

СОГЛАСОВАНО  
с Методическим Советом  
Протокол № 4

от « 02 » июня 2019 г

Председатель МС

*Груздова* Т.П. Груздова  
«02» июня 2019 г

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 34-4/0 по

МБОУ СОШ № 4 г. Апатиты

от «05» июня 2019 г

Директор МБОУ СОШ №4 г. Апатиты

Н.Н. Бровка

«05» июня 2019 г



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Апатиты  
«Средняя общеобразовательная школа №4»

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Хореография»  
( базовый уровень)

Направленность программы: художественно-эстетическая

Возраст учащихся: 14-18 лет

Срок реализации: 2 года (72 часа)

Разработчик рабочей программы:

Брынева Нина Викторовна, хореограф, педагог доп. образования.

Год составления рабочей программы: 2019

г. Апатиты

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия «общества, посредством которого оно вовлекает в круг социальной жизни самые интимные и самые личные стороны нашего существа». Хореография, хореографическое искусство (от др.-греч. χορεία — танец, хоровод и γράφω — пишу) — танцевальное искусство в целом, во всех его разновидностях.

Танец — форма хореографического искусства, в которой средством создания художественного образа являются движения и положения человеческого тела.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

Развитие современного общества настолько стремительно, что подростки обращают внимание на окружающую их среду, реагируя на отношения общества эмоционально. Проявляя свои яркие эмоции в танце, дети получают заряд энергии в своих выступлениях перед родными и близкими им людьми.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Танцевальный материал дается в элементах и движениях, разучивается по правилам школы классического, народного и бального танца. Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценить хореографическое произведение, музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов, чувство товарищества и взаимопомощи.

### **АКТУАЛЬНОСТЬ**

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. Бальные танцы обязательно входят в воспитательную программу для кадетских классов.

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.

На занятиях по программе «Хореография для кадетских классов» происходит массовое обучение основам бальной хореографии. Это, безусловно, поможет педагогическому коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения, например в

подготовке школьных и внешкольных мероприятий. В то же время ученики, обучавшиеся бальному танцу, станут впоследствии носителями и пропагандистами отечественной и мировой бальной хореографии.

Освоение программы не ограничивается только конкурсными бальными танцами, так как все танцы, входящие в понятие «бальная хореография», имеют в образовательном процессе равные права, и настаивать на приоритете одного вида бальной хореографии (классического, народно-характерного, историко-бытового, спортивного и др.) является некорректным. Освоение разновидностей танцев, предлагаемых программой, направлено на пробуждение у школьников интереса и уважения к национальной культуре и искусству других народов.

Программа составлена с учетом планирования воспитательной работы в кадетских классах, которая предусматривает еженедельные занятия хореографией.

### **Нормативно-правовая база реализации программы**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (ред. от 08.01.2020) // Собрание законодательства РФ. - 31.12.2012. - N 53 (ч. 1). - Ст. 7598.
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" // Текст приказа опубликован на «Официальном интернет-портале правовой информации» ([www.pravo.gov.ru](http://www.pravo.gov.ru)) 30 ноября 2018 г.
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" // Российская газета. - N 226. - 03.10.2014.
4. Устав МБОУ СОШ №4 г. Апатиты.

### **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

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

#### **Задачи:**

##### **1. Образовательные**

- Формирование у детей музыкально-ритмических навыков.
- Формирование навыков правильного и выразительного движения в области классического танца и современной хореографии.
- Обучение детей сценическому мастерству.

##### **2. Развивающие**

- Овладение учащимися приемами самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля, взаимоконтроля.
- Приобщение воспитанников к творческой деятельности, участию в концертной деятельности.

##### **3. Воспитательные**

- Развитие способов общения в коллективе на основе взаимоуважения, концентрации и мобилизации сил, для выполнения общих задач.
- Развитие таких личностных качеств как трудолюбие, целеустремленность, выносливость.
- Способствовать формированию общей культуры ребёнка, способной принять полученные знания и умения на практике, сознательно делать профессиональный выбор, успешно адаптировать в современном обществе.

**Направленность программы:** художественно-эстетическая

**Возраст учащихся:** 14-18 лет

**Срок реализации:** 2 года (72 часа)

## 2.ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### Личностные результаты:

- формирование готовности к саморазвитию и самообразованию;
- развитие способности ставить цель и строить жизненные планы;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование коммуникативной компетентности в общении со сверстниками.

### Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение

### Предметные результаты

В результате реализации программы «Хореография» (базовый уровень) обучающиеся должны **знать**:

1. основные виды бальных и историко-бытовых танцев;
2. базовые фигуры бальных и историко-бытовых танцев.
3. позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;
4. правила постановки корпуса;
5. основные упражнения на середине зала;
6. танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
7. танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник; элементы якутского танца в простой комбинации;
8. навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
9. правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;
10. положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;
11. основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды).

Обучающиеся должны **уметь**:

1. точно и выразительно исполнять основные движения бального и историко-бытового танца;
2. артистично двигаться под музыку;
3. создавать композиции из базовых фигур.
4. правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
5. уметь определять характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
6. слышать сильную долю такта;
7. самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
8. знать о трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш - песня-танец;
9. иметь навыки актёрской выразительности;
10. знать характер танцевальной музыки;
11. иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;

### Способы определения результативности освоения программы

Результативность обучения по программе определяется с помощью наблюдений педагога в течение учебного года, проведения класс-концертов, участия в мероприятиях и оценивается по трехбалльной системе – «удовлетворительно», «хорошо», «отлично». Текущий контроль осуществляется в течение учебного года в виде наблюдения педагога. Промежуточная аттестация

проводится в конце первого полугодия по критериям программы. Итоговая аттестация проводится в конце учебного года по критериям программы. Итоговой аттестацией завершается также пятилетний курс образования по программе. В рамках мониторинговой деятельности разработан комплекс критериев и показателей оценки результативности и качества образовательного процесса. Графа «Критерии» содержит совокупность признаков, на основании которых делается оценка искомых показателей и устанавливается степень соответствия реальных результатов ребенка требованиям, заданным программой.

<b>Критерий</b>	<b>удовлетворительно</b>	<b>хорошо</b>	<b>отлично</b>
Музыкальность	Движения не совпадают с темпом, ритмом, нацелены только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога	Движения передают только общий характер, темп, метроритм музыки	Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.
Эмоциональность	Учащийся неэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны, занимает место в отдалении от педагога, оценка которого его не интересует.	Мимика во время движений присутствует, но еще недостаточно богата и выразительна.	Учащийся эмоционален, подпевает во время движений, мимика богата и выразительна.
Артистизм	Учащийся исполняет танец скованно, робко, неэмоционально, иногда неритмично (ускоряют или замедляют движения), что является следствием воздействия на них обстановки сцены, чувства неуверенности в себе	Учащийся исполняет танцевальный номер достаточно ритмично, спокойно и уверенно, но эмоциональности и заразительности не хватает на весь танцевальный номер.	Исполняя танцевальный номер на сцене, учащийся ярко проявляет и музыкальность, и выразительность пластики и мимики. Выступает спокойно и уверенно, эмоционально заразительно.
Специальные хореографические умения: 1. Техника исполнения	- учащийся исполняет комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения; - поднимает ноги ниже 90 гр. ; - расстояние от пола до коленей не более 10 см, поясница не прижата к полу; - угол не менее 45 гр. ; - расстояние от пяток до пола меньше размера стопы, при этом стопы не вытягиваются во время прыжка; - расстояние от пятки до пола намного меньше 1/2	- учащийся исполняет комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляется после 3-5 повторов; - поднимает ноги на 90 гр. свободно, без напряжения; - расстояние от пола до коленей не более 10 см; - угол не менее 45 гр. ; - расстояние от пяток до пола не менее размера	- учащийся исполняет заданную комбинацию без ошибок, уверенно; - ногу свободно поднимают на любую высоту выше 90гр. ; - колени свободно лежат на полу; - угол 90 гр. и больше; - расстояние от пяток до пола значительно выше размера стопы; - расстояние от пятки до пола не менее 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.

	расстояния от носка до пятки по проекции стопы.	стопы; - расстояние от пятки до пола равно или немного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.	
2.Внимание	Учащийся испытывает затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.	Учащийся исполняет композицию с некоторыми «помарками», иногда отвлекается, упускает «нить движения», ему требуются подсказки.	Учащийся правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.
3.Память	Потребность в большом количестве повторений – более 9 раз.	Учащимся необходимо для запоминания 6-7 повторений композиции вместе с педагогом	Учащийся запоминает композицию после 3-5 исполнений по показу.
4.Свобода движений	Движения скованные, правильное дыхание отсутствует, учащийся не следует внутреннему импульсу.	Верх исполнителя скован. Учащийся забывает правильно дышать во время выполнения движений.	Учащийся исполняет движения без скованности, зажатости. Движения открытые и широкие. Правильно дышит во время исполнения. Следует внутреннему импульсу.

Музыкальность: способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом (оценивается соответствие исполнение движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Эмоциональность: выразительность мимики и пантомимики, умение передать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.), умение выражать свои чувства как в слове, так и в движении.

Артистизм: выражается в способности к восприятию танцевальных композиций в целом, в способности воспринимать и откликаться танцевальным движением на все музыкальные нюансы, в способности выражать пластикой движений настроения, заложенные в музыке.

Специальные хореографические умения.

В данном критерии оцениваются: - координация (согласованность движений тела); - шаг (при вертикальном положении корпуса); - выворотность (в положении лежа на спине, поясница прижата к полу, ноги согнуты в коленях, стопы соединены); - гибкость (в положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад); - прыжок (во время прыжка с натянутыми стопами); - подъем (в положении стоя при открывании ноги в сторону носком в пол);

Внимание: способность сосредотачиваться, не отвлекаться от музыки и процесса движения. При воплощении элементов танца у исполнителей возникают следующие объекты внимания: танец, музыка, перемещение в сценическом пространстве и общение с партнерами.

Память: способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти – музыкальная, зрительная, моторная.

Свобода движения: выражается в свободном владении своим телом, без скованности суставов и мышц, и овладении правильного дыхания.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- *входной* - педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями, беседа с воспитателем (или учителем - классным руководителем).

- *промежуточный* – показательные выступления, участие в концертах и конкурсах.

- *итоговый* - творческий отчёт в форме контрольного урока или концерта.

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, получаемых в процессе обучения: знания по музыкальной грамоте и выразительному языку танца, знания о характерных чертах и истории танца различных эпох и народов, знания по музыкальному этикету. В практическую часть входит перечень умений и навыков: упражнений, движений, танцев.

**Уровень знаний и умений учащихся проверяется** во время проведения открытых уроков, утренников, смотров, конкурсов и концертов хореографических коллективов, промежуточной и итоговой аттестации.

### **3.Содержание программы - 72 часа**

#### **Содержание программного материала первого года обучения:**

##### **1. Вводное занятие:**

- знакомство с планом работы на год;
- гигиенические требования к обуви, одежде;
- техника безопасности на занятиях хореографии.

##### **2. Повторение: ритмика, музыкальные элементы музыкальной грамоты:**

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры.

##### **3. Повторение: хореографическая азбука:**

- Постановка корпуса;
- Позиции ног;
- Позиции рук;
- Поклон;
- Разновидность танцевального шага;
- Положение в паре.

##### **4. Танец:**

1. «Полонез»
2. «Русский лирический»
3. «Фигурный вальс»,
4. «Падеграс»
5. «Вальс-бостон»,

6. «Кадриль»
7. «Вальс-гавот».
- Краткое содержание танцевальных упражнений.
- Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок).
- Работа над техникой исполнения и стилем.

### **Содержание программного материала второго года обучения:**

#### **1. Вводное занятие:**

- знакомство с планом работы на год;
- гигиенические требования к обуви, одежде;
- техника безопасности на занятиях хореографии.

#### **2. Повторение: ритмика, музыкальные элементы музыкальной грамоты:**

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры.

#### **3. Повторение: хореографическая азбука:**

- Постановка корпуса;
- Позиции ног;
- Позиции рук;
- Поклон;
- Разновидность танцевального шага;
- Положение в паре.

#### **4. Танец:**

1. «Русский лирический»
2. «Сударушка»
3. «Фигурный вальс»
4. «Кадриль»
5. «Вальс – гавот»,
6. «Квик – степ»,
7. «Танго»

- Краткое содержание танцевальных упражнений (положение рук, головы, шаги).
- Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок).
- Работа над техникой исполнения и стилем.

### **5. Обеспечение реализации программы**

Для реализации познавательной и творческой активности воспитанников в учебной деятельности используются современные образовательно-воспитательные технологии, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время и добиваться высоких результатов обученности: личностно-ориентированные, создания ситуации успеха, игровые, здоровьесберегающие, коллективной творческой деятельности

### **Формы занятий, виды и методы обучающей деятельности**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу, всего в течение учебного года – 36 часов. Состав учебной группы – 15 человек.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально- тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития детей. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

**Режим занятий:**

Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

**Формы занятий:**

- **беседа**, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.

- **практические занятия**, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции.

- **занятие-постановка, репетиция** - отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.

- **заключительное занятие**, завершающее тему – занятие-концерт. Проводится для самих детей, педагогов, гостей.

- **выездное занятие** – посещение выставок, музеев, концертов, праздников, конкурсов, фестивалей.

На занятиях по **сольному исполнению** используются следующие методы обучения:

- наглядно-слуховой;
- наглядно-зрительный;
- репродуктивный;

Одним из ведущих приёмов обучения танцам детей является демонстрация педагогом манеры исполнения.

**Каждое занятие строится по схеме:**

- партерная гимнастика;
- экзерсис на середине;
- разучивание новых элементов и комбинаций;
- повторение пройденного материала;
- анализ занятия;
- задание на дом.

В курсе обучения хореографии применяются следующие методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

**Метод использования слова** — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

**Методы наглядного восприятия** - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

**Метод целостного освоения упражнений и движений** объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

**Ступенчатый метод** широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшения выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

**Игровой метод** используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Репертуар подбирается с учётом возрастных особенностей участников кружка и их способностей.

План концертной деятельности составляется на год с учетом традиционных школьных праздников, важнейших событий текущего года. Без помощи педагога дети выступают с разученным репертуаром на своих классных праздниках, родительских собраниях.

**Творческий отчёт** проводится один раз в конце учебного года: **выступление на Кадетском балу**

Отчетный концерт – это финальный результат работы за учебный год. Обязательно выступают все дети, исполняется все лучшее, что накоплено за год. Основная задача педагога – воспитать необходимые для исполнения качества в процессе концертной деятельности, заинтересовать, увлечь детей коллективным творчеством.

Репетиции проводятся перед выступлениями в плановом порядке. Это работа над ритмом, динамикой, отшлифовывается исполнительская манера каждого исполнителя.

Успешность работы, направленной на достижение цели образовательной программы «Хореография кадетов в школе» и решение поставленных задач обеспечивается совместными усилиями руководителя образовательного учреждения.

**Материально - техническое обеспечение** предусматривает:

1. Зал с зеркалами;
2. Специальная обувь - балетки или чешки;
3. Тренировочные костюмы;
4. Музыкальное сопровождение – магнитофон, диски;
5. Костюмы для выступления;
6. Тетрадь для записей.
7. Журнал.

## 5. Тематический план с распределением разделов по годам обучения – 72 часа

№	Тема занятия	Класс	
		1 год ( 4-ый год)	2 год ( 5-ый год)
1	<b>Вводное занятие -организационная работа.</b>	1	1
2	<b>Ритмика, элементы музыкальной грамоты</b>	2	2
3	<b>Беседы по хореографическому искусству</b>	2	2
4	<b>Танцевальная азбука</b>	3	3
5	<b>Танец</b>	<b>28</b>	<b>28</b>

	Историко-бытовые и бальные танцы:		
	Полонез.	3	
	Русский лирический.	5	3
	Сударушка.		2
	Фигурный вальс.	5	5
	Падеграс.		3
	Вальс – бостон.		5
	Кадриль.	5	
	Вальс – гавот.	5	
	Квик – степ.		5
	Танго.	5	5
	<b>Итого:</b>	<b>36</b>	<b>36</b>

## Учебно-тематический план

### 1 год ( 4-ый год) обучения

№	Тема	Теория	Практич.	Всего
1.	Вводное занятие.	1	-	1
2.	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	-	2	2
3.	Беседы по хореографическому искусству	2	-	2
4.	Танцевальная азбука	1	2	3
5.	Танец	1	27	28
	<b>Итого:</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	<b>36</b>

### 2 год ( 5-ый год ) обучения

№	Тема	Теория	Практич.	Всего
1.	Вводное занятие.	1	-	1
2.	Ритмика, элементы музыкальной грамоты	-	2	2
3.	Беседы по хореографическому искусству	2	-	2
4.	Танцевальная азбука	1	2	3
5.	Танец	1	27	28
	<b>Итого:</b>	<b>6</b>	<b>31</b>	<b>36</b>

## 6. Источники информации для разработки программы и организации образовательного процесса

1. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. Волгоград: Учитель, 2008.
2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат»; М.: ТЦ Сфера, 2009.
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии»; М.: Айрис Пресс, 1999.
4. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2000 г.
5. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2002 г.
6. Боттомер, Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. – М.: Эксмо, 2003.
7. Ваганова А. Я. «Основы классического танца»; С.-П., 2000.
8. Васильева Т. К. «Секрет танца»; С.-П.: Диамант, 1997.
9. Воронина И. «Историко-бытовой танец»; М.: Искусство, 1980.
10. Г. Говард «Техника Европейского бального танца», «Артис», М. 2003 г.

11. Динниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
12. Климов А. «Основы русского народного танца»; М.: Искусство, 1981.
13. Петрусинский В.В. «Обучение, тренинг, досуг»; М.: Новая школа, 1998.
14. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ; - М.; Министерство Просвещения, 1986
15. Ротерс Т.Т. «Музыкально-ритмическое воспитание»; М.: Просвещение, 1989.
16. Уральской В. И., Стриганова В. М. «Современный бальный танец»: М., «Просвещение», 1977.
17. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу»; М., 2008.