. (учебное пособие для дошкольного и младшего школьного возраста) Под общ. ред. Г.Я. Нугер. М.: Советский композитор, 1989.

Фонограммы

1. Для подготовительного цикла:
 - > Ase of Base «Happy Nation»;
 - > Modern Talking «Ready for Romance»
 - > Boney M «Greatest Hits» (Rivers of Babylon, Rasputin, Steel I'm sad др.)
2. Для балльных танцев: сборники танцевальной музыки М. Росса, из серии "Dance life"и др.
3. Лучшие песни для детей. Суперсборник – 4.
4. Лучшие песни для детей. Суперсборник – 1.
5. Классика в эстрадных обработках (248 минут) классических суперхитов в современных аранжировках).