

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ С. БАГАН
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

Рассмотрена и одобрена
На заседании педагогического
Совета МКУ ДО ДШИ с. Баган

Протокол № 14 от 25.09.17г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО ДШИ с. Баган



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
по специальности балльный танец**

Программа разработана для детей 7-14 лет и предусматривает
срок реализации 4года

Автор:
С.А.Оразалина
преподаватель хореографии

Пояснительная записка

Пояснительная записка

В настоящее время наблюдается феминизация мужчин, а женщины, наоборот, все больше берут на себя «мужские роли». Все это сказывается на отношениях в семье и на воспитание детей. Дети выходят из-под влияния традиционной семьи. Социальные отношения претерпевают существенные изменения: усиливается социальное расслоение, разобщенность людей, агрессивность, разрушаются многие устоявшиеся культурные ценности. Огромное негативное влияние на формирование интересов и потребностей детей и подростков оказывает средства массовой информации, и, особенно, телевидение, видео-индустрия. Все это приводит к серьезным нарушениям физического и психологического здоровья подростков.

В подростковом возрасте у девочек и мальчиков проявляется взаимный повышенный интерес, что обусловлено процессом полового созревания. В связи с этим у девочек возрастает внимание к своей внешности, проявляется активное стремление нравиться окружающим. Общение, дружба с мальчиком порой принимает характер влюбленности. В таких случаях весьма велика роль родителей и педагога, задачей которых является заблаговременное и тактичное формирование у детей понимания того, какими должны быть взаимоотношения между подростками мужского и женского пола, между юношами и девушками.

Бальный танец - это танец двоих и педагог с самого начала должен обращать внимание на это.

Актуальность данной программы состоит в том, что она позволяет средствами хореографического искусства формировать у подростков идеал женщины и мужчины, семьи, выделять эстетические и нравственные характеристики, присущие образам мужчины и женщины и ориентироваться в поведении на нормы тендерных отношений, умение вести себя в обществе. В социальном смысле, в бальном танце проявляются принятые обществом этика, мораль, нормы взаимоотношения и поведения людей. Передавая из поколения в поколение традиции бальных танцев, народ запечатлел в них нормы поведения при общении традиционные праздничные каноны и живой кодекс морали. Поэтому танец играет немаловажную роль в воспитании детей, оказывает большое влияние на формирование их внутренней культуры. Выдержка, безупречная вежливость, чувство меры, простота, доброжелательность и приветливость - вот те черты, которые воспитываются у детей в процессе занятий бальными танцами и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Так занятия бальным танцем помогают воспитать характер подростка. Именно в бальном танце четко определены роли мужчины и женщины, что способствует формированию половой идентичности.

Цели и задачи программы: Формирование полоролевой идентичности и представлений о связях людей в семье, их социальных и семейных ролях через занятия бальными танцами.

Задачи программы:

1. Воспитательные

- воспитывать культуру поведения и общения в паре (мальчик - девочка, юноша - девушка);
- способствовать воспитанию активной жизненной позиции, самокритичности, уверенности в себе, умения сопереживать;
- формировать доброжелательные отношения между мальчиками и девочками в группе;
- Способствовать воспитанию прилежания, внимания, дисциплинированности, выносливости.

2. Развивающие

- развить чувства ритма, навык координации движений, гибкость и пластичность тела;
- развивать коммуникативные способности, умение жить в коллективе.

3. Обучающие

- овладеть техникой и лексикой исполнения бальных и классического танцев;
- освоить более сложные фигуры бального танца;
- сформировать правильную постановку корпуса в паре.

Принципы, лежащие в основе работы по программе:

1. Принцип единого подхода к половому воспитанию со стороны родителей, педагога и психолога, проявляющиеся в общности взглядов на необходимость полового воспитания, его цели, средства, методы и содержание методов в зависимости от возраста воспитуемых.
2. Принцип систематичности и последовательности.
3. Принцип адекватности возрасту.
4. Принцип от простого к сложному.

Существующие в настоящее время программы обучения детей бальному танцу не дают возможности в полной мере использовать средства бальной хореографии для решения вопросов воспитания и имеют ряд недостатков. Они, в основном нацелены на рост профессионального мастерства и подготовку пар к соревнованиям по спортивному бальному танцу. В ряде случаев использование материалов на основе классической хореографии весьма ограничено, отсутствуют программы проведения массовых мероприятий.

Особенность данной программы состоит в том, что она не нацелена на участие в соревнованиях спортивных бальных танцев, т.к. дети проживают в сельской местности, удаленной от крупных городов, в семьях с низким доходом и нет возможностей для приобретения костюмов и организации поездок. Программа актуальна и рациональна, т.к. способна определять такие цели и способы их достижения, которые в конкретных условиях социума, на основе имеющихся в учреждении дополнительного образования ресурсов, позволяют получить максимально полезный результат.

При её разработке использовались следующие программы:

1. Алекс Мур .Техника европейских танцев.-СПб., 1993.
2. УолтерЛайерд. Техника латинских танцев. - СПб., 1994.

Данная программа художественно-эстетического направления ориентирована на младший и средний подростковый возраст от 11 до 15 лет, имеет открытый незавершенный характер и предусматривает продолжение обучения по окончании базового курса, дающего элементарные основы бального танца, в группе спортивного совершенствования для одаренных детей в ансамбле «Мечта».

Она включает постановку оригинальных танцев в эстрадном и современном стиле. Предусматривает участие в различных совместных педагогических проектах (постановка мюзиклов и т. д.) с другими творческими коллективами ДШИ.

Основные формы работы с детьми

- *Групповые* (распределение детей по группам осуществляется в зависимости от их возраста и года обучения, одинаковое количество мальчиков и девочек).
- *Индивидуальные* (применяется при обучении детей, которые слабо усваивают учебный материал и для постановки сольных партий).
- *Коллективные* (проведение сводных репетиций при подготовке концертных номеров).
- Беседы, анкетирование, просмотр видеоматериалов.

Прогнозируемый результат

Первый год обучения

- . Знание правил поведения и этикета, уметь их применять.
- . Умение слушать музыку.
- . Умение двигаться в паре.
- . Умение исполнять простейшие танцы и танцы отечественной бальной программы.

Второй год обучения

- . Знать о культуре взаимоотношений между мальчиками и девочками.
- . Достижение гармонии движений рук и корпуса.
- . Овладеть знаниями, об основных позициях рук, ног, головы.
- . Знание элементов и вариаций танцев в соответствии с программой.
- . Умение исполнять танцы гармонично в паре.

Третий год обучения.

- Уметь исполнять движения со слитной координацией рук, ног и корпуса.
- Уметь понимать характер исполняемых танцев и передать его в движении.
- . Уметь ориентироваться в пространстве, исполнять движения более четко.

Четвертый год обучения

- . Умение выполнять усложненные движения рук, ног и корпуса.
- . Знать фигуры танцев (медленный вальс, танго, венский вальс, квикстеп, самба, ча-ча-ча, румба, джайв) в соответствии с программой и уметь их выполнять.
- . Овладеть устойчивостью, выносливостью, правильно отработанными приёмами прыжка и вращения.
- . Владеть основами ХГ грамотности танцевальными терминами.
- Знать особенности полоролевой идентичности юноши и девушки.

Пятый год обучения

- . Выполнять фигуры спортивного класса С.
- . Овладеть высоким художественным вкусом, ощущать стиль и пластику танца.

Шестой год обучения

- . Знать фигуры и вариации 10 танцев латиноамериканской и европейской программ.
- . Уметь исполнять технические сложные комбинации в более сложных ритмических рисунках.
- . Уметь выразительно донести характер исполняемых движений в классическом танце.

Седьмой год обучения

- . Быть готовыми к выпускным экзаменам по классике, латине, стандарту.
- . Знать основы классического танца.
- . Уметь ориентироваться в пространстве, двигаясь по площадке в различных рисунках.
- . Владеть основами ХГ грамотности.

Режим занятий
34 учебных недели

- 1 год обучения-4 часа в неделю.
- 2 год обучения -6 часов в неделю.
- 3 год обучения -6 часов в неделю.
- 4 год обучения -8 часов в неделю.
- 5 год обучения -8 часов в неделю.
- 6 год обучения – 8 часов в неделю.
- 7 год обучения -8 часов в неделю.

Программа первого года обучения.

Цель: создание устойчивой мотивации детей к занятиям балльными танцами.

Задачи:

- 1.Развить эмоциональную сферу, чувство ритма, память, внимание.
- 2.Воспитать доброжелательное отношение к окружающим, на основе соблюдения правил этикета, готовности к сотрудничеству, общительности.
- 3.Сформировать положительную самооценку.

Учебно-тематический план первого года обучения

№	Тема	теория	практика	всего
1	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	17	17	34
2	Техника исполнения простейших танцев	13	13	26
3	Техника исполнения танцев отечественной бальной программы	22	22	44
4	Развитие пластики тела	10	10	20
5	Танцевальные игры	6	6	12
итого		24	120	136

Содержание программы первого года обучения

Тема № 1. Ритмика – понятие ритма, ритмические упражнения. Элементарные понятия музыкальной грамоты: Сильная, слабая доля, размер (2/4, 4/4, 3/4), такт, затакт, темп.

Тема № 2. Техника исполнения простейших танцев – знакомство с репертуаром, соответствующим их возрасту, первоначальная танцевальная подготовка:

1. Детский вальс.
2. Сиртаки.
3. Дisko.
4. Полька.

Тема № 3. Техника исполнения танцев отечественной бальной программы – разучивание каждого танца преследует цель – дать детям какой-либо определенный навык:

1. Вару-вару – подготовка к правильному исполнению шассе в «ча-ча-ча».
2. Русский лирический – движения по линии танца, подготовка к Румбе.
3. Рилио – подготовка к танцу «Джайв».
4. Разрешите пригласить.

Тема № 4. Развитие пластики тела:

1. Волнообразные движения кистью.

2. Волнообразные движения правой рукой и левой рукой: волнообразные движения руками слева направо и наоборот.
3. Волны руками перед собой.
4. Волны туловищем снизу вверх и наоборот.
5. Волны туловищем с шагом вправо и влево.
6. «Пантера» движения, имитирующие движения кошек (походка, прыжки, телодвижение и т.д.).

Тема № 5. Танцевальные игры – предназначены для раскрепощения ребенка и развития фантазии:

- Ребенок загадывает, например, животное и пытается его изобразить движениями. Другие должны угадать, кто это.
- «Скульптор» - игра по парам. Первый – материал, из которого второй лепит свое произведение. Должна получиться красивая «статуя».
- «Самолеты».
- «Жуки».

Программа второго года обучения

Цель: Дать учащимся основную базу, на которой будет строиться дальнейшее обучение: по классике и современному бальному танцу.

Задачи:

- 1.Познакомить с элементами латиноамериканских и европейских танцев, экзерсис у станка-классика.
- 2.Развить рефлексивные умения, любознательность, эстетические чувства, культуру взаимоотношений между мальчиками и девочками.
- 3.Развивать коммуникативные способности, умение жить в коллективе.

**Учебно-тематический план
второго года обучения**

№	Тема	теория	практика	всего
1	Латиноамериканская программа танцев	34	34	68
2	Европейская программа танцев	34	34	68
3	Классический танец	34	34	68
итого		102	102	204

Содержание программы второго года обучения

Тема № 1. Латиноамериканская программа танцев:

1. Особенности музыкального сопровождения.
2. Техника исполнения латиноамериканских танцев.
3. Закрытая и открытая позиция в паре.
4. Понятие вариации (9 схема) танца.
5. Изучение фигур:

Самба:

- Основное движение (правое и левое).
- Прогрессивное основное движение.
- Самба ход - променадный, боковой, стационарный.
- Вольта вправо и влево.
- Виски влево и вправо (также с поворотом партнёрши под рукой).

Ча-ча-ча:

- Шассе налево и направо
- Локки вперед и назад..
- Тай степ.
- Плечо к плечу.

6. Разучивание вариации:

- Самба.
- Ча-ча-ча.

Тема № 2 Европейская программа танцев:

1. Особенности музыкального сопровождения европейских танцев.
2. Техника исполнения шагов вперед и назад.

3. Техника исполнения подъемов и спусков.
4. Положение в паре в европейском танце.
5. Линия танца и направление танцев в зале.
6. Изучение фигур:

Медленный вальс:

- Правая перемена.
- Левая перемена.
- Правый поворот.
- Левый поворот.
- Натуральный спин поворот.
- Виск вперед.
- Шассе из ПП (синкопированное).

Квикстеп:

- Подготовка к фокстроту.
 - Четвертной поворот влево.
 - Четвертной поворот вправо.
 - Поступательное шассе.
 - Правый поворот.
 - Натуральный поворот с хезитейшн.
 - Натуральный пивот поворот
7. Понятие вариации танца.
 8. Разучивание вариации в танце «Медленный вальс».

Тема № 3. Классический танец:

1. Постановка корпуса.
2. Позиции рук.
3. Позиции ног.
4. Положение и движения головы.
5. Экзерсис у станка:(исполняется лицом к станку)
 - Деми плие по I, II, V поз.
 - Батман тандю по I и V поз.
 - Батман тандю жете по I и V поз.
 - Пассе пар тер по I поз.
 - Деми рожд де жамб партер ан деор и ан дедан.
 - Положение сюр ле ку-де-пье.
 - Батман фондю в пол.

- Батман ффраппе в пол.
- Перегибы корпуса назад и в сторону.
- Гранд батман жете по 1 поз.в сторону.
- Экзерсис на середине.
- Поклон.
- Перевод рук из позиции в позицию.
- I и II пор де бра.
- Соте по I, II поз.
- Партерные занятия.

Программа третьего года обучения

Цель: Развитие творческого потенциала детей.

Задачи:

1. Отработка техники исполнения латиноамериканских и европейских танцев класса «Е».
2. Развитие умения самовыражаться.
3. Формирование способов социального взаимодействия, выработка нравственных идеалов.
4. Научить танцевать в паре, используя визуальное и контактное ведение.

Учебно-тематический план

Третьего года обучения

№	тема	теория	практика	всего
1	Латиноамериканская программа	34	34	68
2	Европейская программа	34	34	68
3	Классический танец	34	34	68
итого		120	102	204

Содержание программы третьего года обучения

Тема № 1. Латиноамериканская программа «Е» класса:

1. Особенность музыкального сопровождения латиноамериканских танцев: народная песенная основа.
2. Техника исполнения латиноамериканских танцев.

Самба:

- Вольта с продвижением вправо, влево – крисс-кросс.
- Сольная вольта на месте.
- Бота fogo в продвижении (вперед, назад).
- Бота fogo в ПП и КПП.
- Обратный поворот.
- Вольта спот повороты вправо и влево для п-ши.
- Теневая вольта с продвижением.

Ча-ча-ча:

- Рука в руке.
- Три ча ча ча вперед и назад.
- Три ча ча ча в ПП и КПП
- Веер.
- Хоккейная клюшка.

Основы танца «Джайв»:

- Ритм танца.
- Основные движения на месте.
- Шассе вправо, влево.
- Перемена мест слева направо.
- Перемена мест справа налево.
- Основное фолловей движение.
- Звено.

- Фолловей рокк.

3. Разучивание вариации:

- Самба.
- Ча-ча-ча.
- Джайв.
-

Тема № 2. Европейская программа «Е» класса:

1. Особенности музыкального сопровождения европейских танцев.
2. Позиция противодвижения корпуса.
3. Изучение фигур:

Медленный вальс:

- Перемена хезитейшн.
- Прогрессивное шассе вправо.

- Импетус.
- Внешняя перемена.
- Обратное корте.
- Виск назад.

Квикстеп:

- .
- Лок степ вперед.
- Лок назад.
- Поступательное шассе вправо.
- Типл шассе вправо и влево.
- Перемена направления.
- Натуральный спин поворот.
- Обратный пивот

4. Разучивание вариации:

- Медленный вальс.
- Квикстеп.

5. Основы танца «Венский вальс»:

- Ритм танца.
- Направление шагов.
- Исполнение правого поворота.

Тема № 3 **Классический танец** – экзерсис у станка:

1. Батман тандю с деми плие по 1 и 5 поз.
2. Батман релевелент на 45^0 и на 90^0 .
3. Препарасьон для ронда.
4. Гранд батман жете во всех направлениях.
5. Экзерсис выполняется боком к станку.
6. Батман фондю на 45^0
7. Батман фраппе на 45^0
8. После изучения движений составляются комбинации:

Экзерсис на середине зала:

- II пор де бра.
- Прыжки.
- Сотте по 5 позиции.
- Партерные занятия.

Программа четвёртого года обучения

Цель: научить детей технически верно и красиво исполнять отдельные движения и вариации спортивных БТ.

Задачи:

1. Отработка техники исполнения латиноамериканских и европейских танцев класса «D».

2..Освоить методику исполнения упражнений у станка более сложные танцевальные движения способствующие развитию координации движений учащихся.

3.Формирование способов социального взаимодействия, выработка нравственных идеалов.

Учебно-тематический план четвертого года обучения

№	Тема	теория	практика	всего
2	Латиноамериканская программа	51	51	102
3	Европейская программа	51	51	102
4	Классический танец	34	34	368
Итого		136	136	272

Содержание программы четвертого года обучения

Тема № 1. Латиноамериканская программа.

Ча-ча-ча

.Разучивание фигур:

1. Алемана(окончание А и В),
2. Натуральный волчок и натуральный волчок с окончанием А и В.

Самба. Разучивание фигур:

- 1.Натуральный ролл.
- 2.Роки назад с П.Н. и Л.Н.
3. открытые роки вправо, влево.
- 4.Закрытые роки на П.Н., Л.Н.
5. Корта джага.

Румба

разучивание фигур:

- 1.Основное движение – закрытое, открытое, альтернативное.
2. Прогрессивный ход вперед и назад.
3. Веер.
4. Нью-йорк влево, вправо чек из откр. ПП, чек из откр.КПП.

5. рука в руке,
6. Спот поворот под рукой вправо и влево.
7. Натуральный олчок.
8. Плечо к плечу.
9. Хоккейная клюшка.
10. Кукарача.

Джайв.

Разучивание фигур

1. Променадные ходы (медленные и быстрые).
2. Стой и иди.
3. Хлыст.
4. Американский спин
5. Смена рук за спиной.

Тема № 2. Европейская программа

Медленный вальс.

разучивание фигур

1. Основное плетение.
2. Двойной обратный спин.
3. Дрег хезитейшн.
4. Лок вперед и назад.

Квикстеп

1. Бегущее окончание.
2. Открытое бегущее окончание.
3. Двойной обратный спин.
4. Импетус.
5. Быстрый открытый обратный.

Венский вальс.

1. Шаги перемены вперед с П.Н. и Л.Н.

Танго

1. Ход с Л.Н. и П.Н.
2. Прогрессивный боковой ход.
3. Прогрессивное звено.
4. Закрытый променад.
5. Открытый променад.
6. Натуральный рок поворот.

7.Закрытое и открытое окончание.

Тема № 3. Классический танец

Экзерсис у станка

1.Батман тандю с пур-ле-пье

2.Батман тандю жете с пике из 1 и 5 позиции.

3.Релевэ на полупальцах по 1,2.5позиции.

4.Деми плие по 4 позиции.

5.Полуповороты на двух ногах с переменной ног на полупальцах из 5 позиции.

6.После изучения движений составляются комбинации.

.Экзерсис на середине зала

1.3 пор де бра.

2.Шажман де пье.

3.Релеве по 1,2 и 5 позиции.

4.Прыжковые комбинации.

Программа пятого года обучения

Цель: улучшить физическое состояние детей путем укрепления мышц тела, увеличения гибкости шеи и позвоночника, подвижности суставов.

Задачи:

1. Развить воображение и фантазию.

2..Освоить методику исполнения упражнений у станка более сложные танцевальные движения способствующие развитию координации движений учащихся.

3.Формирование художественного вкуса, развитие творческого потенциала.

Учебно-тематический план пятого года обучения

№	Тема	теория	практика	всего
2	Латиноамериканская программа танцев	51	51	102
3	Европейская программа танцев	51	51	102
4	Классический танец	34	34	68
итого		136	136	272

Содержание программы пятого года обучения

Тема № 1. Латиноамериканская программа танцев:

Ча-ча-ча:

- 1.Натуральное раскрытие.
- 2.Закрытый хип-твист.
- 3.Открытый хип-твист.

- 4.Обратный волчок и раскрытие из обратного волчка.

Самба:

- 1.Коса
- 2.Раскручивание от руки.
- 3.Аргентинский кросс
- 4.Мэйпул.

Румба

- 1.Алемана из позиции веер.
2. Алемана из открытой позиции
3. Боковые шаги.
4. Кубинские рокки.
5. Закрытый хип-твист.
- 6.Открытый хип-твист.
7. Обратный волчок.
8. Натуральное раскрытие.
9. Раскрытие вправо, влево.

Джайв

- 1.Хлыст раскрытие.
- 2.Обратный хлыст.
- 3.Ветряная мельница.
- 4.Испанские руки.
5. Раскрытие от руки.

Тема №2. Европейская программа

Медленный вальс:

- 1.Обратный пивот.
- 2.Телемарк.
- 3.Открытый телемарк.
- 4.Кросс-хезитейшен
- 5.Крыло
- 6.Открытый импетус.

Квикстеп

- 1.Ви-6
- 2.Фиштейл.
- 3.Четыре быстрых бегущих
4. Бегущий правый поворот.
- 5.Зиг-заг, локк назад, бегущее окончание.

Танго

- 1.Корте назад.
- 2.Основной обратный поворот.
3. Открытый обратный поворот. П-ша в линию.
- 4.Обратный поворот на прогрессивном боковом шаге.
- 5.Рокки на Л.Н. и П.Н.
- 6.Натуральный твист поворот.
7. Натуральный променадный поворот.

Венский вальс

- 1.Перемена с правого на левый поворот.
- 2.Левый поворот.
- 3.Перемена с левого на правый поворот.

Тема №3. Классический танец

Экзерсис у станка

- 1.Гранд плие по 1,2,3,5,4.позиции.
- 2.Ронд де жамб пар тер ан де ор и ан де дан на плие.
- 3.Па де буре с переменной ног (лицом к станку).
- 4.Пти батман фраппе.
- 5.Поворот на 2-х ногах в 5позиции с переменной ног,начиная с деми плие и оканчивая в деми плие.
- 6.Батман дубль фраппе по всем направлениям носком в пол и на 45^0 .

7. Батман делюпе на 90^0 направлениям.

Экзерсис на середине зала.

1. Полуповороты на 2 ногах в 5 позиции с переменной ног.
2. Па эшапе
3. Положение эпальманкруазе и эфасе.
4. Основные позы: круазе, эфасе вперед и назад.
5. Тан лие партер вперед.
6. Упражнения исполняемые у станка переносятся на середину

Программа шестого года обучения

Цель: повысить выносливость и работоспособность детей.

Задачи:

1. Отработка техники исполнения латиноамериканских и европейских танцев класса «D».
2. Освоить методику исполнения упражнений у станка более сложные танцевальные движения способствующие развитию координации движений учащихся.
3. Формирование способов социального взаимодействия, выработка нравственных идеалов.
4. Безошибочно определять и различать танцы европейской и лат.-амер. программы.

Учебно-тематический план шестого года обучения

№	Тема	теория	практика	всего
2	Латиноамериканская программа танцев	51	51	102
3	Европейская программа танцев	51	51	102
4	Классический танец	34	34	68
итого		136	136	272

Содержание программы шестого года обучения.

Тема №1 Латиноамериканская программа танцев:

Ча-ча-ча-

1. Аида.
2. Локон.
3. Спираль.
4. Лассо.
5. Кросс бейсик.

Самба

1. Теневая круговая вольт.
2. Контра бота фога.
3. Обратный ролл.
4. Променадный бег.

Румба

1. Раскрытие из обратного волчка.
2. Спираль.
3. Спиральные повороты.
4. Аида.
5. Локон.
6. Лассо.

Джайв

1. Простой спин.
2. Смена мест справа налево с двойным спином.
3. Двойной хлыст с кроссом.
4. Изогнутый хлыст.
5. Перекрученное фолловей раскрытие.

Пасадобль

1. Основное движение марш.
2. Перемещение (Атака).
3. Променадное звено, включая закрытый променад.
4. Экарт.
5. Фолловей виск.
6. Аппель.
7. Восемь.
8. Променад.
9. Разделение.
10. Фолловей окончание к разделению.
11. Шестнадцать.
12. Променад в контр променад.
13. Большой круг.

Тема №2 Европейская программа танцев:

Медленный вальс

- 1.Плетение из ПП.
- 2.Внешний спин.
- 3.Поворотный локк.
- 4.Поворотный локк направо.
- 5.Закрученное крыло.

Квикстеп

- 1.Телемарк.
- 2.Бегущий кросс шассе.
- 3.Проходящий правый поворот.
- 4.Кросс свивл.

Танго

- 1.Променадное звено
- 2.Форстеп.
- 3.Внешний свивл (все варианты).
- 4.Открытый променад назад.

Фокстрот

- 1.Ход.
- 2.Перо назад.
- 3.Тройной шаг.
- 4.Натуральный поворот.
- 5.Обратный поворот.
- 6.Перемена направления.
- 7.Импетус.
- 8.Перо окончание.
9. Натуральное плетение.
- 10.Основное плетение.
- 11.Плетение после 1-4 ш. обр. волны.
12. Обратная волна.
- 13.Телемарк.
- 14.Открытый телемарк.
- 15.Окончание перо из ПП.
- 16.Ховер перо.
- 17.Ховер телемарк.
- 18.Натуральный телемарк.

Тема №3 Классический танец:

Экзерсис у станка

- 1.Па балансе лицом к станку.
- 2.Гранд батман жете пуантэ по всем направлениям.

3.Подготовка и ронд де жамб ан лер ан деор и андедан.

4.Подготовка к пируэту андеор и андедан.

Экзерсис на середине зала.

1.Поза аравэски(1,2,3,4)

2.Па дэ бурэ с переменной ног ан дэор и андедан.

3.Па балансе.

4.Адажио.

5.4 пор де бра.

6.Тан лие с перегибом корпуса.

7.Па ассамбле.

8.Па жете.

9.Движения исполняемые у станка переносятся на середину в комбинациях с добавлением эпольман: круазе и эфасе.

Программа седьмого года обучения

Цель: создать фундамент для более серьезного увлечения хореографией.

Задачи:

1. Отработка техники исполнения латиноамериканских и европейских танцев класса «С».

2..Освоить методику исполнения упражнений у станка более сложные танцевальные движения способствующие развитию координации движений учащихся.

3.Быть готовыми к выпускным экзаменам.

4.Развитие координации движений и актерской выразительности.

5.Знание особенностей полоролевой идентичности юноши и девушки

Учебно-тематический план на седьмой год обучения.

№	Тема	теория	практика	всего
1	Латиноамериканская программа танцев	51	51	102
2	Европейская программа танцев	51	51	102
3	Классический танец	34	34	68
Итого		136	136	272

Содержание программы седьмого года обучения.

Тема №1 Латиноамериканская программа танцев:

Самба

1. Поворот на 3-х шагах.
2. Самба локки.
3. Крузадос ходы и локки.
4. Дроп вольта.

Ча-ча-ча

1. Кубинские брейки.
 2. Чейз.
- Разновидности шассе (ронд шассе, хип-твист шассе, закрытый слип шассе)
3. Локон.

Румба

1. Фектование.
2. Скользящие дверцы.
- 3.3 тройки.
4. Алемана с окончанием в открытый КПП.
- 5.3 Алеманы.
6. Хип-твисты усложненные, продолженные и круговые.

Джайв

1. Болл чейндж.
2. Свивлы носок-каблук.
3. Паровоз.
4. Чыплячий ход.
5. Флики в брейк.

Пасадобль

1. Альтернативный выход в ПП.
2. Открытый телемарк.
3. Твистповорот.
4. Леа пассе.
5. Бандерильяс.
6. Обратный фолловей.
7. Куде пик.
8. Испанские линия.
9. Фламенко тепс.
10. Синкопированное разделение.
11. Методы смены ног.
12. Спины с продвижением из ПП и КПП.

- 13.Твисты.
- 14.Плащ шассе.

Тема№2Европейская программа танцев:

Медленный вальс

- 1.Обратный фолловей и слип пивот.
- 2.Ховер корте.
- 3.Натуральный фоллофей поворот.
- 4.Бегущий спин поворот.
- 5.Фолловей виск.
- 6.Открытй натуральнй поворот из ПП.

Квикстеп

- 1.Румба кросс.
- 2.Ховер корте.
- 3.Типси вправо и влево.
- 4.6 быстрых бегущих.

Танго

- 1.Фор степ перемена.
- 2.Браш теп.
- 3.Натуральный променадный поворот в рокк поворот.
- 4.Фолловей форстеп.
- 5.Чейз.
- 6.Файвстеп.
- 7.Обратный фолловей и слип пивот.

Фокстрот

- 1.Ховер кросс.
- 2.Открытый телемарк в натур. поворот и внешн. свивл, законченный пером.
- 3.Открытый импетус.
- 4.Плетение из ПП.
- 5.Натуральный твист поворот.
- 6.Обратный пивот.
- 7.Быстрый открытый обратный.
- 8.Быстрое натуральное плетение.
- 9.Изогнутое перо в перо назад.
- 10.Натуральный зиг-заг из ПП.
- 11.Обратный фолловей и слип пивот.
- 12.Натуральный ховер телемарк.
- 13.Продолжительная обратная волна.
- 14.Изогнутый тройной шаг.

Тема №3 Классический танец.

Упражнения у станка.

- 1.Батман сутеню.
- 2.Пор де бра с растяжкой на плие и перегибом корпуса.
3. Тан релеве на 45° ан деор и ан дедан.
4. Батман девлоппе пассе на 90°.

Упражнения на середине зала.

1.Пятое пор де бра.

2.Арабески: 1, 2, 3.

Прыжки.

1.Па глиссад.

2.Па де баск.

3.Сисон уверт.

4.Сиссон уверт.

Методическое обеспечение программы

№	Тема	Формы работы	Методическое обеспечение (тех.оборуд.)	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1.	Вводное занятие	Беседа	Проектор	Видеозаписи конкурсов	Опрос
2.	Ритмика и элементы музыкальной грамоты	Объяснение	Музыкальный центр	Карточки	Игра «Угадай ритм»
3.	Техника исполнения простейших танцев	Занятие (показ)	Музыкальный центр		Зачет-Мини-конкурс
4.	Техника исполнения танцев отечественной бальной программы	Занятие (показ)	Музыкальный центр		Открытое занятие для родителей
5.	Развитие пластики тела	Показ, объяснение	Ковровое покрытие		Зачет
6.	Танцевальные игры	Показ, объяснение, игры	Музыкальные Игрушки	Сценические атрибуты	
7.	Беседы о культуре поведения	Беседа, анкетирование		Анкеты	Анализ анкет педагогом
8.	Латиноамериканская программа танцев	Показ, объяснение	Проектор	Видеозаписи конкурсов	Зачетное занятие
9.	Европейская программа танцев	Показ, объяснение	Проектор	Видеозаписи конкурсов	Зачетное занятие
10.	Классический танец	Показ, объяснение	Фортепиано и аккомпаниатор	Видеозаписи	Зачет
11.	Тренаж современной пластики	Показ, объяснение	Проектор	Видеозаписи	Открытое занятие
12.	Репетиционная работа	Танцевальная практика	Музыкальный центр		Концерт
13.	Индивидуальная работа	Танцевальная практика	Музыкальный центр		
14.	Беседы о культуре	Беседы,		Анкеты,	Опрос

	Взаимоотношений между мальчиками и девочками	Досуговые мероприятия совместно с родителями		досуговые программы «Леди и джельтмены»	
15.	Беседы о полоролевой идентичности мужчины и женщины	Беседы с психологом, анкетирование, дискуссия, диспут		Просмотр видеосюжетов,	Опрос, наблюдение Анализ анкет

Требования к занятиям

1. Просторный оборудованный танцевальный класс.
2. Одежда для занятий танцами. Танцевальная обувь.

Материально-техническое обеспечение

1. Зеркала, станки.
2. Аудио, видео аппаратура, TV.
3. Тренировочные фонограммы.

Дидактическое оснащение

1. Видеозаписи с конкурсов по спортивным бальным танцам.
2. Видеофрагменты уроков.
3. Анкеты. Карточки.

Особенности структуры занятия:

- Разминка.
- Изучение новых элементов.
- Повторение ранее изученных элементов.
- Вариация с включением нового элемента.
- Поклон.

Методические приемы

Занятия танцами воспитывают навыки вежливости, элементарной культуры поведения, взаимоотношения. Педагог показывает и объясняет, как мальчик должен пригласить девочку на танец (поклониться, протянуть ей правую руку), и соответственно, как девочка принимает приглашение; как затем после танца мальчик отводит девочку на место и благодарит ее за совместный танец. Основные методические приемы - это объяснение педагога, показ примера на детях, поощрение ребят, подчеркивание в них чувства собственного достоинства, и, главное, многократное закрепление этих правил на занятиях, в играх, таким образом, чтобы это вошло в привычку и стало нормой поведения.

Танец – это танец двоих. Педагог с самого начала должен обращать внимание на это. В европейской программе большее значение имеет партнер – он «ведет», «делает» весь танец, стараясь показать всему миру, какая у него красивая партнерша. Хороший партнер ведет уверенно и в тоже время мягко. Хорошая партнерша всегда готова к любой импровизации, которую придумал ей партнер.

Литература

1. Алекс Мур .Техника европейских танцев.-СПб., 1993.
2. Артемьев Т.И. Методический аспект проблемы способностей.- М.: 1977.
3. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.- М.: Искусство, 1964.
4. Барышникова Т. Азбука хореографии.- СПб., Респек, Люкси, 1996.
5. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах.- М.: 1982.
6. Брошловская Л.В. Самоучитель по танцам.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
7. Исаев Д.Н., Каган В.Е. Половое воспитание детей. Медико-психологические аспекты. – СПб., 1988.
8. Колодницкий Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры. – М.: Дрофа, 2003.
9. Кучменко В.С. Половозрастное воспитание учащихся, основы сексологии.- М.: Просвещение, 1992.
10. Пуйова В.В., Пуйов В.М. Методическая разработка по классическому танцу. – Барнаул, 1983.
11. Уолтер Лайерд. Техника латинских танцев. – СПб., 1994.
12. Фридан Бетти. Загадки женственности.- М.: 1994.
13. Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. Мальчик – подросток – юноша.- М.: 1982.
14. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам.- СПб., ООО Синус Пи, 2006.

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Линии - красота, элегантность, функциональность, спортивность линий рук, ног, корпуса.

От характера нагрузки, которую несет нога. Она определяется, как опорная или свободная.

Положения рук: на талии, на бедре, скрещенное положение и т.д.

Положения рук в паре имеют достаточно условные названия, но можно выделить определенные позиции: закрытая, открытая, учебная и др. Правильное положение рук в танцах европейской программы улучшает стиль исполнения и делает общий вид пары более подтянутым.

Линия танца - направление движения по залу (против движения часовой стрелки).

Баланс - это правильное распределение веса по стопе, которое позволяет танцору иметь свою собственную активность.

Противодвижение корпуса (ПДК) - действие одновременного поворота, противоположного бедра и плеча в направлении ноги, с которой делается шаг. Применяется в начале всех поворотных движений.

Позиция противодвижения корпуса(ППДК) - позиция ступней, при которой правая или левая нога, находясь впереди или сзади, «пересекает» корпус без его поворота. Применяется при каждом шаге сбоку партнера для обеспечения близкого контакта исполнителей.

Работа стопы. Для каждого танца свойственна определенная работа стопы, которая включает в себя подъемы и снижения, ощущаемые в корпусе (включая ноги); движение с носка, каблука, подушечки и т.п.

Работа корпуса - ПДК, ППДК, повороты и наклоны корпуса. Понятия свинга и свая.

Ритм - понятие о счете шагов в условных быстрых и медленных.

Положение в паре в латиноамериканских танцах - открытая позиция, закрытая позиция, веерная позиция, позиция фалловэй.

Основные принципы танцевальной техники латиноамериканского бального танца

1. Основы движения и скорость: изучение средств и способов достижения наибольшей скорости перемещения корпуса, стоп и рук. Постановка баланса, перенос веса и работа стопы. Отработка исполнения поворотов и вращений, дающих скорость и элегантные линии.
2. Линии: это красота, элегантность, функциональность, спортивность линий рук, ног, корпуса. Работа над линиями подразумевает отработку движений в медленном темпе с отслеживанием в зеркале и фиксацию правильных позиций рук, ног и корпуса в различных фигурах. Ведется индивидуально и в паре.
3. Объемный танец подразумевает работу над танцем с позиций объема. Отработку взаимных позиций рук и корпуса для создания впечатления большого объема, который создает пара на площадке.
4. Работа рук. Движения рук танцора определяются корпусным ритмом и являются продолжением соответствующего движения корпуса. Также могут использоваться движения запястья и пальцев для более точного вывода руки в нужную позицию в соответствующий момент музыки. Типичные позиции рук в латинских танцах:
 - в сторону, выпрямлена;
 - в сторону, согнута;
 - вперед, согнута;
 - перед корпусом, согнута;
 - в сторону, слегка согнута.
5. Работа бедер подразумевает наработку навыков мышечного управления положением бедра при исполнении различных фигур.
6. Основы ведения в паре. Понятие о принципах ведения. Понятие рамы. Упругость. Управление движением партнерши при помощи веса. Визуальный контакт.
7. Эмоции в танце. Изучение средств и способов передачи эмоций при помощи движения, положения тела. Основы актерского мастерства. Изучение характерных особенностей танцев. Их исторических корней.

Основные принципы танцевальной техники европейского бального танца

1. Баланс - овладение навыками равновесия, ощущения внутренней оси, движения от опорной ноги. Проводится индивидуально и в паре. Отработка правильного положения рук и головы.
2. Работа стопы и ног
3. Качество движения в европейской программе.
 - 1) отработка навыков контролируемого движения, т.е. способности пластично переходить от одного танцевального движения к другому;
 - 2) постановка техники движения;
 - 3) понятие опорной и рабочей ноги;
 - 4) понятие о распределении веса, т.е. на какой части стопы находится вес в различных танцах;
 - 5) понятие свинг и свей.
4. Постановка корпуса - правильное положение тела в процессе движения (степень поворота, скорость вращения, использование наклона корпуса и его веса, направление взгляда, степень взаимодействия с партнером). Отрабатывается вертикальность положения тела в пространстве.
5. Направления в бальном зале
6. Снижения и подъемы
7. Вращения
8. Свей
9. Променадные позиции
10. Взаимоотношения партнеров в паре:
 - Работа над совместным положением партнеров относительно друг друга в статике и в динамике.
 - Правильная постановка рук, головы, ног.
 - Понятие о стойке, т.е. в каком положении и состоянии должно быть тело исполнителя в различных танцах.
 - Понятие объема: тело и руки должны создавать определенный объем и при движении нужно двигать этот объем, тогда танец становится устойчивым.
 - Отработка контакта в момент смены направления движения.
 - Понятие ведения в паре. Правильное использование веса для совместного танцевания.

Положение ФТСР о допустимых танцах и фигурах

ФИГУРЫ КЛАССА «Е»

КЛАСС Е МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС (WALTS).

1. Closed Changes	Закрытые перемены
2. Natural Turn	Правый поворот
3. Reverse Turn	Левый поворот
4. Natural Spin Turn	Правый спин поворот
5. Natural Turn with Hesitation (Hesitation Change) хезитейшн)	Правый поворот с хезитейшн (перемена)
6. Whisk	Виск
7. Back Whisk	Виск назад
8. Progressive Chasse (Syncopated Chasse) (Синкопированное шассе)	Поступательное шассе
9. Outside Change	Наружная перемена
10. Progressive Chasse to Right	Поступательное шассе вправо
11. Chasse from PP	Шассе из П.П.
12. Forward Lock Step	Лок степ вперед
13. Backward Lock	Лок назад
14. Reverse Corte	Левое кортэ

КЛАСС Е ВЕНСКИЙ ВАЛЬС (VIENNESE WALTZ)

1. Natural Turn

Правый поворот

КЛАСС Е БЫСТРЫЙ ФОКСТРОТ (QUICKSTEP)

1. Quarter Turn to Right	Четвертной поворот вправо
2. Quarter Turn to Left (Heel Pilot) пивот)	Четвертной поворот влево (каблучный)
3. Progressive Chasse	Поступательное шассе
4. Natural Turn (1)	Правый поворот
5. Natural Spin Turn	Правый спин поворот
6. Natural Hesitation Turn	Правый поворот с хезитейшн
7. Chasse Reverse Turn	Левый шассе поворот
8. Lock Step (2) (Forward Lock Step)	Лок степ вперед
9. Back Lock (Backward Lock Step)	Лок назад
10. Progressive Chasse to Right	Поступательное шассе вправо
11. Tiddle Chasse to Right	Тиддл шассе вправо
12. Natural Pivot Turn	Правый пивот поворот
13. Cross Chasse	Кросс шассе
14. Zig Zag	Зигзаг

(1) Можно танцевать отдельно 1-ю и 2-ю части поворота.

(2) Допускается повтор второго и третьего шагов.

КЛАСС Е САМБА

1. Basic Movement (Natural and Reverse)	Основное движение(правое и левое)
2. Progressive Basic	Поступательное основное движение
3. Whisks to L and to R	Виски влево и вправо
4. Stationary Samba Walks	Самба ход на месте
5. Samba Walks in PP	Самба ход в ПП

6. Side Samba Walks
7. Reverse Turn
8. Travelling Botafogos
9. Travelling Voltas to L and to R
10. Volta Spot Turn for Lady to L and to R
влево и вправо
11. Solo Spot Volta to L and to R
12. Shadow Botafogos
13. Botafogos in PP and CPP
променадной позиции)
14. Criss Cross

Боковой самба ход
Левый поворот
Ботафого с продвижением
Вольта с продвижением влево и вправо
Вольтовый поворот на месте для дамы

Сольная вольта на месте влево и вправо
Ботафого в теневой позиции
Ботафого в ПП и ОПП(обратной

Крисс кросс

КЛАСС Е ЧА-ЧА-ЧА

1. Time Step
2. Basic Movement
3. Shoulder to Shoulder
4. Check (New York)
 - a) From open PP
 - b) From open CPP
5. Hand to Hand
6. Spot Turns to L and to R
7. Underarm Turns to L and to R
8. Fan
9. Hockey Stick
10. Alemana (finish A)
 - a) From open position
 - b) From fan position
11. Three Cha-cha-cha (fwd, bkwd, in PP and CPP)
12. Opening Out to R
13. Close Hip Twist
14. Open Hip Twist

Тайм степ
Основное движение
Плечо к плечу
Чек (Нью-Йорк)
а) из открытой ПП
б) из открытой ОПП
Рука в руке
Повороты на месте влево и вправо
Повороты под рукой влево и вправо
Веер
Клюшка
Алемана (окончание А)
а) из открытой позиции
б) из позиции веера
Три ча-ча-ча (вперёд, назад, в ПП и ОПП)
Раскрытие вправо
Закрытый хип твист
Открытый хип твист

КЛАСС Е ДЖАЙВ

1. Basic in Place
2. Basic in Fallaway (Fallaway Rock)
фоллэвей)
3. Change of Place L to R
4. Change of Place R to L
5. Ball Change
6. Link (Link Rock)
7. Change of Hands Behind Back
8. Whip
9. American Spin
10. Fallaway Throwaway
11. Stop and Go
12. Toe Hill Swivels

Основное движение на месте
Основное фоллэвей движение (Рок

Перемена мест слева направо
Перемена мест справа налево
Болл чейндж
Звено (Рок звено)
Смена рук за спиной
Хлыст
Американский спин
Фоллауэй откидывание
Стой-иди
Свивлы с носка на каблук

Уважаемые родители!

Просим Вас принять участие в анкетировании. Ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы.

1. Разговариваете ли вы с ребенком о роли мальчика (девочки) в семье?
2. Есть ли у вашего мальчика потребность защищать девочку (маму, бабушку)?
3. Берет ли ваш ребенок на себя ответственность за совершенные поступки?
4. Обсуждаете ли вы с ребенком интимные стороны жизни человека (мужчины, женщины)?
5. Рассказываете ли вы ребенку о последствиях слишком ранних интимных связей?
6. Какой стиль отношений, по вашему мнению, Какой стиль отношений, по вашему мнению, существует в вашей семье:
 - демократический (когда вместе решают основные семейные вопросы);
 - авторитарный (когда в семье последнее слово либо за отцом, либо матерью);
 - смешанный.
7. Кого вы считаете лидером в вашей семье:
 - папу;
 - маму;
 - бабушку (дедушку);
 - ребенка.

Благодарим за сотрудничество!

Дорогой друг!

Мы предлагаем вам принять участие в нашем анкетировании. Прочитайте и выберите ответы из предлагаемых вариантов. Спасибо за участие.

1. Я часто ссорюсь с мальчиком?
 - Да
 - Нет
 - Что-то другое
2. Когда мальчику нужна помощь, то я
 - Делаю вид, что не вижу
 - Помогаю
 - Помогу только после слов учителя, старшего
3. Мальчик для меня:
 - Символ мужества, любви и доброты
 - Должен во всем подчиняться девочке
 - Всегда должен быть первым
4. Я всегда пропускаю мальчика вперед:
 - Да
 - Нет
 - Почему он должен быть первым
5. Я не люблю мальчиков потому, что:
 - Они дерутся
 - Они обзываются
 - Они (что-то другое)

Уважаемые родители!

Просим Вас принять участие в анкетировании. В вопросе № 3 выберите вариант ответа, который больше всего подходит вашему ребенку.

Благодарим за сотрудничество.

6. Как вы относитесь к независимости и личным тайнам ребенка 10-12 лет?
7. Как вы относитесь к романтическим отношениям своего ребенка со сверстниками другого пола?
8. Ваш ребенок по отношению к взрослым:
 - зависимый
 - независимый
9. Что вы знаете о подростковом кризисе?
10. Хотели бы вы, чтобы в Доме детского творчества для ваших детей проводили беседы о проблемах кризисного возраста?

Дорогой друг!

Просим тебя принять участие в анкетировании. Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы. Спасибо за сотрудничество.

1. Наши мальчики в объединении _____
2. Больше всего мне нравится в мальчике _____
3. Более всего мне не нравится в мальчиках _____
4. Я хотела бы, чтобы наши мальчики были _____
5. Мальчиков в нашем объединении я называю по _____

Дорогой друг!

Мы предлагаем вам принять участие в нашем анкетировании. Прочитайте и выберите ответы из предлагаемых вариантов. Спасибо за участие.

11. Я часто ссорюсь с девочкой?

- Да
- Нет
- Что-то другое

12. Когда девочке нужна помощь, то я

- Делаю вид, что не вижу
- Помогаю
- Помогу только после слов учителя, старшего

13. Девочка для меня:

- Символ материнства, любви и доброты
- Должна во всем подчиняться мальчику
- Всегда должна быть первой

14. Я всегда пропускаю девочку вперед:

- Да
- Нет
- Почему она должна быть первой

15. Я не люблю девочек потому, что:

- Они плаксы
- Они обзываются
- Они (что-то другое)

Дорогой друг!

Просим тебя принять участие в анкетировании. Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы. Спасибо за сотрудничество.

1. Наши девочки в объединении _____
2. Больше всего мне нравится в девочке _____
3. Более всего мне не нравится в девочках _____
4. Я хотел бы, чтобы наши девочки были _____
5. Девочек в нашем объединении я называю по _____

