

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 560
Выборгского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом ГБОУ школы
№560

Протокол №1 от «28» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

на заседании МО
Протокол №1 от «22» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором ГБОУ
школы №560

Тужиковой Е.М.
Приказ №8 от «28» 08
2023 г.

Тужикова
Елизавета
Михайловн
а

Подписано
цифровой подписью:
Тужикова Елизавета
Михайловна
Дата: 2023.08.31
14:39:22 +03'00'

Рабочая программа кружка по бальным танцам

«Альянс»

(социальное направление)

8-11 классы

первый год обучения

Составлена учителем: Бежаном
Виктором Владимировичем

Санкт-Петербург

2023-2024

Содержание рабочей программы

1. Пояснительная записка	3
2. Место предмета в учебном плане.....	3
3. Цели и задачи обучения	3
4. Методическое обеспечение программы: Основные методы обучения Основные формы и средства обучения	4
5. Оборудование для занятий	5
6. Основное содержание программы.....	6
7. Планируемые результаты освоения курса	7
8. Календарно-тематическое планирование	7
9. Учебно-методический комплекс.....	10

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа кружка «Классические бальные танцы» составленная для обучающихся 8-11 классов школы №560, является частью учебного процесса и регламентируется следующими документами:

- письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
- СанПиН 2.4.2. 2821 – 10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189, зарегистрированы в Минюсте России 3 марта 2011 г., регистрационный номер 1993);
- учебным планом школы №560 на 2022-2023 учебный год.

Актуальность программы. Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. Историко-бытовые и бальные танцы играют немаловажную роль в воспитании детей. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования.

Программа рассчитана на учащихся 9-11 классов.

Место предмета в учебном плане

Кружок рассчитан на 6 часов в неделю, 2 занятия по 2 и 4 часа.

Цели и задачи обучения

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

Задачи программы:

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве;
- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития

учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей;

- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности;
- обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами бального танца, воспитать культуру движения.

Методическое обеспечение программы

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному с учетом индивидуальных особенностей ученика: интеллектуальных, физических, музыкальных данных, уровня его подготовки. Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из накопленных хореографических представлений ребенка, всесторонне расширяя его кругозор в области хореографического творчества, в частности, учебного предмета «Бальный танец». С первых уроков ученикам полезно рассказывать об истории возникновения бального танца, о выдающихся исполнителях, наглядно демонстрировать качественный показ того или иного движения, использовать ряд методических материалов (книги, видео материал), цель которых – способствовать восприятию лучших образцов бального танца на примерах русских и зарубежных исполнителей, помочь в самостоятельной творческой работе учащихся. В развитии творческого воображения играют значительную роль посещения концертов бального танца, турниров, просмотра видео материалов. Следуя лучшим традициям бальной школы, преподаватель в занятиях с учеником должен стремиться к достижению им поставленной цели, добиваясь грамотного, техничного и выразительного исполнения танцевального движения, комбинации движений, вариации, умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа, умения выполнять комплексы специальных бальных упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств; умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже бального танца и разучивании бально - танцевальных постановок. Исполнительская техника является необходимым средством для исполнения любого танца, вариации, поэтому необходимо постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место в работе занимает развитие танцевальности, которой отведено особое место

в освоении бального танца и методической литературе. Поэтому с первых лет обучения необходимо развивать умение слышать музыку и развивать творческое воображение у учащихся. Значительную роль в этом процессе играет музыкальное сопровождение во время занятий. Работа над качеством исполняемого движения в танце, вариации, над его выразительностью, точным исполнением ритмического рисунка, техникой, - важнейшими средствами хореографической выразительности - должна последовательно проводиться на протяжении всех лет обучения и быть предметом постоянного внимания преподавателя. В работе над бальной техникой необходимо проследить связь между художественной и технической сторонами изучаемого движения. Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие танцевально-исполнительских данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа в целом, продуман план каждого урока. При составлении календарно-тематического плана следует учитывать индивидуально - личностные особенности и степень подготовки обучающихся. В календарно-тематический план необходимо включать те движения, которые доступны по степени технической и образной сложности.

Формы занятий

Данная программа рассчитана на практическое освоение учащимися элементов и упражнений бального танца (классический бальный танец, танцы отечественной программы). Поэтому основная форма занятий практическая.

Практическая деятельность не может проходить без усвоения методических и теоретических основ, поэтому объяснению теории выполнения того или иного движения отводится значительное место.

На теоретической части урока: учащиеся осваивают специальную терминологию, с ними проводятся беседы об истории бального танца, о предпосылках возникновения того или иного танцевального движения, о стилях и особенностях исполнения.

На практической части урока: учащиеся изучают и отрабатывают программные элементы и упражнения, вырабатывают грамотность, синхронность, музыкальность исполнения, учатся оценивать свои достижения и достижения сверстников. У учащихся развиваются организационные умения, связанные с самостоятельным выполнением задания; умение сотрудничать в коллективе сверстников.

Оборудование для занятий

Спортивный зал, колонка, ноутбук с музыкой, спортивная форма и обувь для танцев.

Основное содержание программы

Тема 1. Вводное занятие. Цели и задачи обучения танцам в общеобразовательной школе. История возникновения вальса. Инструктаж по БТ. Вступительная беседа: цели, задачи, требования к учащимся в процессе обучения. История возникновения и развитие вальса. Истоки зарождения вальса; его разновидности: «Вольта», Венский вальс, Медленный вальс, Фигурный вальс.

Тема 2. Разминка. Тренировочные упражнения Вводные упражнения в начале урока нацеленные на подготовку двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогревание мышц и активация их восприимчивости. Независимо от выбранного комплекса, для каждого урока подбираются группы упражнений для всех частей тела: для рук, ног, мышечных групп живота, спины - различные приседания, наклоны, перегибания, вращательные движения для отдельных суставов и частей тела. Вторая задача этих упражнений – активизация дыхания. Педагог должен с самого первого занятия обращать внимание учеников на правильное дыхание при выполнении физических упражнений. Вдох на расслаблении, выдох на момент напряжения.

Предлагается чередовать или объединять тренировочные движения:

- статистическая гимнастика (упражнения выполняемые в основном без перемещения по залу);
- динамическая гимнастика (упражнения выполняемые с перемещением по залу);
- тренировочные элементы джаз - танца для мышечного напряжения и расслабления.
- основной шаг вальса.

Тема 3. Разучивание техники танцевального комплекса.

Для учащихся, не имеющих хореографической подготовки и не знакомых с терминологией, предлагаются элементарные понятия по предмету бальный танец. Знакомят с принятыми сокращениями, основными позициями ног в танцах, позициями рук, положениями в паре. Изучают поклон и реверанс. Даются рекомендации начинающим.

Тема 4. Основные движения отечественных бальных танцев.

Для освоения навыков исполнения вальса необходимо проучить с учащимися наиболее характерные движения танцев.

Тема 5. Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.

Развитие полученных хореографических навыков. Обучение учащихся грациозности и органичности движений, обращению с партнером, умению соотносить свои движения с услышанной музыкой. Отработка танцевальных этюдов.

Тема 6. Повторение и закрепление пройденного материала. Совершенствование исполнительского мастерства. Проведение репетиций и подготовка к показательным выступлениям, конкурсам.

Планируемые результаты освоения курса

Данная программа ориентирована на работу с обучающимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на привитие начальных навыков в изучении вальса и других танцев. Предлагаемая программа включает в себя практически полный объем информации по обучению отечественным бальным танцам.

В программный материал по входит:

- беседы об истории возникновения и развития бальной культуры в нашей стране;
- усвоение тренировочных упражнений на середине зала;
- разучивание отдельных движений и комбинаций;
- разучивание танцев балетмейстеров советского и дореволюционного времени.

В результате изучения курса обучающиеся должны знать:

- основные понятия, терминологию бального танца;
- структуру танцев;
- позиции рук, ног.
- схемы изучаемых танцев (вальсы, польки, кадрили, мазурки).

Должны уметь:

- использовать полученные знания и навыки для участия в композициях и постановке;
- грациозно и органично двигаться, общаться с партнером;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Формы Занятий
1.	02.09	Введение. Вальс по третьей позиции	4	практ
2.	07.09	Вальс по третьей позиции	2	Практ
3.	09.09		4	Практ
4.	14.09	Вальсовые танцы со сменой	2	Практ
5.	16.09		4	Практ
6.	21.09		2	Практ
7.	23.09		4	Практ
8.	28.09	Па де грас, Па де патинер, вальс	2	Практ
9.	30.09		4	Практ

10.	05.10		2	Практ
11.	07.10		4	Практ
12.	12.10		2	Практ
13.	14.10	Русский лирический, кружевница, па-зефир	4	Практ
14.	19.10		2	Практ
15.	21.10		4	Практ
16.	26.10		2	Практ
17.	28.10		4	Практ
18.	02.11		2	Практ
19.	04.11	Вальс-миньон, фигурный вальс	4	Практ
20.	09.11		2	Практ
21.	11.11		4	Практ
22.	16.11		2	Практ
23.	18.11		4	Практ
24.	23.11		2	Практ
25.	25.11		4	Практ
26.	30.11		2	Практ
27.	02.12		4	Практ
28.	07.12	Карнавальная полька, Полька Галинка, полька в тройках	2	Практ
29.	09.12		4	Практ
30.	14.12		2	Практ
31.	16.12		4	Практ
32.	21.12		2	Практ
33.	23.12		4	Практ
34.	28.12		2	Практ
35.	30.12	Танцы с переходом партнера	4	Практ
36.	11.01		2	Практ

37.	13.11		4	Практ
38.	18.11		2	Практ
39.	20.11		4	Практ
40.	25.11		2	Практ
41.	27.11		4	Практ
42.	01.02	Краковяк, сударушка, па-зефир	2	Практ
43.	03.02		4	Практ
44.	08.02		2	Практ
45.	10.02		4	Практ
46.	15.02		2	Практ
47.	17.02		4	Практ
48.	22.02		2	Практ
49.	24.02		Фигурный вальс, русский лирический, полька Галинка	4
50.	29.02	2		Практ
51.	02.03	4		Практ
52.	07.03	2		Практ
53.	09.03	4		Практ
54.	14.03	2		Практ
55.	16.03	4		Практ
56.	21.03	2		Практ
57.	23.03	Вальс-гавот, большой фигурный вальс	4	Практ
58.	28.03		2	Практ
59.	30.03		4	Практ
60.	04.04	Па де труа, вальс-мазурка	2	Практ
61.	06.04		4	Практ
62.	11.04		2	Практ
63.	13.04	Венгерский бальный,	4	Практ

64.	18.04	фигурная полька	2	Практ
65.	20.04		4	Практ
66.	25.04	Повторение изученных танцев	2	Практ
67.	27.04		4	Практ
68.	02.05		2	Практ
69.	04.05		4	Практ
70.	09.05		2	Практ
71.	11.05		4	Практ
72.	16.05		2	Практ
73.	18.05		4	Практ
74.	23.05		2	Практ
75.	25.05		4	Практ

Учебно-методический комплекс

1. Алекс Мур. Пересмотренная техника европейских танцев. – С-Пб., 1993.
2. Антон дю Беке. Учимся танцу за месяц. – М., 2008.
3. Воробьев А.П. Спортивные игры. М. Просвещение. 1973.
4. Гай Ховард. Техника исполнения европейских танцев.
5. Гарри Смит-Хемпшир. Венский вальс. Как воспитать чемпиона. – С-Пб., 1995.
6. Гуров А. Техника танца Румба. – М. 1990.
7. Громов Ю. Основы подготовки специалистов-хореографов: учебное пособие. – С-Пб: Типография Наука, 2006.
8. Кох И. Основы сценического движения. – Л., 1970.
9. Лисицкая Т. Хореография в гимнастике. – М., 1993.
10. Основы подготовки специалистов-хореографов: учебное пособие/ Ю. Громов – С-Пб: Типография Наука, 2006.
11. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Танцор, Пара. - М. 2007
12. Рубштейн Н. Что нужно знать, чтобы стать первым. Тренер. - М. 2007
13. Уолтер Лайерд: Техника латинских танцев.
14. Плетнев Л. С реверансом.
15. Шутиков Ю. Н.: Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом. – М. 2006