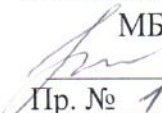


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 26

Рекомендована:  
МО классных руководителей  
МБОУ СОШ № 26  
 Махонько Е.А.  
Пр. № 1, от 30.08 2016 г.


Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 26  
 Л.Н. Спесивцева  
Пр. № 413, от 30.08 2016 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа  
объединения  
«Социальные танцы»**

(Программа рассчитана на учащихся 16-17 лет  
Срок реализации программы: 2 года)

Составитель:  
Ракин А.М.  
Педагог дополнительного образования,  
учитель внеурочной деятельности

Проверено  
Заместитель директора по ВР  
 М.А. Новикова  
от « 4 » 09 2016 г.

г.Южно-Сахалинск  
2016

## Характеристика программы.

**Направленность программы** – художественно-эстетическая

**Тип программы** – модифицированная, составлена на основе программы «Историко-бытовой и современный бальный танец» С.Е. Бахто

**Возраст учащихся** - 15-17 лет

**Срок реализации программы** – 2 года

**Режим занятий:** количество учебных часов в неделю в 10-11 классах по 4,5 часа, продолжительностью 45 минут.

Всего 10 класс - 157 ч. в год, 11 класс-153 ч. в год.

## Пояснительная записка.

Современное образование, как один из социально-культурных и духовных феноменов, вступило в новый этап своего развития, когда воспитание человека как носителя эстетических ценностей, норм и правил приобретает особую актуальность в связи с усиливающейся бездуховностью общества, ростом прагматических тенденций во взаимоотношениях людей, снижением уровня нравственности и многими другими причинами, которые в той или иной степени влияют на уровень общественных отношений.

На современном этапе развития нашего государства, на фоне экономических и политических изменений целью учебно-воспитательного процесса является всестороннее развитие личности.

Обучаясь в общеобразовательной школе, учащиеся получают знания в единой организованной системе, призванной дать дополнительное образование и эстетическое воспитание средствами хореографии. Важная роль в этом процессе отводится дисциплине «Социальный танец», основанной на изучении лучших образцов исторического танца.

**Актуальность.** Информационный поток, захлестнувший наших детей, как правило, несёт негативную информацию. Развитие гармоничной личности – основная задача педагогики. Актуальность ее не исчезает в связи с изменением мира в целом, развитием цивилизации, сменой общечеловеческих ценностей в различные исторические эпохи и в различных социально-политических системах.

Формирование любого мировоззрения личности не может считаться законченным, если не сформированы ее эстетические взгляды. Без эстетического отношения мировоззрение личности не может быть подлинно цельным, способным объективно и во всей полноте охватить действительность.

«Социальный танец» играет немаловажную роль в воспитании. Это связано с многогранностью бального танца, который сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно - эстетического развития и образования. Конечно, в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены.

Танец - один из самых древних видов искусства. Сколько существует человечество, столько оно и танцует.

Социальный танец — категория танцевальных стилей разных народов мира, которыми занимаются преимущественно не для соревнований, а в качестве досуга и обмена положительными эмоциями между партнёрами.

Предлагаемая программа по социальному танцу имеет художественно-эстетическую направленность. Актуальность разработки данной программы обусловлена следующими факторами:

1. Структурными изменениями социально-экономическими изменениями в нашей стране.

2. Информационной перегруженностью современных детей, ухудшением их здоровья, неоднородностью контингента по уровню способностей.
3. Изменениями требований к содержанию и оформлению образовательных программ.
4. Новыми подходами к организации процесса обучения детей историко-бытовому бальному танцу.

**Цель программы** – комплексное эстетическое воспитание личности учащегося посредством танца, развитие творческих способностей, совершенствование духовного мира учащихся, формирование личностного отношения к искусству.

В программе предусматривается решение следующих **основных задач**:

- привить навыки вежливости, умение вести себя в обществе формировать культуру общения - одна из основных задач предмета историко - бытовой танец.
- познакомить учащихся с танцевальной культурой исторических эпох и танцевальным стилем различных эпох.
- уметь передать стиль эпохи, манеру поведения людей, выразить их отношение друг к другу посредством хореографических движений.
- Овладеть на уровне требований программы школы техникой исполнения отдельных элементов и танцев в целом.

Основное содержание предлагаемой программы составляют элементы и композиции на основе салонных танцев начала XIX - XX века, а также на основе современного бального танца. В раздел дополнительного материала вынесены танцы 16-19 веков, которые могут быть разучены в зависимости от уровня подготовленности учащихся по усмотрению преподавателя.

Исторические танцы — общее название для танцевальных композиций прошлых эпох, которые с успехом исполняются и в настоящее время.

Историко-бытовые танцы в полной мере отражают исторические особенности той местности, в которой они возникали. Это связано с культурой породивших их народов: музыке, одежде танцующих, религиозными обрядами, играми и трудовыми процессами.

В конце программы приводится перечень образцов классического наследия на материале исторического танца, рекомендуемый для разучивания на дополнительных занятиях по сценической практике, как сценические варианты старинных танцев.

Уроки проводятся в форме групповых занятий (в среднем 20-30 человек). Состав группы смешанный (девочки и мальчики).

*Ожидаемые результаты.* В результате реализации данной программы предполагается, что учащиеся должны иметь представление:

- об истоках историко-бытового и социального танца;
- об социальном танце как виде хореографического искусства;
- об бальном танце как виде искусства

*Знать:*

- название основных социальных танцев, соответствующих той или иной исторической эпохе;
- название элементов историко - бытового танца и правила их исполнения

*Уметь:*

- танцевать соло, в паре и ансамбле - выполнять заданный рисунок танца передавать манеру танца определённой эпохе, её стиль

*Владеть:*

- чувством позы навыком координации движений рук, ног и головы профессиональным вниманием манерой и пластикой, характерной для данного танца -музыкальностью исполнения культурой общения в танце и сценическим поведением

Проверка полученных в ходе обучения результатов проводится в соответствии с учебным планом. В конце 2 года обучения проводится школьный бал.

*Способы проверки.* Текущий контроль успеваемости осуществляется на каждом занятии посредством наблюдения за учебной работой, опросом учащихся, практическим исполнением танцев разных эпох.

Контрольные уроки включают развёрнутые композиции, созданные на основе пройденного материала, продолжительностью 64 -128 музыкальных тактов.

### **Содержание программы.**

#### **«Социальные танцы»**

#### **Первый год обучения (10 класс).**

*Теоретические знания.* Изучения истории развития историко-бытового танца, «Полонез» и основные виды бального танца, как вида искусства. Знакомство с понятиями ансамбля и графического рисунка танца.

Изучение танцевальных элементов историко-бытового танца, простых комбинаций и танцевальных этюдов; развитие координации движений, пластичности и мягкости исполнения; формирование первоначальных навыков общения партнеров.

*Учебно-практические знания.*

#### **Раздел 1. Историка-бытовой танец.**

1. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Позиции рук и ног (в применении к историко-бытовому танцу);
2. Шаги: бытовой, танцевальный (легкий) на различные музыкальные размеры и темпы;
3. Положения рук, принятые в историко-бытовом танце: «за юбочку» у девочек, подготовительное положение рук и положение рук за спиной у мальчиков;
4. Pas degage;
5. Поклоны и реверансы:
  - в ритме польки на два и один такт (книксен);
  - в ритме падеграса на один такт.
6. Ведение в паре:
  - положение променада;
  - крестообразное положение;
  - на месте из стороны в сторону;
  - с продвижением вперед и назад.

#### **Раздел 2. Изучение танца «Полонез»**

1. История танца;
2. Поклоны и реверансы:
  - в ритме вальса на четыре такта;
  - в ритме полонеза на два такта;
  - «Па» полонеза с продвижением вперед соло.
3. Подача рук в паре:
  - за две руки, стоя лицом к лицу (2 позиция);
  - за одну руку, стоя лицом к лицу (3 позиция);
  - в комбинации с поклоном и реверансом;
4. Постановка в пару. Комбинация полонеза.

#### **Раздел 3. Фигурный вальс.**

1. Балансе с поворотом — 8 тактов;
2. Окошечко — 8 тактов;
3. Партнер танцует вальсовую дорожку, партнерша правый поворот под рукой — 8 тактов;
4. Правый поворот в паре — 8 тактов.

#### **Раздел 4 Венский вальс**

1. Базовые фигуры современного бального танца;
2. Упражнение «качели»;
3. Конкурсные программы (медиа материал)

Второй год обучения (11 класс).

*Теоретические знания.* Совершенствование всего пройденного материала, углубление работы над особенностями стиля и характера менуэта, изучение новых танцев, бережное изучение образца классического наследия на материале социальный танец, систематизация знаний по историко-бытовому танцу. Углубление работы над техникой, стилем и характером исполнения вальса, полонеза и польки; расширение представлений о танцевальном этикете на примере французской кадрили, начало освоения стиля менуэта, дальнейшее развитие у учащихся чувства ансамбля

*Учебно-практические знания.*

**Раздел 1. Историка-бытовой танец.**

1. Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке;
2. Скользящий шаг (pas glisse) на 2/4, 3/4;
3. Двойной скользящий шаг (pas chasse) на 2/4;
4. Боковой подъемный шаг (pas eleve) на 2/4;
5. Галоп вперед соло и в паре;
6. Сценическая форма pas de basque.

**Раздел 2. Танец «Полонез».**

1. Па полонеза с продвижением вперед и назад соло и в паре;
2. Па полонеза в парах по кругу;
3. усложненная композиция с использованием dos-a-dos, chaine, balance-menuet.

**Раздел 3. Фигурный Вальс.**

1. «Па» вальса по линиям и по кругу с вращением соло в правую сторону;
2. «Па» вальса по линиям и по кругу с вращением в парах в правую сторону;
3. Простейшие комбинации вальса с другими танцевальными элементами (pas balance, pas de basque);
4. «Па» вальса по линиям и по кругу с вращением соло в левую сторону;
5. Усложненные комбинации вальса с другими танцевальными элементами (с вращением в правую и левую сторону).

**Раздел 4. Венский вальс.**

1. Раскрытие;
2. Поворот в право;
3. Левый поворот;
4. Левый поворот с павой ноги (2- половина Левого поворота);
5. Поворот в право с левой ноги (2- половина Правого поворота);
6. Перемена с правой ноги;
7. Перемена с левой ноги.

**Учебно-тематический план 10 класс**

Срок обучения – 35 недель.

Режим занятий – 4,5 часа в неделю. Объем - 157 часа.

№№	Темы	Всего часов	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Историка-бытовой танец.</b>	<b>40</b>	<b>10</b>	<b>30</b>
1.1.	ТБ. Знакомство с предметом. Основные понятия. Основные танцевальные правила. Историко-бытовой танец	5	2	3
1.2.	Приветствие. Постановка корпуса.	4	1	3

1.3.	Шаги: бытовой, танцевальный.	5	1	4
1.4.	Музыкальные размеры и темпы.	4		4
1.5.	Pas degage.	9	2	7
1.6.	Поклоны и реверансы в ритме падеграс, польки.	4	1	3
1.7.	Понятие «ведение в паре»	5	1	4
1.8.	Променадные позиции. Закрепление раздела «Историко-бытовой танец»	4	2	2
<b>2.</b>	<b>Изучение танца «Полонез»</b>	<b>32</b>	<b>4</b>	<b>28</b>
2.1.	Поклоны в ритме полонеза на два такта.	5	1	4
2.2.	«Па» полонеза с продвижением вперед соло.	4	1	3
2.3.	Подача рук в паре - 2, 3 позиция.	9	1	8
2.4.	Комбинации с поклоном и реверансом	9	1	8
2.5.	Полонез в паре	5		5
<b>3.</b>	<b>Фигурный вальс</b>	<b>45</b>	<b>8</b>	<b>37</b>
3.1.	Фигурный вальс	4	1	3
3.2.	Вальсовая дорожка	5	1	4
3.3.	Балансе с поворотом	4	1	3
3.4.	«Окошечко»	5	1	4
3.5.	Правый поворот	4	1	3
3.6.	Правый поворот в паре	5	1	4
3.7.	Танцевальная комбинация	9	1	8
3.8.	Основные танцевальные направления XIX-XX века.	9	1	8
<b>4.</b>	<b>Венский Вальс</b>	<b>40</b>	<b>7</b>	<b>33</b>
4.1.	История бального танца	9	2	7
4.2.	Основные фигуры Бальной хореографии	9	2	7
4.3.	Медиа просмотр танцевального концерта. Танцевальные комбинации соло	9	2	7
4.4.	Повторение танцевальных в паре	9	1	8
4.5.	Закрепление	4		4
	<b>Итого:</b>	<b>157</b>	<b>29</b>	<b>128</b>

### Учебно-тематический план 11 класс

Срок обучения – 34 недели.

Режим занятий – 4,5 часа в неделю. Объем 153 - часа.

№№	Темы	Всего часов	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Историко-бытовой танец.</b>	<b>45</b>	<b>5</b>	<b>38</b>
1.1.	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроках хореографии. Историко-бытовой танец.	5	2	3
1.2.	Приветствие. Постановка корпуса.	4		4
1.3.	Скользящий шаг (pas glisse) на 2/4, 3/4.	5	1	4

1.4.	Двойной скользящий шаг (pas chasseur) на 2/4.	4		4
1.5.	Боковой подъемный шаг (pas eleve) на 2/4.	5		5
1.6.	Подача рук в паре: - положение рук, характерное для полонеза.	4		4
1.7.	Сценическая форма pas de basque.	5	1	4
1.8.	Галоп вперед соло и в паре.	4		4
1.9.	Простейшие танцевальные композиции.	5	1	4
1.10.	Закрепление раздела.	4		4
<b>2.</b>	<b>Изучение танца «Полонез»</b>	<b>27</b>	<b>2</b>	<b>25</b>
2.1.	Поклоны в ритме полонеза на два такта.	5	1	4
2.2.	Па полонеза с продвижением вперед соло и в паре.	4		4
2.3.	Па полонеза с продвижением назад соло и в паре.	5		5
2.4.	Па полонеза в парах по кругу.	4		4
2.5.	Усложненная композиция с использованием dos-a-dos, chaine, balance-menuet.	5	1	4
2.6.	Повторение раздела.	4		4
<b>3.</b>	<b>Фигурный вальс</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>
3.1.	Повторение основных фигур Фигурного вальса.	5		5
3.2.	Правый и левый поворот в паре.	4		4
3.3.	Па вальса по линиям и по кругу соло.	5		5
3.4.	Па вальса по линиям и по кругу в парах.	4		4
3.5.	Простейшие комбинации вальса с другими танцевальными элементами (pas balance, pas de basque).	5	1	4
3.6.	Усложненные комбинации вальса.	4		4
3.7.	Основные танцевальные направления XIX.	5	1	4
3.8.	Закрепление раздела.	4		4
<b>4.</b>	<b>Венский Вальс</b>	<b>45</b>	<b>1</b>	<b>44</b>
4.1.	Раскрытие.	5		5
4.2.	Перемена с правой ноги.	4		4
4.3.	Перемена с левой ноги.	5		5
4.4.	Левый поворот с правой ноги.	4		4
4.5.	Поворот в право с левой ноги.	5		5
4.6.	Поворот в право.	4		4
4.7.	Левый поворот.	5		5
4.8.	Танцевальные комбинации в паре.	4		4
4.9.	Медиа просмотр танцевального концерта.	5	1	4
4.10.	Повторение танцевальных комбинаций.	4		4
	<b>Итого:</b>	<b>153</b>	<b>10</b>	<b>143</b>

### **Список используемой литературы:**

1. Архангельский Л.М. Ценностные ориентации и нравственное развитие личности. — М., Знание, 1998.
2. Бабанский Ю. К., "Педагогика". -Просвещение, Москва, 1983 г.
3. Барышнокова Т.К. Азбука хореографии: методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий / Т.К. Барышникова. – СПб. ЛЮКСИ, Респект, 1966. – 256 с.: ил.
4. Божович, Ю. П. Личность и её формирование в детском возрасте. /— М.: Аргументы и факты, 1993. – 608 с.
5. Борисова, Е. С. Эстетическое воспитание школьников. / Е. С. Борисова. М.: Просвещение, 1989. – 144 с.
6. Попов, С. Философия спортивного танца [Электронный ресурс]/Станислав Попов //http://www.danc.ru/ - Проверено 27.11.04.
7. Правила светской жизни и этикета. Хороший тон [Текст]. - М., 1991. -С. 91.
8. Пушкин, А.С. Избранное [Текст]/Александр Сергеевич Пушкин.- М., 1987. – С.286.
9. Пурлова Т.В. Учите детей танцевать / Т.В. Пурлова, А.Н. Беликова, О.В, Кветная, - М.: ВЛАДОС, 2003. – 256 с.
10. Рубинштейн, Н. Кто счастлив в танце? [Электронный ресурс]/Нина Рубинштейн// http://ninarubshtein. boom.ru/. – Проверено 15.11.04.