

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 16

Принят
на заседании педагогического
совета МАОУ СОШ № 16
Протокол № 1 от 30.08.2022



Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 16
А.С.Тимошкина
приказ № 643-д
от 31.08. 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Бальный танец»

Возраст обучающихся: 11-16 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-разработчик:
Акименко Вадим Владимирович,
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2022 год

1. Комплекс основных характеристик.

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **художественной направленности** «Бальный танец» (далее - программа) составлена на основе нормативно-правовых актов и государственных программных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.12.2018) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573
- Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467)
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18.11.2015 г.);
- Устав МАОУ СОШ №16;
- Локальные акты МАОУ СОШ № 16.

Актуальность программы состоит в необходимости обучения обучающихся кадетских классов общеобразовательной школы танцевальным композициям и правилам общения на балах. Историко-бытовые и бальные танцы играют немаловажную роль в воспитании обучающихся кадетских классов. Это связано с многогранностью

танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она побуждает к творчеству. Обучение по данной программе, несомненно, будет способствовать удовлетворению индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном развитии, а также формированию и развитию творческих способностей обучающихся.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что она способствует комплексному решению задач по образованию и воспитанию обучающихся кадетских классов общеобразовательной школы, повышению уровня музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития обучающихся, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Адресат общеразвивающей программы. Программа предназначена для обучающихся кадетских классов общеобразовательной школы в возрасте 11-16 лет, имеющих интерес к хореографическому искусству, историко-бытовому танцу, совершенствованию умений и навыков в данном творческом направлении.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа. Предусмотрен перерыв 10 минут по истечению каждого часа. Группа формируется в количестве 25-30 человек.

Объем и срок освоения программы. Настоящая программа рассчитана на 4 учебных года и составляет в год 68 академических часов.

Уровни программы.

«Стартовый уровень» - 1 и 2 год обучения, предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания общеразвивающей программы.

«Базовый уровень» - 3 и 4 год обучения, предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления общеразвивающей программы.

Формы обучения: очная, фронтальная, групповая, парная, индивидуальная, заочная с применением ЭО и ДОТ, дистанционная.

Виды занятий: практические, теоретические занятия, открытые уроки, концерты, балы.

Формы подведения результатов: открытые уроки, отчетный концерт, бал.

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель программы - формирование и развитие творческих способностей обучающихся кадетских классов общеобразовательной школы, посредством бальной хореографии и историко-бытового танца.

Задачи

Обучающие;

- формирование у обучающихся интереса к искусству танца, танцевальным знаниям, умениям и навыкам на основе освоения программного материала;
- формирование навыков правильного и выразительного движения в области бального и историко-бытового танца;
- формирование навыков музыкально-двигательного движения, пластики, культуры движения, выразительности, умения ориентироваться в пространстве;
- обучение детей сценическому мастерству.

Развивающие;

- развитие способностей обучающихся к творчеству, музыкального слуха и чувства ритма, воображения, коммуникативных умений, способности к импровизации.
- Овладение учащимися приемами самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля, взаимоконтроля.
- Приобщение воспитанников к творческой деятельности, участию в концертной деятельности.

Воспитательные:

- воспитание музыкального вкуса и любви к искусству танца, способности к продуктивному творческому общению;

- развитие формы общения в коллективе на основе взаимоуважения, концентрации и мобилизации сил, для выполнения общих задач.
- развитие личностных качеств - трудолюбие, целеустремлённость, выносливость.
- способствование формированию общей культуры обучающихся, способных применять полученные знания и умения на практике, успешно адаптироваться в современном обществе.

1.3. Содержание программы

Учебный (тематический) план

1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Наблюдение
2.	Основные элементы историко-бытового танца				
2.1	Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног	6	-	6	Наблюдение
2.2	Поклоны и реверансы	6	-	6	Наблюдение
2.3	Шаги	12	-	12	Наблюдение
3.	Танцевальные композиции для бала				
3.1	Берлинская полька	6	-	6	Наблюдение
3.2	Па-де-Грас	4	-	4	Наблюдение
3.3	Вальс «Дружба»	6	-	6	Наблюдение
3.4	Полонез	4	-	4	Наблюдение
3.5	Сударушка	6	-	6	Наблюдение
3.6	Танец-игра «Ручеёк»	2	-	2	Наблюдение
3.7	Полька-тройка	4	-	4	Наблюдение
4	Танцевальная культура XV–XVI вв.	4	4	-	Наблюдение
5.	Этикет	4	2	2	Открытый урок, бал
6.	Итоговое занятие	2		2	Наблюдение
	Всего	68	8	60	

Содержание учебного (тематического) плана

1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с коллективом, рассказ об историко-бытовом танце, о его связи с народным танцем, обсуждение плана работы, беседа о правилах проведения на занятиях, техника безопасности.

2. Основные элементы историко-бытового танца.

3.1. Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног (в применении к историко-бытовому танцу).

Практика. Положение корпуса, плеч, головы: корпус необходимо держать прямо, плечи должны быть на одном уровне, голова чуть приподнята.

Позиции рук: в историко-бытовом танце приняты те же позиции, что и в классическом танце – I, II, III, а также применяется учебное положение: руки слегка отведены от корпуса, кисти продолжают линию рук.

Позиции ног: позиции ног в историко-бытовом танце приняты те же, что и в классическом танце – I, II, III, V, но менее выворотные. II и IV позиции чаще всего бывают проходящими, за исключением реверансов, где IV позиция фиксируется точно.

3.2. Поклоны и реверансы.

Практика. Разучивается поклон и реверанс (см. Приложение № 2): в ритме вальса на четыре такта; в ритме полонеза на два такта; в ритме польки на два и один такт (книксен); в ритме Па-де-Граса на один такт. Через полгода разучивается поклон XVI века. Реверанс вправо (см. Приложение № 2): в ритме вальса на четыре такта; в ритме полонеза на два такта;

3.3. Шаги

Практика. Шаги: бытовой, танцевальный, скользящий, боковой подъемный. Линия танца. Ходы русского танца. Бытовой шаг – естественный шаг с каблука на всю стопу. Танцевальный шаг – мягкий, плавный шаг с носка на всю стопу. Скользящий шаг (*pas glisse*) – плавное, слитное движение, без остановок в позициях. При исполнении шагов положения рук, принятые в историко-бытовом танце: «за юбочку» у девушек; подготовительное положение рук и

положение рук за спиной у юношей. Ходы русского бального танца: русский ход вперед и назад (по линиям и по кругу); боковой ход (шаг с приставкой).

4. Танцевальные композиции для бала.

Практика. Разучиваются движения и рисунок танцевальных композиций, исполняемых на балу.

4.1. Полонез.

Практика. Под музыку марша обучающиеся идут танцевальным шагом, с носка, не опуская голову, держа корпус подтянутым. Руки можно держать в учебном положении — у мальчиков: руки за спиной, на талии, одна кисть обхватывает запястье другой, локти в сторону; у девочек — первый, второй и третий пальцы легко держат край юбочки, локти округлены и повернуты немного вперед. Под ритм марша разучиваются пространственные перестроения из колонны в шеренги.

4.2. Полька.

Практика. Подготовительное упражнение на «затактовый подскок»; pas польки с продвижением вперед; галоп соло и в паре по I прямой позиции; простейшие комбинации в паре. Разучивание композиции танца «Берлинская полька».

4.3. «Па-де-Грас».

Практика. Комбинация шагов сначала разучивается по одному (соло). Потом в паре. Само название диктует грациозный характер танца. Движения его неторопливы, все остановки фиксируются, поэтому каждое па должно быть отточено. Следует обратить внимание на плавность перехода от движения к движению, на неторопливые переводы рук. Партнерам следует быть внимательными друг к другу при перемене положения в паре.

4.4. Вальс «Дружба».

Практика. Pas glisse, releve вправо и влево; подача рук в паре; за две руки, стоя лицом к лицу; за одну руку, стоя лицом к лицу. Разучивание перехода от одного партнера к другому.

4.5. «Сударушка».

Практика. Тройной переменный ход вперед, назад. Разучивание композиции танца.

4.6. Танец-игра «Ручеёк».

Практика. Разучивание правил игры.

4.7. «Полька-тройка».

Практика. Разучивание композиции танца, переходов от одного партнера к другому.

5. Танцевальная культура XV–XVI вв.

Теория. Сначала у танцев, которые служили для массового развлечения и исполнялись парой или большим количеством участников на танцевальных вечерах (бальные танцы) не было четко установленной формы. Были популярны низкие танцы — басседансы с поклонами, реверансами, салютами, часто сопровождаемые шествиями со свечами и факелами, пением самих танцующих, а также игрой на лютне, флейте, тамбурине и других музыкальных инструментах того времени. Обычно танцы объединялись, например, эстампида или басседанс с сальтареллой, павана с гальярдой. Возникновение и теоретическая разработка правил бальных танцев происходит в 14 веке в Италии, откуда они проникают во Францию. Композиция большинства бальных танцев этого времени была построена на поклонах, приближениях, удалениях исполнителей друг от друга. Движения ног составляли мелкие шаги. Уделялось большое внимание движению рук, манере носить платье, держать корпус, снимать шляпу, приветствовать партнера и гостей. Постепенно исчезали пантомимные и импровизационные элементы в танцах. Народ исполнял бытовые танцы в простой и естественной манере, не придерживаясь специальных правил. Примеры народного бытового танца XVI века: бранль, фарандола, бурре и др. Обозначились различия между крестьянским и городским танцем. Со временем из городских танцев выделились придворные, бальные и салонные.

6. Этикет.

Теория. Знакомство с бальным этикетом.

Практика. Основные его требования представлены в приложении № 4. Проведение «весеннего» или «зимнего» бала.

7. Итоговое занятие.

Практика. Повторение. Обсуждение результатов занятий за год.

Учебный (тематический) план

2 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	2	-	Наблюдение
2.	Основные элементы историко-бытового танца				
2.1	Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног	4	-	4	Наблюдение
2.2	Поклоны и реверансы	6	-	6	Наблюдение
2.3	Шаги	12	-	12	Наблюдение
3.	Повторение разученных танцев.	12	-	12	Наблюдение
4.	Танцевальные композиции для бала				
4.1	Полонез.	4	-	4	Наблюдение
4.2	Па-де-Патинер.	4	-	4	Наблюдение
4.3	Полька.	4	-	4	Наблюдение
4.4	Испанский вальс.	6	-	6	Наблюдение
4.5	Котильон.	4	-	4	Наблюдение
5.	Танцевальная культура XVII века.	4	4	-	Наблюдение
6.	Этикет.	4	2	2	Открытый урок
7.	Итоговое занятие.	2	-	2	Наблюдение
	Всего	68	8	60	

Содержание учебного (тематического) плана

2 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с планами занятий на год. Ожидаемые результаты. Инструктаж по технике безопасности во время занятий.

2. Основные элементы историко-бытового танца.

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

Практика. Позиции ног и рук в историко-бытовом танце соответствуют позициям классического танца, лишь позиции ног здесь менее выворотные, V позиция почти не применяется, а II и IV позиции чаще применяются как проходные. В историко-бытовом танце используются положения *epaulement croise* и *epaulement efface*.

Корпус во время исполнения держится прямо, голова поднята высоко. Положение в паре и подача рук изучаются на примере полонеза и падеграса. При этом необходимо подчеркнуть, что в паре ведущим является кавалер, а девочка стоит чуть впереди него.

2.2. Поклоны и реверансы.

Практика. Разучивается поклон XVII века (см. Приложение № 2): в ритме вальса на четыре такта; в ритме полонеза на два такта; в ритме польки на два и один такт (книксен); в ритме Па-де-граса на один такт.

2.3. Шаги.

Практика. Скользящий шаг (*pas glisse*) на 2/4, 3/4. Двойной скользящий шаг (*pas chasse*) на 2/4. Боковой подъемный шаг (*pas eleve*) на 2/4. *Pas* польки на месте и с поворотом на 90° и 180° (в правую и левую стороны).

Pas вальса с вращением по кругу соло.

Галоп вперед соло и в паре. *Pas* полонеза с продвижением вперед. Шаги должны быть небольшие, *plie* плавное, без резкого опускания вниз.

Pas balance: на месте; с продвижением вперед и назад; с поворотом на 90 градусов; в координации с движением рук. Для упражнения повторить *pas balance* с правой и левой ноги восемь раз, используя восемь тактов музыкального

сопровождения.

3. Повторение разученных танцев.

Практика. Проводится повторение всего пройденного материала, обращая особое внимание на координацию. Такие движения, как pas chasse, pas balance, pas de basque и другие, могут выполняться с различными положениями рук, поворотами и наклонами головы. Повторение ранее изученных танцев: Вальс Дружба; Берлинская полька; Сударушка; Па-де-Грас; Полька-тройка.

В дальнейшем начинается усложнение фигур танца переходом от одного партнера к другому, добавлением движений с вращением: pas польки с поворотом по кругу и pas вальса. Все это развивает умение обучающихся ориентироваться в пространстве.

4. Танцевальные композиции для бала

4.1. Полонез.

Практика. Pas полонеза с продвижением вперед и назад соло и в паре; pas полонеза в парах по кругу; pas полонеза в парах, выполняя пространственные перестроения. Исполняя pas полонеза обучающиеся учатся держаться в паре, соблюдать рисунок танца, двигаться в ансамбле. Па-де-патинер. Очень живой и легкий танец, падепатинер рассчитан на умение хорошо исполнять pas chasse в быстром темпе. Он слегка имитирует движения конькобежцев.

4.2. Полька.

Практика. Pas польки с продвижением вперед, назад; pas польки боковое с dos-a-dos; pas польки с вращением по кругу соло. Разучивание комбинации польки.

4.3. Испанский вальс.

Практика. Вальс с продвижением вперед и назад — вальсовая дорожка, разучивание комбинации танца.

4.4. Танец-игра «Котильон»

Практика. Разучивание правил исполнения.

5. Танцевальная культура XVII века.

В 16—17 веках законодательницей бальных танцев становится Франция. Распространяясь в 17 веке по всей Европе, постоянно обогащаясь и развиваясь в каждой из стран, бальные танцы приобретали своеобразные оттенки

национальной стилистики. Наиболее популярным становится менуэт. В Академии танца, которая была основана в 1661 году в Париже, регламентировались стиль и манера исполнения балльных танцев, при этом запрещалась импровизация, нарушения определённого порядка (большое значение придавалось рангу танцующих).

Этикет придворного общества был очень строгим, он регламентировал тончайшие детали поведения. Это приводило к тому, что в придворном обществе появляется учитель танцев – преподаватель изящных манер. Большое значение придавалось поклонам и реверансам, так как они были не только знаком приветствия, но и танцевальными фигурами, которые придавали танцу особое торжественное величие. Ассамблеи Петра I в России. Церемониальные танцы и танцы-игры. Особенности костюма галантного века.

6. Этикет.

Придворный этикет. Этикет во время бала (см. Приложении № 4). Проведение «весеннего» или «зимнего» бала.

7. Итоговое занятие.

Практика. Повторение. Обсуждение результатов занятий за год.

Учебный (тематический) план

3 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	
2.	Основные элементы историко-бытового танца				
2.1	Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног	4	-	4	Наблюдение
2.2	Поклоны и реверансы	4	-	4	Наблюдение
2.3	Шаги	14	-	14	Наблюдение
3.	Повторение разученных танцев	12	-	12	Наблюдение
4.	Танцевальные композиции для бала				
4.1	Французская кадриль (II,IV, VI фигуры)	14	-	14	Наблюдение
4.2	Краковяк	4	-	4	Наблюдение
4.3	Фигурный вальс	8	-	8	Наблюдение
5.	Танцевальная культура XVIII века	4	4	-	Наблюдение
6.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытый урок
	Всего	68	6	62	

Содержание учебного (тематического) плана

3 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с планами занятий на год. Ожидаемые результаты. Инструктаж по технике безопасности во время занятий.

2. Основные элементы историко-бытового танца.

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

Практика. Позиции ног и рук в историко-бытовом танце соответствуют позициям классического танца, лишь позиции ног здесь менее выворотные, V позиция почти не применяется, а II и IV позиции чаще применяются как проходные. В историко-бытовом танце используются положения *epaulement croise* и *epaulement efface*.

2.2. Поклоны и реверансы.

Практика. Разучивается поклон XVIII века (см. Приложение № 2): в ритме вальса на четыре такта; в ритме полонеза на два такта; в ритме польки на два и один такт (книксен);

2.3. Шаги.

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

Pas balance: на месте; с продвижением вперед и назад; с поворотом на 90°, 180°; в комбинации с шагами и поклонами.

Pas вальса: *Pas вальса* по линиям и по кругу с вращением соло в правую сторону; *Pas вальса* по линиям и по кругу с вращением в парах в правую сторону; *Pas* простейшие комбинации вальса с другими танцевальными элементами (*pas balance*, *pas de basque*). I, II, III, IV формы *pas chasse* и *pas double chasse*.

3. Повторение разученных танцев.

Практика. Полонез; Па-де-грас; Испанский вальс; Сударушка; Полька-тройка.

4. Танцевальные композиции для бала.

Практика. Разучиваются движения и рисунок танцевальных композиций, исполняемых на балу.

4.1. Французская кадриль (II, IV, VI фигуры):

Практика. Исходное положение для всех фигур французской кадрили: ноги у мальчиков в I позиции, у девочек в III позиции (левая нога впереди). Руки в учебном положении. Изучение французской кадрили рекомендуется начинать с самой легкой фигуры — второй. При всех выходах вперед и встречах с партнерами следует делать легкий поклон. Поклониться следует и стоящему партнеру после перехода на его сторону или по возвращении на свое место. Танцующие должны быть очень внимательны друг к другу при подаче рук, расходах и переходах. Следует все время держать в поле зрения своего партнера и пару визави.

4.2. Краковяк.

Практика. При разучивании танца следует уделить внимание положению корпуса и рук в первой части. Переход из одной позы в другую должен быть плавным, но конечное положение необходимо зафиксировать. Движение *pas de basque* (припляс) знакомо учащимся по первому классу, но во втором можно требовать более энергичного и отточенного его исполнения. Следует обратить внимание на вторую часть танца — музыкальный размер 2А не должен влиять на вальсовое движение, оно по-прежнему выполняется мягко и слитно, хотя это и нелегко, так как темп достаточно быстрый.

4.3. Фигурный вальс.

а) *pas* вальса вперед и назад по линиям;

б) *pas* вальса вперед и назад в комбинации с *pas balancé*; в) *pas* вальса вперед с применением *port de bras*;

Вальс в парах с вращением по кругу вправо. Разучивается комбинация фигур вальса.

5. Танцевальная культура XVIII века.

Теория. В XVIII веке получили распространение платные балы, первый общественный платный бал состоялся в 1715 в Париже. В 1768 в Париже открылось первое специализированное помещение для бальных танцев. Распространяются новые, более свободные танцы: паспье, мюзет, ригодон, контрданс, экосез, лендлер.

Появившийся в австрийской области Ландль парный круговой трёхдольный танец лендлер постепенно превратился во всем известный и всеми любимый вальс.

6. Итоговое занятие. Проведение «весеннего» или «зимнего» бала.

Учебный (тематический) план

4 год обучения.

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	2	--	Наблюдение
2.	Основные элементы историко-бытового танца				
2.1	Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног	4	-	4	Наблюдение
2.2	Поклоны и реверансы	4	-	4	Наблюдение
2.3	Шаги	10	-	10	Наблюдение
3.	Повторение разученных танцев	12	-	12	Наблюдение
4.	Танцевальные композиции для бала				
4.1	Французская кадрили (I, III V, фигуры)	10	-	10	Наблюдение
4.2	Вальс-гавот	6	-	6	Наблюдение
4.3	Вальс-мазурка	8	-	8	Наблюдение
4.4	Вальс по VI позиции	6	-	6	Наблюдение
5.	Танцевальная культура XIX века	4	4	-	Наблюдение
6.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытый урок
	Всего	68	6	62	

Содержание учебного (тематического) плана

4 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с планами занятий на год. Ожидаемые результаты. Инструктаж по технике безопасности во время занятий.

2. Основные элементы историко-бытового танца.

2.1. Основные положения рук, корпуса, головы у дамы и кавалера в танцах XIX века.

2.2. Поклоны и реверансы.

Практика. Разучивается поклон XIX века (см. Приложение № 2): в ритме вальса на четыре такта; в ритме полонеза на два такта;

2.3. Шаги.

Практика. Pas de bourree с продвижением вперед; Pas balance с танцевальными шагами, pas de basque, поклоном и реверансом.

3. Повторение разученных танцев:

Практика. Полонез; Па-де-грас; Испанский вальс; Сударушка; Полька-тройка.

4. Танцевальные композиции для бала

4.1. Французская кадрили (I, III V, фигуры).

Практика. Испанский вальс; Па-де-грас; Фигурный вальс; Краковяк; Сударушка; Полька. Шесть фигур этого танца исполняются любым четным количеством пар, стоящих в две линии на расстоянии пяти-шести шагов. Каждая фигура начинается с музыкального вступления — интродукции (8 тактов).

4.2. Вальс-гавот.

Практика. Он имеет две части: первая построена на материале гавота, а вторая — на движениях вальса. Между этими частями есть один такт, предназначенный для перехода от одной части к другой.

4.3. Вальс-мазурка.

Практика. Имеет две части: первая построена на материале мазурки, а вторая — на движениях вальса.

4.4. Вальс по VI позиции.

Практика. Рас вальса по линиям и по кругу с вращением соло в правую сторону; рас вальса по линиям и по кругу с вращением в парах в правую сторону; усложненные комбинации вальса с другими танцевальными элементами (с вращением в правую и левую сторону).

5. Танцевальная культура XIX века.

Теория. Либерализация общественной жизни в 19 веке способствовала развитию массовых, ритмически живых и естественных бальных танцев. Повсеместное распространение получают танцы: лансье, лендлер, галоп, канкан, полька, мазурка, полонез. С середины 19 века гавот и менуэт вытесняются вальсом, в развитие которого наиболее весомый вклад внесли венские композиторы И. Штраус-отец, Й. Ланнер, И. Штраус-сын.

6. Итоговое занятие. Проведение «весеннего» или «зимнего» бала.

1.4. Ожидаемые результаты освоения программы.

Предметные

- Знание основных видов бальных и историко-бытовых танцев;
- Владение базовыми фигурами бальных и историко-бытовых танцев;
- Знание позиций ног и рук в танце;
- Знание правил постановки корпуса;
- Владение основными упражнениями на середине зала;
- Владение танцевальными движениями: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки;
- Владение навыком выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
- Понимание положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
- Знание основных правил этикета Бала.

Метапредметные

- развитие способности понимать и принимать учебную цель и задачи;
- развитие интереса к разнообразным явлениям искусства в учебной и внеучебной деятельности;
- формирование умения адекватно воспринимать оценку педагога;
- умение различать способ и результат действия;
- умение вносить коррективы в действия на основе их оценки и учета сделанных ошибок;
- формирование умения понимать причину успеха и неуспеха учебной деятельности;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- развитие мотивов и интересов своей познавательной и творческой деятельности.

Личностные

- проявление интереса к знаниям в области хореографии;
- сотрудничество с педагогами и сверстниками;
- умение переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений;
- приобретение новых знаний и умений в области танцевального творчества, стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Материально-техническое обеспечение: хореографический с зеркалами и паркетом, портативная колонка, музыкальный центр, костюмы для концертной деятельности.

Информационное обеспечение: банк аудио-, видео-, фото-материалов для демонстрации обучающимся искусства большого анца.

Кадровое обеспечение: программа реализуется педагогом дополнительного образования Акименко В.В. Образование высшее. Квалификационная категория высшая.

Методические материалы:

Основой занятий является систематическое и последовательное обучение, развитие и эстетическое воспитание обучающихся.

Работа по данной программе базируется на дидактических принципах:

- систематичность, доступность, последовательность (от простого к сложному);
- учет психофизиологических и возрастных особенностей детей;
- актуальность, результативность.

2.2. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Текущий контроль успеваемости осуществляется на каждом занятии посредством наблюдения за учебно-тренировочной работой, за практическим исполнением танцев разных эпох.

Итоговая форма контроля – открытые уроки и выступления на мероприятиях «Зимний бал». «Весенний бал».

На балу обучающиеся демонстрируют:

- владение техникой, стилем и манерой исполнения танца;
- знание композиций танцев;
- культуру общения в танце и галантное поведение.

Перечень показателей и критериев для оценивания результатов выполнения программы представлен в Приложении № 1.

3. Список литературы.

Для обучающихся:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии». М., Рольф, 2009.
2. Васильева Т.К. «Секрет танца». Санкт-Петербург, 1999.
3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов – на – Дону: «Феникс», 2003.
4. Карп П.М. Младшая муза. М.: Современник, 2007.

Для педагога:

1. Астахова Н. (ред.) Правила вежливости и светского этикета. М.: Белый город, 2007. — 272 с.
2. Блок Л. Д. Классический танец. История и современность. – М., 2002. – 550 с.

**ПЕРЕЧЕНЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ДЛЯ ОЦЕНИВАНИЯ
РЕЗУЛЬТАТОВ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

№	Критерии	Показатели	Степень выраженности оцениваемого качества	Оценка в баллах
1.	Теоретические знания, предусмотренные программой	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	знает историю возникновения танца, страну, где он появился, время, традиции, особенности костюма и этикета	5
			возможно допущение незначительных ошибок в сведениях об истории возникновения танца, стране, где он появился, времени, традициях, особенностях костюма и этикета	4
			имеет отрывочные сведения об истории возникновения танца, стране, где он появился, времени, традициях, особенностях костюма и этикета.	2-3
			знает только название танца	1
2.	Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	специальные термины понимает и употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием	5
			допускает ошибки в употреблении специальных терминов	3-4
			сочетает специальную терминологию с бытовой	2
			избегает употребления специальных терминов	1
3.	Практические умения и навыки, предусмотренные программой	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала	5
			возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое	4
			исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение	3
			испытывает серьёзные затруднения при исполнении танцевальной композиции; делает много ошибок.	2
			не справляется с исполнением движений, не знает рисунка танцевальной композиции,	1

ОПИСАНИЕ ПОКЛОНОВ

Реверансы и поклоны могут выполняться на музыку менуэта, вальса, гавота. При исполнении реверанса на музыкальный размер 3/4 движение занимает четыре такта, на 4/4 — один или два такта.

Реверанс дамы.

Исходное положение: ноги в III позиции (правая нога впереди), руки в учебном положении, голова прямо.

Затактом небольшое plié.

1-й такт. Шаг правой ногой на II позицию, носок левой ноги вытянут, голова прямо.

2-й такт. Левая нога через I позицию скользит назад в IV позицию. Корпус поворачивается на croisé. Тяжесть корпуса постепенно переносится с правой на левую ногу. Колени немного согнуты. Голова наклонена вниз, спина прямая.

3-й такт. Колени выпрямляются, правая нога вытянута вперед на croisé. Голова поднимается и поворачивается направо.

4-й такт. Правая нога мягко подтягивается к левой вперед в III позицию, epaulement croisé.

На последнюю восьмую такта небольшое plié, и движение повторяется с другой ноги.

Поклон кавалера.

Исходное положение: ноги в I позиции. Руки во 2-м учебном положении: опущены вдоль корпуса, ладонями к себе, кисти и локти слегка отведены от корпуса.

1-й такт. Шаг правой ногой на II позицию, носок левой ноги вытянут, голова прямо.

2-й такт. Левая нога подтягивается к правой в I позицию.

3-й такт. Голова медленно наклоняется вниз. Корпус прямой.

4-й такт. Голова спокойно поднимается.

Движение повторяется с другой ноги.

Реверансы и поклоны выполняются в начале и в конце урока.

1. Поклоны и реверансы XV–XVI вв.

Поклон кавалера

Исходное положение: I позиция. Музыкальный размер. 2/4.

1-такт. Шаг правой ногой вправо, правая рука открывается на уровне плеча, кисть открыта.

2-такт. Правая рука сгибается в локте, поднимаясь к борту шляпы. Взяв шляпу за борт, кавалер слегка приподнимает ее вверх, одновременно левая нога приближается к правой сзади, упираясь носком в пол.

3-такт. Левая нога делает шаг назад в IV позицию. Тяжесть переносится на левую ногу. Правая нога вытянута вперед в IV позицию. Корпус склоняется, правая рука, в которой находится шляпа, проводится впереди корпуса.

4-такт. Выпрямление корпуса: правая рука отводится в сторону на уровне плеча. Выдерживается поза. Левая рука лежит на эфесе шпаги. Шляпа повернута наружной стороной к тому, кому делается поклон.

Реверанс дамы

Исходное положение: I позиция. Музыкальный размер. 2/4.

1-такт. Шаг правой ногой вправо.

2-такт. Левая нога через I невыворотную позицию проводится назад в IV позицию.

3-такт. Глубокое приседание, голова почти не склоняется. Глаза опущены.

4-такт. Выпрямление колен. Правая нога подтягивается к левой в I позиции.

2. Реверанс и поклон XVII века.

В XVII веке поклоны и реверансы исполняются более утонченно и музыкально. Реверансы и поклоны начинались с IV и заканчивались III позицией. Кисти рук часто отводились от корпуса.

Первая четверть такта – *plié* на обе ноги в III позиции, легкий наклон головы.

Вторая четверть – шаг левой ногой назад в IV позицию.

Третья четверть – выпрямление корпуса. Изысканный рисунок рук венчал основные позы танца. Он приобрел особое значение в самом популярном танце того времени – менуэте, где изящные движения рук, утонченные поклоны и реверансы придавали всему танцу необычайную галантность.

3. Реверансы XVIII века

Реверанс вперед

Исходное положение: III позиция, правая нога впереди.

Первая четверть – правая нога глиссирует вперед в IV позицию.

Вторая четверть – plié на левую ногу; голова и корпус легко склоняются вперед.

Третья четверть – выпрямление корпуса, руки отведены от корпуса, кисть слегка приподнята вверх.

Реверанс вправо

Исходное положение: III позиция, правая нога впереди.

Первая четверть – шаг правой ногой вправо, тяжесть корпуса переносится на правую ногу.

Вторая четверть – левая нога подтягивается назад к щиколотке правой ноги и сейчас же в IV позицию на plié.

Третья четверть – выпрямление корпуса.

Реверанс влево выполняется так же. Схема мужского реверанса точно такая же, как и женского, но дамский реверанс более глубокий и сама манера исполнения его подчеркнута изысканная.

4. Поклон и реверанс XIX века.

Поклон кавалера

«раз» – шаг правой ногой в сторону,

«два» – левая нога, скользя, подтягивается к правой в I позицию,

«три» – спокойно наклоняется голова,

«четыре» – выпрямление головы.

Реверанс дамы

«раз» – pas degage правой ногой во вторую позицию,

«два» – левая нога подтягивается к правой, скользит назад в IV позицию, тяжесть корпуса переносится с правой ноги на левую,

«три» – ноги выпрямляются, правая нога вытянута вперед в IV позицию,

«четыре» – правая нога, скользя, подтягивается к левой в III позицию.

ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ КАДЕТСКОГО БАЛА

1. Требования к участникам Кадетского бала (юношам):
 - юноши должны быть в парадной кадетской форме установленного образца со знаками отличия учебного заведения или в темном вечернем костюме (желательный цвет костюма - черный, но допускаются очень темные тона серого, синего и коричневого цветов);
 - белая (однотонная светлая) рубашка с длинным рукавом;
 - бабочка однотонная темного цвета;
 - танцевальная обувь (допускаются модельные туфли без металлических набоек). Сапоги допускаются исключительно как элемент военной формы;
 - прическа: аккуратная стрижка или аккуратно уложенные волосы.
2. Требования к участникам Кадетского бала (девушкам):
 - платье в пол (до щиколоток и ниже), бальное или вечернее;
 - перчатки (в зависимости от длины рукава - так, чтобы рука была максимально скрыта);
 - танцевальная обувь с небольшим каблуком;
 - волосы должны быть убраны в прическу;
 - допустимо использование накидок, болеро или боа, вееров, клатчей, украшений, диадем, цветов в прическу.

БАЛЬНЫЙ ЭТИКЕТ

Без перчаток на бал появляться нельзя. Если вы замечаете, что они часто рвутся, то берите с собой вторую пару.

Будьте вежливыми и предупредительными, внимательными и галантными. Если вы не знаете, как себя вести, то представьте, что перед вами король или королева, и всё получится само собой.

Если дама подходит к сидящим, то кавалеры встают и не садятся до тех пор, пока дама не отходит или не садится.

Перед дамой необходимо открыть двери и пропустить её вперёд.

Незнакомый человек должен быть вам представлен общим знакомым.

Молодой человек, как и девушка, принимая приглашение на бал, берёт вместе с тем на себя обязательство танцевать. В случае недостатка в кавалерах или дамах обязанность танцевать падает на каждого. Выказывать неудовольствие или дать заметить, что танцуешь по необходимости, крайне неприлично.

На балу ни на минуту не забывайте, что выражение лица должно быть веселым и любезным. На танцы можно приглашать заранее (в том числе и на балу).

Главный в танцевальном зале - распорядитель бала. Его нужно слушаться беспрекословно, не спорить с ним и не устраивать скандалов. Распорядитель отвечает за порядок в зале.

Кавалерам следует ухаживать за дамами, развлекать их разговорами. Разговоры должны происходить негромко и не затрагивать сложных или серьезных тем.

Дамам не следует злословить, напротив, надо вести себя приятно, мило и доброжелательно. Дамам следует передвигаться бесшумно и оставлять впечатление мягких шагов феи.

Громкий смех, шумная ссора, грубые слова, нескромные взгляды, в общем, всё, что расходится с законами красоты, должно быть избегнуто с особым тщанием. Поведение дамы по отношению к кавалеру должно быть всегда размеренным и скромным, но дамы не должны отказывать кавалерам, пригласившим их на танец.

Вообще на балу следует держать себя скромно, танцевать грациозно и соблюдать приличия.

Этикет для дам

Милые дамы! Ваше присутствие на балу - уже само по себе прекрасное украшение праздника!

Но как драгоценный камень требует огранки, так и посещение бала предусматривает знание светских манер.

Приглашение на танец

Если вас пригласил кавалер на танец заранее, то вы должны поблагодарить реверансом и запомнить танец. Лучше записать в бальную книжечку, а не полагаться на девичью память.

Если вы приглашены на танец, который будет совсем скоро, то не удаляйтесь от бальной залы, чтобы кавалер не бегал и вас не искал.

Если вы отказали одному кавалеру, то вы не имеете права танцевать этот танец с другим. Это кокетство самого дурного тона (Это не касается случаев, если вы уже на этот танец были приглашены другим кавалером).

Если вас приглашают сразу два кавалера на один танец, то можно прибегнуть к небольшой лжи и сказать, что один из них пригласил вас раньше. А лучше отказаться от танца, сославшись на усталость.

Если вы случайно обещали двум кавалерам один танец, то опять же сошлитесь на усталость и откажитесь его танцевать.

Если вы обещали танец, но забыли про это, то вы обязаны пообещать пострадавшему кавалеру любой другой танец на его усмотрение.

Если вы замечаете, что один кавалер приглашает вас слишком часто, то поблагодарите и откажитесь с некоторой холодностью или деликатно посоветуйте ему обратить внимание на других дам.

Во время танца

После реверанса кавалеру коснитесь предложенной руки только пальчиками. Не надо на нее опираться всем весом.

На все поклоны кавалера отвечайте реверансами.

Смотрите на кавалера, поддерживайте светский разговор.

Старайтесь сгладить или не заметить ошибок партнера, не падайте в обморок, если сами ошиблись.

Даме надлежит держаться с достоинством, танцевать с поднятым взглядом. Однако никто не может запретить танцующей даме стрелять глазками в приглянувшегося кавалера!

После танца

Сделайте реверанс, положите пальчики на предложенную руку, скажите, куда вас отвести. На нужном месте поблагодарите кавалера. На все его вопросы отвечайте вежливо, но не задерживайте подле себя надолго. Не лишайте других дам кавалеров.

Не давайте кавалеру на сохранение веер или платок, потому что это может служить доказательством, что вы приглашаете его остаться рядом с собой, а это признак дурного тона.

Этикет для кавалеров

Дорогие кавалеры! Мужчина на балу - желанный гость, ведь именно он может сделать этот вечер волшебным для каждой дамы. Поэтому для вас столь важно быть учтивыми и галантными.

Приглашение на танец

Если вы хотите пригласить незнакомую даму, то сначала представьтесь.

Если дама отказала вам в танце по причине того, что уже приглашена, то вы можете спросить, какой именно танец она может вам предоставить, и пригласить на этот танец.

Пригласить даму и забыть про это - недопустимо.

Если вы и еще один кавалер одновременно приглашаете даму на танец, то дама может прибегнуть к небольшой лжи, сказав, что один из вас ее пригласил. Если это были не вы, то вы должны поверить, не обижаться и не настаивать. Если хотите, можете ее пригласить на другой танец.

Если вы хотите пригласить одну даму, но это приглашение приняла на свой счет другая дама, то ни тени неудовольствия не должно быть на вашем лице. Дама ни в коем случае не должна понять, что ошиблась.

Танцевать часто с одной дамой, если это не котильоны, и большое количество танцев за один вечер могут только родственники (муж с женой, братья с

сёстрами) и жених с невестой. В остальных случаях это может бросить тень на репутацию вашей дамы, а вам, как честному джентльмену, придётся на ней жениться.

Во время танца

Когда объявили танец, найдите даму, поклонитесь ей, предложите ей руку и введите в круг танцующих. В зависимости от танца поклонитесь или перед тем, как заиграет музыка, или во время музыкального вступления.

Никогда не вставайте впереди первой пары и в середине ряда.

Подстраивайтесь под шаги дамы, запомните, шаги у нее короче ваших.

Смотрите на даму во время танца, в конце концов, для этого вы ее пригласили.

Если вы ошиблись, то извинитесь, но при этом не застывайте на месте.

Если вы видите, что дама устала и не в состоянии продолжать танцевать, то под руку выведите её из круга танцующих, усадите на ближайший стул и принесите воды по её желанию.

Во время парадных танцев (полонеза, менуэта) вставать следует только позади уже стоящих пар. Это правило не относится к распорядителю бала. Оптимальное расстояние между парами - не менее метра. Если пар встает слишком много, стоит встать в стороне, образовав иную линию.

Если в зале свободно, кавалеру следует вести даму на танец впереди себя, если же тесно - идти впереди самому, чтобы теснота не доставляла неудобств избраннице. Не нужно слишком близко подходить к танцующим, избегайте столкновений. Если же столкновение произошло, стоит извиниться и проявить внимание.

В танце даму ведет кавалер, и все ошибки он должен принимать на свой счет; если пара случайно задела другую пару, то извиняется кавалер, ведь он ведущий.

Во время танца кавалер и дама не должны быть слишком далеко друг от друга, но и не нужно прижиматься друг к другу. Танцуя с дамой, одетой в декольтированное платье, кавалер не может позволить себе держать ее за обнаженные плечи или спину.

Танцующий кавалер никогда не смотрит себе под ноги, даже чтобы удостовериться, что он правильно выполняет все шаги. Кавалеру следует держаться прямо, с достоинством.

Как считается неприличным говорить без умолку над ухом своей дамы во время танца, так точно было бы неучтиво не сказать ей нескольких слов. Беседа между дамой и кавалером должна быть исключительно любезной и приятной. Говорить банальности, обсуждать других гостей бала - дурной тон.

После окончания танца

После окончания вальса или другого быстрого танца не отпускайте сразу руки дамы, пусть сделает реверанс, опираясь на вашу руку.

По окончании танца кавалер кланяется своей даме и сопровождает её на то место, откуда он её пригласил, либо туда, куда пожелает дама, попутно благодаря её за честь, которую она оказала, танцуя с ним в паре.

Спросите, не принести ли даме воды, это будет деликатным жестом.

Задача кавалера в танцах гораздо тяжелее и важнее, чем дамы. Он должен уметь настолько хорошо танцевать, чтобы быть в состоянии прикрыть маленькие неловкости своей дамы. Поэтому молодому человеку следует заботиться о том, чтобы уметь хорошо танцевать; тогда он может быть уверенным, что отказа не получит; напротив, его будут всюду охотно встречать и приглашать на балы.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575889

Владелец Тимошкина Анна Сергеевна

Действителен с 25.02.2022 по 25.02.2023