**Общеобразовательная автономная некоммерческая организация**

**«Гимназия имени Петра Первого»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

«СОГЛАСОВАНО» «УТВЕРЖДЕНО»

Заместитель директора по УВР Директор гимназии по УМР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Тихомирова Н.В./ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Л.Н. Чуносова/

30 августа 2023 года Приказ №23-ОД от

31 августа 2023 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

педагога дополнительного образования

Смирновой Екатерины Александровны

**внеурочной деятельности**

**студии «Бальные танцы»**

для обучающихся 10-11 классов

**2023-2024 учебный год**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа студии «Бальные танцы» внеурочной деятельности разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Программа студии «Танцкласс» составлена на основе программы «Ритмика и бальные танцы» под редакцией Е.И. Мошковой и программы по ритмической пластике А.И. Бурениной.

Актуальность данной образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и учащихся растет спрос на образовательные услуги в области хореографии.

В образовательных учреждениях всегда высока потребность в услугах танцевально-хореографических коллективов. Любое культурно-массовое мероприятие без этого не обходится. Без хореографических композиций концерт, шоу, конкурс, фестиваль выглядят блекло. Красочные танцевальные композиции уместны всегда и в любом мероприятии любого формата (развлекательное, познавательное, патриотическое).

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Приобщение школьников к искусству хореографии, развитие их художественного вкуса, укрепление здоровья и гармонического развития форм и функций организма, формированию целостной, духовно-нравственной, гармонично развитой личности.

Основные **задачи** данного курса:

* воспитание нравственно-эстетических чувств;
* формирование познавательного интереса и любви к прекрасному;
* раскрытие художественно-творческих, музыкально-двигательных способностей, творческой активности, самостоятельности, выносливости, упорства и трудолюбия воспитанников;
* знакомство обучающихся с основами классического, народного и бального танца;
* укрепление костно-мышечного аппарата учащихся;
* развитие музыкально-ритмической координации, мышечного чувства, осанки;
* предоставление возможности детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения, классического, народного и бального танца. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над движениями.

**МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Программа студии «Танцкласс» рассчитана на обучение учащихся 10-11 классов во внеурочное время, объем занятий 1 час в неделю: 34 часа в год.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам.

* Ритмика и основы хореографии.
* Азбука классического танца.
* Народный танец.
* Бальный танец.

**В первом разделе (Ритмика и основы хореографии**) включаются коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

**Во втором разделе (Азбука классического танца)** вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

**В третьем разделе (Народный танец)** включены элементы и танцы народного характера, от спокойных до темпераментных, с ведущей ролью рук и корпуса, до тех, где ноги исполняют виртуозные партии.

**В четвертом разделе (Бальные танцы)** включены историко-бытовые танцы и европейской программы, позволяющие выразительно и непринужденно двигаться, создавая соответствующий музыкальный образ, согласовывая свои движения с музыкой, ускоряя и замедляя движения, отмечать в движении музыкальные акценты.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*У обучающегося будут сформированы:*

* чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей националь­ной принадлежности на основе изучения танцевальных композиций, шедевров музыкального наследия русских компо­зиторов;
* целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, культур, народов и религий на основе сопоставления произведений русской музыки;
* умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, участие в жизни класса, школы, города и др.

*Обучающийся получит возможность для формирования:*

* уважительного отношения к культуре других народов;
* эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* развития мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; овладения навыками сотрудничества с учите­лем;
* ориентации в культурном многообразии окружающей действительности, участия в танцевальной жизни класса, шко­лы, города и др.;
* этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Регулятивные**

*Обучающийся научится:*

* принимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществле­ния в разных формах и видах танцевальной деятельности;
* формировать умения планировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания со­держания хореографических постановок.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

* освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

**Познавательные**

*Обучающийся научится:*

* выявлять особенности взаимодействия хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.)

*Обучающийся получит возможность научиться:*

* освоению способов решения проблем творческого характера в процессе восприятия, исполнения, оценки танцевальных постановок.

**Коммуникативные**

*Обучающийся научится:*

* продуктивному сотрудничеству (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных танцевально-твор­ческих задач на уроках хореографии, во внеурочной и внешколь­ной танцевально-эстетической деятельности.

*Обучающийся получит возможность научиться:*

* освоению начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Восприятие искусства и виды художественной деятельности**

*Выпускник научится:*

* различать основные виды хореографического искусства (классический, народный, бальные танцы);
* определять музыкальные размеры;
* ориентироваться в танцевальном зале;
* позициям ног и рук;
* воспроизводить хлопками и притопами ритмические рисунки;
* вовремя начать и закончить движения в соответствии с музыкой;
* выполнять поклон в различных стилях;
* выполнять движения в «зеркальном отражении»;
* правилам построения в шеренгу, колонну, круг;
* самостоятельно исполнять любое движение или танцевальную композицию.

*Выпускник получит возможность научиться:*

* элементы в синкопированном ритме;
* методике исполнения танцевальных композиций у станка и на середине зала;
* правильно исполнять танцевальные шаги, подскоки, повороты на ¼; ½ круга;
* исполнять вращение на месте, в продвижении на беге и прыжках;
* делать перестроения в паре.

**СОДЕРЖАНИЕ**

Основное содержание курса представлено следующими содержательными линиями: ритмика и основы хореографии, азбука классического танца, народный танец и бальный танец.

***Ритмика и основы хореографии*** включает в себя ритмические упражнения и музыкальные игр, которые формируют восприятие музыкального материала, развивают чувство ритма, обогащают музыкально-слуховые представления, развивают умение координировать движения с музыкой.

***Азбука классического танца*** – это понятие об основных танцевальных движениях. Место хореографии в современном мировом искусстве. Просмотр видеоматериалов о творчестве великих танцоров. Понятие о выразительных средствах классического и народ­ного танцев. Освоение терминологии танцора. Азбука природы музыкального движения. Понятие об экзерсисе. Позиции ног. Позы классического танца. Понятие об особенностях тела, о темпераменте, о чувстве ритма, о музыкальном слухе и координации движений, освоение поз и движений клас­сического танца.

***Народный танец****.* Существую ходы русского танца: простой, переменный, с ударами, дробный. Элементы русского танца: вынос ноги на каблук вперёд, в сторону, дроби на 1/8, гармошка, ёлочка. Упражнения на укреп­ление мышц рук, ног, спины и шеи. Понятие о режиме дня танцора и о здоровом образе жизни, о природных задатках, способствующих успеху в танцевальном искусстве, и о путях их развития. Понятие о профессиональном мастерстве танцора. Правила танцевального этикета.Освоение поз и движений на­родных танцев.

***Бальные танцы****.* Программа включает правила поведения в танцевальном классе, техника безопасности. Показательные выступления. Исторические бальные танцы. Танцы европейской и латиноамериканской программы – их особенности и своеобразие. Особенности танцев свободной композиции. Виды музыкального сопровождения. Современные технические средства музыкального сопровождения. Художественный образ в музыкальном отображении. Соотношение пространственных построений с музыкой.

**1 ГОД ОБУЧЕНИЯ (10 класс)**

***Раздел 1. Ритмика и основы хореографии.***

* Музыкально-ритмическое развитие. Двигательные основы - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Ритмический танец «Друзья». Разучивание элементов под счёт.
* Музыкально-ритмическое развитие. ОРУ. Хлопки в такт музыки. Ритмический танец «Друзья», исполнение под музыку изученных элементов.
* Двигательные навыки. Формирование основных навыков движения: подъёмы на полу пальцы, прыжки в умеренном темпе, полу приседы. Ритмический танец «Друзья». Изучение элементов под музыку.
* Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц. Ритмический танец «Друзья». Закрепление изученного материала под музыку .
* Перестроения. Построение в круг, передвижение по кругу, в колонну, в шеренгу. Постановка рисунка ритмического танца «Друзья» под счёт.
* Перестроение. Знакомство с танцем «Полька».
* Постановка танца «Полька». Разучивание элементов по одному, под счёт.
* Подготовка к празднику. Сценические движения.
* Подготовка к празднику. Закрепление изученного материала под музыку.
* Разучивание сценических движений.
* Закрепление изученного материала под музыку.
* Обобщающий урок по теме: «Ритмика и основы хореографии».

***Раздел 2. Азбука классического танца.***

* Позиции ног - I, II, III, IV. Releve на полу пальцы в I, II, V позициях, Plie (полу присед во всех позициях) с опорой. Партерная гимнастика. Упражнения на выворотность ног. Прыжки по I, II, III позициях (temps leve).
* Позиции рук - подготовительное положение, I, II, III. Движение кисти. Партерная гимнастика. Упражнения на растяжку и гибкость.
* Двигательные основы. Battements tendus (скольжение стопой по полу). Battements tendus jets (маленькие броски). Grand battemens jets (большие броски). Прыжки по I, II, V позициям (Temps leve saute).
* Построение в шахматный порядок. Закрепление изученного материала на середине зала. Постановка композиции из элементов.
* Постановка танца «Менуэт». Изучение основных элементов движений.
* Постановка танца «Менуэт». Закрепление изученного материала под музыку. Перестроения.
* Постановка танца «Менуэт». Повторение и прогон под музыку. Работа над ошибками.

***Раздел 3. Народный танец.***

* Музыкально-двигательное развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп. Позиции ног. Положения рук. Постановка корпуса.
* Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки. Ходьба под счёт. Движения руками. Упражнения под музыку. Строевой шаг.
* Двигательные навыки. Полу приседы, присядка. Партерная гимнастика с элементами на полу.
* Перестроения. Изучение рисунка танца «Лялечка». Закрепление элементов под музыку.
* Перестроение. Закрепление изученного материала под музыку. Припадание на месте, с продвижением в сторону.
* Постановка номера танца «Лялечка». Изучение элементов в парах. Закрепление изученного материала под музыку.
* Постановка номера «Лялечка». Повторение, прогон под музыку.

***Раздел 4. Бальный танец.***

* Музыкально-ритмическое развитие. Прослушивание фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши. Знакомство с музыкальным размером 3/4.
* Музыкально-ритмическое развитие. Двигательная основа - марш, ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки. Упражнения на координацию движения.
* Двигательные навыки. Упражнения на осанку. Партерная гимнастика (выполняются лежа на спине, на животе и сидя на полу). Фигурный вальс - перенос веса с ноги на ногу в умеренном темпе.
* Двигательные навыки. Изучение элементов танца «Фигурный вальс» под счёт. Балансе, припадание, трехшаговый поворот.
* Постановка танца «Фигурный вальс». Постановка рук в паре, перемещение по кругу, перестроение в колонну. Игра «Ручеёк».
* Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала под музыку. Работа над ошибками.
* Постановка танца «Фигурный вальс». Закрепление изученного материала. Прогон под музыку.

**2 ГОД ОБУЧЕНИЯ (11 класс)**

***Раздел 1. Ритмика и основы хореографии****.*

* Музыкально-ритмическое развитие. Двигательные основы - марш, ходьба, бег, бег с захлёстом, подскоки, галоп. Ритмический танец «Друзья». Разучивание элементов под счёт.
* Музыкально-ритмическое развитие. ОРУ. Хлопки в такт музыки. Ритмический танец «Друзья» изучение под музыку изученных элементов.
* Двигательные навыки. Формирование основных навыков движения: подъёмы на полу пальцы, прыжки в умеренном темпе, полу приседы. Ритмический танец «Друзья».
* Двигательные навыки. Упражнения на координацию движения, осанку и силу мышц. Ритмический танец «Друзья». Закрепление изученного материала под музыку.
* Перестроение. Построение. Закрепление танца 'Вечный двигатель' под музыку.
* Перестроение. Знакомство с танцем «Диско».
* Постановка танца «Диско». Изучение элементов под счёт, под музыку.
* Подготовка к празднику. Сценические движения.
* Подготовка к празднику. Закрепление изученного материала под музыку.
* Разучивание сценических движений.
* Закрепление изученного материала под музыку.
* Прогон под музыку всех танцев.
* Обобщающий урок по теме: «Ритмика и основы хореографии.

***Раздел 2. Азбука классического танца.***

* Demi-plis и grand-plis (полуприседания и полные приседания).
* Battements tendus (скольжение стопой по полу).
* Battements tendus jets (маленькие броски).
* Grand battements jets (большие броски).
* Постановка танца «Полонез». Изучение основных элементов, движений.
* Постановка танца «Полонез». Закрепление изученного материала под музыку. Перестроения.
* Перестроение из одной колонны в две, из круга в колонну. Закрепление изученного материала.

***Раздел 3. Народный танец.***

* Музыкально-двигательное развитие. Прослушивание музыкальных фрагментов и воспроизведение ритмических рисунков хлопками в ладоши.
* Музыкально-ритмическое развитие. Хлопки в такт музыки. Ходьба под счёт. Движения руками в различном темпе. Выполнение упражнений под музыку.
* Двигательные навыки. Шаг с носка, полу присед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полу приседы. Приставной шаг в сторону.
* Двигательные навыки. Бег с откидыванием согнутых ног назад. «Ковырялочка» с притопом. Галоп.
* Перестроение. Изучение рисунка танца «Полька». Изучение элементов в парах. Закрепление изученного материала под музыку.
* Перестроение. Изучение элементов по диагонали, прыжки, лок степы, подскоки. Закрепление изученного материала танец «Полька».
* Постановка танца «Полька».

***Раздел 4. Бальные танцы****.*

* Музыкально-ритмическое развитие. Прослушивание фрагментов и воспроизведение ритма 3/4 хлопками в ладоши. Знакомство с основными шагами «Венского вальса».
* Музыкально-ритмическое развитие. Изучение перемены с правой ноги и с левой ноги, чередование, соединение в композицию.
* Двигательные навыки. Упражнения на осанку. Партерная гимнастика (упражнения лёжа на спине, на животе и сидя на полу). «Венский вальс» - перенос веса с ноги на ногу в быстром темпе и соединение с приставным шагом.
* Двигательные навыки. Изучение элементов танца «Венский вальс» под счёт в парах, припадание, трехшаговый поворот.
* Постановка танца «Венский вальс». Разводка номера. Сид на колено, обегание, бег по кругу.
* Постановка танца «Венский вальс». Закрепление изученного материала под музыку.
* Перестроение. Перемещение в парах. Движение по диагоналям. Работа над ошибками.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**10 КЛАСС (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | **Раздел** | **Количество часов** |
| 1. | Ритмика и основы хореографии | 13 |
| 2. | Азбука классического танца | 7 |
| 3. | Народный танец | 7 |
| 4. | Бальный танец | 7 |
| **Всего** | | **34 часа** |

**11 КЛАСС (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | **Раздел** | **Количество часов** |
| 1. | Ритмика и основы хореографии | 13 |
| 2. | Азбука классического танца | 7 |
| 3. | Народный танец | 7 |
| 4. | Бальный танец | 7 |
| **Всего** | | **34 часа** |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

**Список литературы**

1. Программа Министерства для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Музыка», М., - Просвещение, 2017.
2. Школа танцев для детей. - СПб.: «Ленинградское издательство», 2019.
3. Музыка и движение. /Бекина С. И. / – М.: Просвещение, 2016.
4. 100 уроков классического танца. /Костровицкая В.С./ - СПб.: Искусство, 2019.
5. Современные бальные танцы. /Стриганова В., Уральская В/ - М., 2017.
6. Хореографическая работа со школьниками. /Конорова Е.В./ - Учпедгиз, 2013.
7. Разрешите пригласить! Репертуарный сборник. /Уральская В./ - М., 2020.
8. Полятков С.С. Основы современного танца */* С.С. Полятко. - М.: Феникс, 2016, 77 стр.