ВВЕДЕНИЕ

В системе эстетического и физического воспитания детей значительная роль принадлежит танцу.

Танец – это возможность в движении выразить душевное состояние, отношение к окружающему миру, показать традиции многовековой истории народа и современного поколения, желание заглянуть в будущее.

Танец – это с одной стороны подчинение тела строгим законам пластики, культуры движения, с другой стороны – душевный порыв, полет фантазии.

Возникнув на заре истории человечества в виде ритуальных обрядовых движений, танец прошел через целый ряд изменений и превращений. Первобытный человек изображал в пляске движения зверей и птиц, охоту и рыбную ловлю, воинские приемы. Позже кругообразные формы и движение Солнца и Луны нашли отражение в хороводах. В средние века наблюдение за вращением мельничного круга сформировали представление о взаимодействии между «крутящим» и «крутящимися», способствовали возникновению взаимных вращений в паре. Танец видоизменялся, обогащался и усложнялся.

До нашего времени дошли несколько танцевальных жанров:

1. Классический танец (балет)
2. Народный танец
3. Исторические бальные танцы

Из синтеза искусства и спорта возникли художественная гимнастика, танцы на льду, спортивные бальные танцы.

Эстрадные танцы позволяют заимствовать элементы классического, народного и исторического бального танца, обрабатывать их с точки зрения современной хореографии.

Танцевальное воспитание детей предполагает приобретение ими навыков и знаний в области хореографии, умение красиво и свободно двигаться, формирование художественного вкуса. Занятия танцами развивают фантазию, образную память, наблюдательность, дисциплинируют, сплачивают в дружный коллектив, способствуют росту общей культуры.

У детей младшего школьного возраста занятия танцем развивают координацию, укрепляют мышцы спины, способствуют формированию красивой осанки, учат различать разные по характеру, ритму, темпу мелодии, эмоционально и музыкально исполнять простейшие детские танцы.

Дети более старшего возраста получают знания об истории возникновения и развития различных танцев, учатся музыкально, эмоционально и технически грамотно исполнять элементы народных, исторических бальных и современных танцев; учатся использовать полученные знания и умения (навыки) в различных жизненных ситуациях, импровизировать, создавать свои танцы. Наиболее одаренных детей необходимо подготовить к профессиональной деятельности в области танца.

В процессе обучения танцам дети учатся общению со сверстниками, с более старшими и младшими ребятами. Танец в паре учит общению с противоположным полом. Танец в ансамбле, групповое исполнение движений воспитывает чувство ответственности каждого за результат работы всего коллектива.

Важным моментом являются выступления, участие в концертах. Дети демонстрируют свои достижения родителям, сверстникам, учителям. Месяц за месяцем, год за годом выступления дают возможность увидеть творческий рост, укрепление физического здоровья каждого из детей. Для самого ребенка это возможность самореализации, самоутверждения.

Танец способствует укреплению здоровья, помогает выработать координацию, красивую осанку, учит владеть телом, укрепляет мышцы.

Значение танца в воспитании ребенка трудно переоценить. Танец помогает познать культуру народа, его традиции, историю, духовное наследие, учит общению с окружающим, повышает самооценку, делает эмоционально чутким, восприимчивым.

«Танец тренирует тело и воспитывает душу, дает здоровье физическое и духовное,» - писал Григорович.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Коллектив студии «Кредо» является комплексным, многопрофильным, так как решает комплекс задач обучающих, развивающих, воспитательных, реализующихся через систему основных занятий и дополнительных курсов.

Состав коллектива – постоянный. Набор осуществляется в начале учебного года без конкурса и тестирования по свободному желанию детей и родителей. Проводится первичный осмотр физических, ритмических, музыкальных способностей детей для того, чтобы определить уровень развития и в дальнейшем уделять больше внимания тем или иным недостающим качествам в индивидуальной работе.

Согласно требованиям СанПиН 2.4.4. 1251-03 раздел VIII,пункт 8.2.1. „При зачислении в объединение каждый ребенок должен представить справку от врача о состоянии здоровья” с допуском к занятиям эстрадной хореографией.

Группы формируются по возрасту, занятия проводятся в следующих формах: групповые, коллективные, индивидуальные. Программа предполагает поэтапное освоение содержания, что диктуется возрастными особенностями детей, усложнением репертуара и требованиями к качеству исполнения. Количество занятий и часов в неделю, продолжительность и часовая нагрузка определены требованиями СанПиН 2.4.4. 1251-03 приложение 3.

Этапы прохождения программы, возраст детей	Количество детей в группе	Количество занятий в неделю	Продолжи-тельность одного занятия	Количество часов в неделю	Количество занятий в год	Количество часов в год
1	2	3	4	5	6	7
1.Подготовительный этап (первый год) 6-7 лет	10-25	2	30 мин. +30 мин.= 2 часа	4	72	144
2. Начальный этап (второй и третий год) 8-10лет	10-12	2	30 мин. +30 мин.= 2 часа	4	72	144
1	2	3	4	5	6	7
3. Базовый этап	10-12	2	45 мин.	4	72	144

(четвертый и пятый год) 11-13лет			+45 мин. = 2 часа			
4. Этап совершенствова-ния мастерства (шестой год) 14-15лет	10-12	2	45 мин. +45 мин. = 2 часа	4	72	144
5. Этап начальной профессиональ ной подготовки (седьмой и последующие года) 16-17 лет	10-12	2	45 мин. +45 мин. = 2 часа	4	72	144

На первых этапах обучения детей привлекает отсутствие жесткой системы отбора, посильная физическая нагрузка, чередование танцевальных элементов с подвижными играми, общение со сверстниками, музыкальное сопровождение занятий, интересные мероприятия. Учеников повзрослее привлекает возможность во время концертов показать результаты своей деятельности, участие в конкурсах, знакомство с ребятами из других коллективов, интересные мероприятия, апробирование себя в качестве помощников педагога, общение в коллективе, получение начальных профессиональных навыков. Родителей привлекает занятость ребенка, развитие его физических и творческих способностей, возможность получать во время собраний и бесед с педагогом знания о психологии ребенка, о преодолении конфликтных ситуаций в семье.

Коллектив существует одиннадцать лет. За это время педагогом поставлено и разучено с детьми около тридцати пяти танцев, двадцать из которых на сегодняшний день активно используются в концертах. В репертуаре ансамбля эстрадные танцы на основе башкирских, русских, испанских, цыганских, восточных, латиноамериканских танцев; исторические бальные танцы: вальс, чарльстон, полька.

Танцевальный коллектив делится на два ансамбля: «Чунга-чанга» и «Кредо».Переход ребят из ансамбля «Чунга-чанга» в ансамбль «Кредо» осуществляется в возрасте 12-13 лет. Если в репертуаре ансамбля «Чунга-чанга» преобладают детские танцы, построенные на основе исторических бальных танцев, то в репертуаре ансамбля «Кредо» присутствуют народные, классические и современные эстрадные танцы.

Ансамбль участвует в районных, городских и республиканских мероприятиях. В 2000 году коллектив показал второй результат в городском туре конкурса «Звездочки Башкортостана», в 2004 году стал дипломантом фестиваля «Салют Победы»: второе место - ансамбль «Кредо», третье место - ансамбль «Чунга-чанга». Коллектив неоднократно участвовал в конкурсе современной хореографии «Танцевальный марафон», выступал в телевизионном конкурсе «Утренняя звезда». В 2006 году ансамбль „Чунга-чанга" завоевал первое место в районном фестивале „Молодёжь- наше будущее"

Количество детей в коллективе стабильно, более ста человек. По мере взросления одних учащихся проводится набор других. Старшие помогают в обучении младших. Три воспитанницы ансамбля в настоящее время обучаются в Уфимском хореографическом училище, одна воспитанница успешно закончила его. Три воспитанницы работают руководителями танцевальных ансамблей подросткового клуба «Алые паруса» и дома культуры города Бирска.

За 11 лет существования ансамбля удалось добиться существенных успехов в работе с детьми. Удалось достичь исправления осанки у ребят, быстрого растанцовывания учащихся младшей группы, технически и музыкально грамотного исполнения танцев старшими группами, сплочения коллектива, привития устойчивого интереса к танцам. Пока не удалось добиться эмоционально выразительного исполнения танцев, умения импровизировать на данную тему или мелодию. Не удалось добиться умения делать себе самостоятельно сценическую прическу и легкий макияж, достичь правильной постановки головы, спины, рук и ног во время танца. Очень скудным по-прежнему является набор танцевальных костюмов. Поэтому необходимо ввести в

программу дополнительные курсы хореографии, парикмахерского искусства и макияжа, актерского мастерства и сценографии.

Блоки программы , этапы освоения и формы обучения.	Подготовительный этап (первый год) 6-7 лет	Начальный этап (второй и третий год) 8-10 лет	Базовый этап (четвертый и пятый год) 11 – 13 лет	Этап совершенствования мастерства (шестой год) 14-15 лет	Этап начальной профессиональной подготовки (седьмой год) 16-17 лет
Основной блок					
1. Эстрадная хореография (коллективно – групповая форма)	4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (30 мин. +30 мин))	4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (30 мин. +30 мин.))	4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))	4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))	4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))
2. Индивидуальная работа (работа с солистами и стажерами)	2 часа (1 занятие в неделю по 2 часа(30 мин. +30 мин))	2 часа (1 занятие в неделю по 2 часа(30 мин. +30 мин))	2 часа (1 занятие в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))	2 часа (1 занятие в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))	2 часа (1 занятие в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))
Дополнительный блок					
1. Классическая хореография (коллективно – групповая форма)		4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (30 мин. +30 мин.))	4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))	4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))	4 часа (2 занятия в неделю по 2 часа (45 мин. +45 мин.))
Факультативный блок					
1. Парикмахерское искусство и макияж (коллективно – групповая форма)			1 час (1 раз в неделю 45 мин)	1 час (1 раз в неделю 45 мин)	1 час (1 раз в неделю 45 мин)
2. Актерское мастерство и			1 час (1 раз в	1 час (1 раз в неделю	1 час (1 раз в неделю 45

сценография (коллективно – групповая форма)			неделю 45 мин)	45 мин)	мин)

Примечание: Посещение занятий основного (эстрадная хореография) и дополнительного (классическая хореография) блоков является обязательным для всех детей. Посещение всех остальных предметов - по желанию, выборочно. Индивидуальная работа проводится с особо одаренными учащимися (начиная со второго года обучения) и со стажерами (с шестого года обучения).

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Формировать интерес и любовь к танцевальному искусству, способствуя общему и творческому развитию личности, подготовке к активной социальной жизни, основанной на общечеловеческих ценностях.

ЗАДАЧИ

1.**Мотивационные**

-создавать благоприятную, комфортную, доброжелательную атмосферу сотрудничества, ситуацию успеха, заинтересованности, увлеченности.

- повышать мотивацию к познанию и творчеству.

-поощрять увлеченность и положительное отношение к занятиям.

2. **Обучающие**

-совершенствовать знания, умения, навыки по предмету.

-научить выразительному исполнению,

-научить самостоятельной работе над импровизацией, созданию танцевальных композиций.

-учить навыкам рефлексии,

-учить применять знания и навыки в различных жизненных ситуациях.

-учить творческой деятельности

3. **Познавательные**

-приобщать детей к народной культуре и творчеству.

-расширять кругозор.

-развивать потребность к самообразованию, активному освоению танцевального искусства.

4. **Развивающие**

-способствовать развитию творческого потенциала,

-развивать навыки общения и коммуникативности,

-воспитывать способность к сознательному систематическому труду, к самостоятельной работе над танцевальным образом, техникой, выразительностью.

-добиваться осмысленного восприятия произведения танцевального искусства

-воспитывать стремление к самоконтролю и саморазвитию.

-развивать фантазию, воображение, творческую индивидуальность.

5. **Социально-педагогические**

-формировать осознание морально- нравственных ценностей

-приобщать к духовным и культурным традициям народов мира.

-заложить основы культуры общения, толерантности.

-способствовать профессиональному самоопределению в области танцевального искусства.

-способствовать формированию активной жизненной позиции.

-подготовить к сознательному выбору своего места в жизни.

6. **Эстетико-этические**

-способствовать формированию художественного вкуса, способности чувствовать красоту и гармонию в искусстве и эстетически их оценивать.

-формировать опыт эмоционального и сознательного отношения к своей творческой деятельности.

-научить эмоционально исполнять репертуарные танцы.

7. **Оздоровительные**

-способствовать укреплению и совершенствованию физического и духовного здоровья,

-воспитывать потребность в ЗОЖ.

-дать знания в области гигиены, самоконтроля физического здоровья и охраны жизни.

-способствовать оздоровлению эмоциональной сферы.

Главный результат развития ребенка – развитие таких личностных качеств как активность, самостоятельность, коммуникативность, креативность, формирование способности к самовыражению, саморазвитию, самоопределению.

Цель человеческого существования – самоусовершенствование, а это не возможно без самопознания и самосознания, без усвоения базовых стандартов образцов и идеалов.

Ожидаемый результат работы по новой программе можно представить в виде идеального образа модели выпускника.

Профессиональная характеристика

Выпускник должен:

- знать основные элементы русских, башкирских и других народных танцев, историю появления исторических бальных танцев, все позиции и тренировочные движения классического тренажа;
- уметь музыкально грамотно, технично и эмоционально исполнять разученные танцы, полноценно воспринимать произведения танцевального искусства;
- иметь навыки импровизации, создания собственных танцев на заданную тему или мелодию, уметь использовать знания и навыки в различных жизненных ситуациях;
- обладать такими качествами как уважение к окружающим, самоуважение, трудолюбие, честность, гуманное отношение к природе;
- ощущать себя частью (маленькой, но важной) общества., уважать национальные традиции;
- быть творчески активным в учебном заведении или в рабочем коллективе, должен уметь найти применение своим способностям, знаниям, умениям, участвовать в концертах и других мероприятиях;
- правильно оценивать свои профессиональные качества.

Личностная характеристика.

Выпускник должен:

- обладать широким кругозором;
- уметь правильно образно профессиональным языком выражать свои мысли;

- иметь целостное восприятие, основанное на продуктивном и воссоздающем воображении;
- легко и быстро сосредотачиваться, не отвлекаться;
- владеть приемами активного произвольного запоминания (расчленять, выделять, классифицировать, связывать);
- легко воспроизводить учебный материал;
- иметь развитое логическое мышление;
- быть способным предлагать собственное оригинальное решение (креативное мышление);
- думать самостоятельно, генерировать новые идеи и творческие мысли;
- иметь желание учиться, осуществлять рефлексию своей деятельности;
- сделать основной мотивацией учения стремление к самоопределению и самореализации;
- иметь общественно-ценностные мотивы в учебной деятельности;
-иметь интерес к познанию окружающего мира и себя;
- активно участвовать во всех общественных делах;
- добросовестно относиться к порученному делу;
- быть организованному самому и уметь организовывать деятельность других;
иметь творческий, рациональный подход к делу;
- быть готовым к совместной деятельности;
- иметь сформированные ценностные ориентации в деятельности, общении, поведении;
- иметь активную жизненную позицию, смысл и цель жизни;
- уметь обобщать жизненный опыт и делать правильные выводы, брать ответственность за себя и за других;
- стремиться к сохранению и приумножению культурных ценностей.

Система отношений

Выпускник должен:

- иметь способность оказать помощь и поддержку;
- быть правдивым по отношению к учителям, родителям, товарищам,

- быть бескорыстным, справедливым, вежливым, тактичным и скромным, толерантным;
- обладать чувством коллективизма;
- быть деловитым, предприимчивым, целеустремленным;
- быть самокритичным, настойчивым в исправлении своих недостатков;
- трезво оценивать свои силы, выбирая задачи и дела по плечу;
- понимать свое место в обществе, среде;
- заботиться о культурном уровне и здоровье;
- знать правила ЗОЖ и стремиться выполнять их;
- ответственно и бережно относиться к природе;
- уметь самостоятельно работать над своим нравственным и культурным самосовершенствованием;
- быть коммуникативным, оптимистичным.

Творческая активность

Выпускник должен:

- иметь творческое воображение;
- иметь представление о сферах творческой деятельности;

знать свои творческие возможности и адекватно их оценивать;

- иметь способность творчески мыслить;
- иметь хорошо развитую творческую интуицию;
- иметь способность к импровизации;
- знать этапы творческой деятельности (знание, осознание, осмысление, рефлексия, творчество)

Эмоционально-волевая сфера

Выпускник должен:

- быть эмоциональным, выразительным, уравновешенным;
- уметь управлять своими эмоциями;
- быть позитивно настроенным;
- обладать настойчивостью, решительностью, выдержкой, самостоятельностью;

Данная программа по степени авторского вклада является модифицированной, измененной с учетом особенностей организации, процесса обучения и воспитания сильных и слабых сторон коллектива, психолого- педогогических особенностей детей, нестандартностью индивидуальных результатов обучения и воспитания.

Программа является адаптированной, измененной с учетом местных условий и особенностей методики преподавания.

По направлению образовательной деятельности программ является эстетическо-художественной, оздоровительной.

По уровню освоения содержания на первом и втором этапе программа является ознакомительной, общекультурной, развивающей, на третьем этапе – базовой, на четвертом этапе – углубленной, на пятом этапе – профессионально-ориентированной.

По форме организации содержания и процесса педагогической деятельности программа является комплексной. Она соединяет отдельные области, направления, виды деятельности в единое целое на основании общей цели программы. Программа является интегрированной, т.е. сочетает в себе разные области и предметы: эстрадная хореография, классическая хореография, парикмахерское искусство и макияж, актерское мастерство и сценография.

По цели обучения программа является:

1. Познавательной, т.к. дает углубленные знания, развивает интеллект, раскрывает творческие способности, помогает познать окружающий мир.

2. Социально- адаптированной. Она способствует освоению детьми положительного социального опыта, учит передавать свой опыт младшим, получать практику в импровизации, создании своих танцев, дает желающим ориентир на будущую профессию.

3.Развивающей художественную одаренность, творческую индивидуальность, музыкальность, фантазию, воображение, умение эмоционально и технично исполнять танец, полноценно воспринимать танцевальное искусство.

Прежняя программа была написана на основании базовой программы, рекомендованной Министерством образования РФ.

Новая программа построена на собственном опыте, педагогических взглядах, выводах, наработках .Репертуар пересмотрен с учетом актуальности, требования времени, интересов детей и ЦДТ. Сочетание эстрадных, народных, бальных и классических танцев дает возможность учащимся получать более полное представление о танцевальном искусстве, делает коллектив разноплановым, многожанровым. В новой программе уделяется внимание импровизации, стажерской работе, которые являются важным звеном начальной профессиональной подготовки.

Программа оснащена и продолжает пополняться приложениями в виде разработок учебных занятий, воспитательных мероприятий, родительских собраний, лекций, конкурсов, викторин, тестов и т.д.

Программа рассчитана на широкие слои населения, на тех, кто имеет желание за исключением тех, кто не имеет допуска врача.

Доминирующие формы занятий.

1. Учебное занятие
2. Репетиции

Дополнительные формы занятий.

1. Беседы
2. Просмотр видеофильмов
3. Занятие- концерт
4. Экскурсии

МЕТОДЫ, ПРИЕМЫ И СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ.

<table>
<tr><th colspan="4">Методы</th></tr>
<tr><td colspan="3">Традиционные</td><td>Инновационные</td></tr>
<tr><td>Наглядные</td><td>Словесные</td><td>Практические</td><td rowspan="2">Эвристические беседы, постановка проблемных вопросов, схемы, кроссворды, ребусы</td></tr>
<tr><td>Видеоматериалы, иллюстрации, плакаты, таблицы, схемы</td><td>Рассказ, объяснение, дискуссия</td><td>Тренировочные упражнения, показ элементов танца, разучивание движений и композиций танца, игры, состязания, конкурсы</td></tr>
<tr><td colspan="4">Средства</td></tr>
<tr><td colspan="2">Материальные</td><td colspan="2">Идеальные</td></tr>
<tr><td colspan="2">Учебно- технические средства, оборудование, средства наглядности</td><td colspan="2">Речь</td></tr>
</table>

Условия реализации программы

Для занятий хореографией необходимо просторное помещение (3-4 кв. м. на одного учащегося) с хорошей вентиляцией. Помещение должно быть оборудовано специальными станками и зеркалами. Станок представляет собой хорошо отполированную круглую палку диаметром 5 см., которая прикрепляется к стене кронштейнами на расстоянии примерно 80-100 см от пола и 30 см от стены. Для занятий классической хореографией необходимы пианино или баян (аккордеон). Для занятий эстрадной хореографией необходимы магнитофон (музыкальный центр), телевизор, DVD проигрыватель (видеомагнитофон). Кроме помещения для занятий необходима комната для переодевания.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Разделы	**Этапы**						
	Подготовительный этап (первый год) 6-7 лет	Начальный этап (второй и третий год) 8-10 лет		Базовый этап (четвертый и пятый год) 11 – 13 лет		Этап совершенствования мастерства (шестой год) 14-15 лет	Этап начальной профессиональной подготовки (седьмой год) 16-17 лет
1. Введение	2	2	2	2	2	2	2
2.Вводное занятие	2	2	2	2	2	2	2
3.Ритмика	30	-	-	-	-	-	-
4.Элементы музыкальной грамоты	-	12	12	10	8	5	5
5. Танцевальная азбука	34	20	20	16	16	10	10
6. Постановка и разучивание танцев	60	80	80	80	80	84	84
7. Импровизация	-	4	4	8	10	15	15
8. Подготовка к концертам	-	8	8	12	12	12	12
9. Воспитательные беседы	10	8	8	6	6	6	6
10. Экскурии	4	6	6	6	6	4	-
11.Стажерская работа	-	-	-	-	-	4	8
12. Итоговое занятие - концерт	2	2	2	2	2	-	-
Всего	**144**	**144**	**144**	**144**	**144**	**144**	**144**

Учебно-тематический план

Подготовительный этап (I год обучения)

Разделы и темы	Всего часов	Из них	
		Теория	Практика
1. Введение - знакомство педагога с детьми - запись, уточнение расписания и т.д.	2	-	2
2. Вводное занятие - игры на знакомство и эмоциональный настрой «Запомни имя», «Какой цвет я выбираю» - о традициях ансамбля -инструктаж по ПДД и ТБ -мини-концерт (выступление ребят из старших групп)	2	-	2
3. Ритмика - строение музыкального произведения -разные по характеру, темпу, ритму музыкальные произведения - ритмические упражнения с музыкальным заданием - движение в различных темпах - построение и перестроение: колонна, шеренга, круг. - сужение и расширение круга - музыкальные игры: «Звери и птицы», «После дождя», «Кот и мыши» - игры на внимание «В лесу», «Нос, пол, потолок», «Времена года», «Колпак мой треугольный»	30	4	26
4. Элементы музыкальной грамоты	-	-	-
5. Танцевальная азбука - позиции рук и ног - выворотность, постановка корпуса - поклон и реверанс - полуприседания - различные танцевальные шаги: на полупальцах, с подскоком - повороты в подскоках, галоп -положение рук в парных танцах	34	4	30
6. Постановка и разучивание танцев: «Воробьиная дискотека», «Танец утят», «Танец с хлопками», «Макарена», «Чему учат в школе», «Танец с зонтиками», «Кадриль»	60	4	56
7. Импровизация	-	-	-
8. Подготовка к концертам	-	-	-
9. Воспитательные беседы	10	10	-
10. Экскурсии	4	-	4
11. Стажерская работа	-	-	
12. Итоговое занятие –концерт	2	-	2
ИТОГО	144	22	122

Учебно-тематический план

Начальный этап (II год обучения)

Разделы и темы	Всего часов	Из них	
		Теория	Практика
1. Введение - встреча педагога с детьми, беседа о каникулах - уточнение расписания и т.д.	2	-	2
2. Вводное занятие - игры на сплочение коллектива - о достижениях прошлого учебного года - планы на новый учебный год -инструктаж по ПДД и ТБ	2	1	1
3. Ритмика	-	-	-
4. Элементы музыкальной грамоты - музыкальный размер - понятие о такте и затакте -характер музыки - отхлопывание и отчет тактов -прослушивание и анализ танцевальной музыки - движения под различную танцевальную музыку	12	2	10
5. Танцевальная азбука - понятие о классическом, народном, бальном и эстрадном танце -упражнения классического танца: приседания, позиции рук и ног и т.д. - элементы бального танца: подскоки, галоп, повороты в подскоке - - элементы эстрадного танца: повороты, шаги с приставкой, шаги с хлопками и т.д.	20	2	18
6. Постановка и разучивание танцев: « Веселая зарядка», «Морячка» (упрощенный вариант), «Летка- енка», «Барби и Кен», «Танец со шляпками», «Чунга-чанга», «Веселый хоровод»	80	2	78
7. Импровизация	4	1	3
8. Подготовка к концертам	8	1	7
9. Воспитательные беседы	8	8	-
10. Экскурсии	6	1	5
11. Стажерская работа	-	-	
12. Итоговое занятие –концерт	2	-	2
ИТОГО	144	18	126

Учебно-тематический план

Начальный этап (III год обучения)

Разделы и темы	Всего часов	Из них	
		Теория	Практика
1. Введение - встреча педагога с детьми, беседа о каникулах - уточнение расписания и т.д.	2	-	2
2. Вводное занятие - игры на сплочение коллектива - о достижениях прошлого учебного года - планы на новый учебный год -инструктаж по ПДД и ТБ	2	1	1
3. Ритмика	-	-	-
4. Элементы музыкальной грамоты - музыкальный размер - музыка русских танцев - прослушивание русских народных и современных мелодий в исполнении разных музыкальных коллективов на разных музыкальных инструментах - музыка исторических бальных танцев: вальс, марш - музыка в стиле диско	12	2	10
5. Танцевальная азбука - характерные движения русских танцев: шаг с притопом, припадания, припадания в повороте, поворот с притопом и т.д. - элементы фигурного вальса: балансе, вальсовая дорожка, туры вальса - положение рук в вальсе: лодочка, закрытое положение в паре - элементы танцев в стиле диско: боковой приставной шаг, шаг-притоп, открытое шассе, повороты с хлопками и т.д.	20	2	18
6. Постановка и разучивание танцев: « Фигурный вальс» («Вальс-фантазия»), «Сударушка» («Русский лирический»), «Гусары», «Робинзон», «Полька», «Грибная тусовка», «Вару-вару», «Йәшлек» («Молодость»)	80	2	78
7. Импровизация	4	1	3
8. Подготовка к концертам	8	1	7
9. Воспитательные беседы	8	8	-
10. Экскурсии	6	1	5
11. Стажерская работа	-	-	-
12. Итоговое занятие –концерт	2	-	2
ИТОГО	144	18	126

Учебно-тематический план

Базовый этап (IV год обучения)

Разделы и темы	**Всего часов**	**Из них**	
		Теория	Практика
1. Введение - встреча педагога с детьми, беседа о каникулах - уточнение расписания и т.д.	2	-	2
2. Вводное занятие - игры на сплочение коллектива - о достижениях прошлого учебного года - планы на новый учебный год -инструктаж по ПДД и ТБ	2	1	1
3. Ритмика	-	-	-
4. Элементы музыкальной грамоты - музыка латиноамериканских танцев - прослушивание и определение характера музыки кантри-польки - музыка башкирских танцев - прослушивание и анализ русских танцевальных мелодий - прослушивание и анализ танцевальных мелодий в стиле диско - прослушивание и анализ восточных мелодий	10	2	8
5. Танцевальная азбука - характерные движения кантри- польки - характерные движения в стиле хип-хоп - характерные движения башкирских, русских, восточных танцев - положение рук в башкирском танце - стилизация, использование элементов башкирского и русского танцев в современной хореографии - использование элементов восточного танца в современной хореографии	16	2	14
6. Постановка и разучивание танцев: «Чунга-чанга на новый лад», « Ковбой», «Коляда » (упрощенный вариант), «Башкирочка», «Морячка» (усложненный вариант), «Пестрая компания», «Вальс Победы» « Восточная сказка»	80	4	76
7. Импровизация			
8. Подготовка к концертам	8	1	7
9. Воспитательные беседы	12	-	12
10. Экскурсии	6	6	-
11. Стажерская работа	6	-	6
12. Итоговое занятие –концерт	- 2	- -	- 2
ИТОГО	144	16	128

Учебно-тематический план

Базовый этап (V год обучения)

Разделы и темы	Всего часов	Из них	
		Теория	Практика
1. Введение - встреча педагога с детьми, беседа о каникулах - уточнение расписания и т.д.	2	-	2
2. Вводное занятие - игры на сплочение коллектива - о достижениях прошлого учебного года - планы на новый учебный год -инструктаж по ПДД и ТБ	2	1	1
3. Ритмика	-	-	-
4. Элементы музыкальной грамоты - музыка исторических бальных танцев - прослушивание и определение музыкального размера, особенностей танцевальных мелодий в стиле Чарльстон - музыка восточных танцев - прослушивание и анализ музыкальных особенностей восточных танцев - расширение знаний о мелодике русских танцев - прослушивание стилизованных русских мелодий, танцевальных русских мелодий в современной обработке - марши	8	1	7
5. Танцевальная азбука - характерные движения Чарльстона - характерные движения восточных, русских, башкирских танцев - сочетание элементов восточного танца с элементами диско - характерные движения в стиле самбы - сочетание элементов русского танца с элементами диско - характерные движения в стиле диско, РЭП, хип-хоп - танцевальные движения под маршевую музыку	16	2	14
6. Постановка и разучивание танцев: «Поцелуй востока», «Чарльстон», «Коляда» (усложненный вариант), «Девушки-гусары», «Фиеста», «Наша дискотека», «В стиле РЭП», «Комбат», «Уфимский вальс», «Буләктәр» («Подарки»),	80	4	76
7. Импровизация	10	1	9
8. Подготовка к концертам	12	-	12
9. Воспитательные беседы	6	6	-
10. Экскурсии	6	-	6
11. Стажерская работа	-	-	-
12. Итоговое занятие –концерт	2	-	2
ИТОГО	144	15	129

Учебно-тематический план

Этап совершенствования (VI год обучения)

Разделы и темы	Всего часов	Из них	
		Теория	Практика
1. Введение - встреча педагога с детьми, беседа о каникулах - уточнение расписания и т.д.	2	-	2
2. Вводное занятие - информация о достижениях коллектива в прошлом учебном году, о планах на новый учебный год -инструктаж по ПДД и ТБ	2	1	1
3. Ритмика	-	-	-
4. Элементы музыкальной грамоты - музыка испанских и латиноамериканских танцев - прослушивание и анализ танцевальных испанских мелодий, - прослушивание и анализ латиноамериканских танцевальных мелодий в стиле самбы, - прослушивание и анализ цыганских танцевальных мелодий - современные мелодии в стиле диско, РЭП, хип-хоп и т.д. - вальсы - расширение знаний о мелодике башкирских и русских танцев - расширение знаний о мелодике восточных танцев - прослушивание стилизованных русских мелодий, танцевальных русских мелодий в современной обработке	5	1	4
5. Танцевальная азбука - характерные движения танца в стиле самбы - характерные движения танца в испанском стиле - характерные движения восточных, цыганских, башкирских, татарских танцев - использование элементов башкирского танца в современной хореографии - использование вальсовых движений в композиции башкирского танца	10	2	8
6. Постановка и разучивание танцев: «В ритме самбы», «Испанский», «Наш стиль», «Девушки со шляпами», «Цыганочка», «Бурзяночка», «Кострома», «Восточные красавицы», «Каждый хочет любить», «Сабан- туй»	84	2	82
7. Импровизация	15	3	12
8. Подготовка к концертам	12	-	12
9. Воспитательные беседы	6	6	-
10. Экскурсии	-	-	-
11. Стажерская работа	4	1	3
12. Итоговое занятие –концерт	-	-	-
ИТОГО	144	15	129

Учебно-тематический план

Этап начальной профессиональной подготовки (VII и V III год обучения)

Разделы и темы	**Всего часов**	**Из них**	
		Теория	Практика
1. Введение - встреча педагога с детьми, беседа о каникулах - уточнение расписания и т.д.	2	-	2
2. Вводное занятие - информация о достижениях коллектива в прошлом учебном году, о планах на новый учебный год -инструктаж по ПДД и ТБ	2	1	1
3. Ритмика	-	-	-
4. Элементы музыкальной грамоты - расширение знаний о мелодике башкирских, русских ,цыганских и испанских танцев - прослушивание и анализ музыки венгерских танцев , - прослушивание и анализ музыки танго - прослушивание и анализ татарских танцевальных мелодий - расширение знаний о современной танцевальной музыке - прослушивание стилизованных русских мелодий, танцевальных русских мелодий в современной обработке	5	1	4
5. Танцевальная азбука - характерные движения классического башкирского танца - использование элементов башкирского танца в современной хореографии - характерные движения испанских, татарских, цыганских, китайских танцев - использование движений классических испанских танцев в современной хореографии - использование элементов русского танца в современной хореографии	10	2	8
6. Постановка и разучивание танцев: «Цветок курая», «Девичья кадриль», «Дыхание Испании», «Цыганский костер», «Шуточное танго», татарский танец «Шатлык», «Посвящение новобранцам», «Фронтовой перепляс», «Наездницы», «Моя Россия», «Татарский лирический», «Китайский танец с веерами», «Испанские миниатюры»,	84	2	82
«Венок дружбы», «Карнавал».	15	3	12
7. Импровизация	12	-	12
8. Подготовка к концертам	6	6	-
9. Воспитательные беседы	-	-	-
10. Экскурсии	8	1	7
11. Стажерская работа	-	-	-
12. Итоговое занятие –концерт			
ИТОГО	144	15	129

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Подготовительный этап (I год обучения)

ЦЕЛЬ ЭТАПА

Формировать интерес и любовь к танцевальному искусству, способствуя физическому, нравственному, духовному, эстетическому творческому развитию личности.

ЗАДАЧИ

1. **Мотивационные**

-создавать благоприятную, комфортную, доброжелательную атмосферу сотрудничества, ситуацию успеха, заинтересованности, увлеченности.

-поощрять увлеченность и положительное отношение к занятиям.

2. **Обучающие**

-научить правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку,

-научить строиться в колонну, шеренгу, круг, цепочку.

-научить выразительному исполнению разученных танцев, элементов, движений.

3. **Познавательные**

-приобщать детей к народной культуре и творчеству.

-расширять кругозор.

8. **Развивающие**

-развивать навыки общения и коммуникативности,

-развивать фантазию, воображение, творческую индивидуальность.

9. **Социально-педагогические**

-формировать осознание морально- нравственных ценностей

-заложить основы культуры общения, толерантности.

10. **Эстетико-этические**

-способствовать формированию художественного вкуса, способности чувствовать красоту и гармонию в искусстве и эстетически их оценивать.

-формировать опыт эмоционального и сознательного отношения к своей творческой деятельности.

-научить эмоционально исполнять репертуарные танцы.

11.Оздоровительные

-способствовать укреплению и совершенствованию физического и духовного здоровья,

-воспитывать потребность в ЗОЖ.

-дать знания в области гигиены, самоконтроля физического здоровья и охраны жизни.

-способствовать оздоровлению эмоциональной сферы.

Введение 2 часа

Практика 2часа

Знакомство педагога с детьми, запись, уточнение расписания. Беседа о традициях ансамбля. Мини- концерт (выступление ребят и старших групп).

Вводное занятие 2 часа

Теория 1 час

Инструктаж по ПДД и ТБ.

Практика 1час

Игры на знакомство «Запомни имя», «Что во мне хорошего». Тест на эмоциональный настрой «Какой цвет я выбираю».

Ритмика 30 часов

Теория 4 часа. Мелодия и движение. Темп: быстро, медленно, умеренно (allegro, andante,moderato). Контрастная музыка: быстро-медленная, веселая – грустная. Понятия: колонна, шеренга, круг. Правила перестроения из одного рисунка в другой: из линии в круг, из круга в два круга и обратно. Соотнесение пространственных построений с музыкой.

Практика 26 часов. Прослушивание и анализ разных по характеру и темпу музыкальных произведений.

Движение в разных темпах. Построение и перестроение: колонна, шеренга, круг. Сужение и расширение круга.

Музыкальные игры: «Звери и птицы», «После дождя», «Кот и мыши» и т.д.

Игры на внимание : « В лесу», «Нос, пол потолок », «Времена года», «Колпак мой треугольный» и т.д.

Игры для отдыха: «Золотые ворота», «Здравствуй, солнышко! Здравствуй, звездочка», « Хожу я гуляю вдоль по хороводу», «Бабочки» и т.д.

Ритмические упражнения с музыкальным заданием. Отхлопывание ритма. Притопы в такт музыки. Маршировка в темпе и ритме музыки.

Танцевальная азбука 34 часа

Теория 4 часа. Поклон и реверанс. Позиции ног и рук. Выворотность, постановка корпуса. Положение рук в кругу. Поднимание и опускание рук при сужении и расширении круга. Положение рук в парных танцах

Практика 30 часов. Различные танцевальные шаги: на полупальцах, с подскоком, с носка на всю ступню. Маршировка на месте с подниманием колена. Маршировка в движении с выпрямлением колена. Повороты в подскоках. Танцевальные шаги в образе журавля, лисы, медведя, птички, кошки и т.д. Шаги вперед-назад с притопыванием и хлопком на счете «4». Боковой галоп с продвижением по кругу. Галоп вправо – влево с приставкой и хлопком на «4»

Постановка и разучивание танцев 60 часов

Теория 4часа

Положение рук в парных и массовых танцах: цепочка, круг, карусель, корзиночка, звездочка.

Разнообразие русских танцев. Хоровод – один из видов русского танца. Особенности движений в русских народных танцах.

Танец-игра. Хороводные танцы –игры.

Культура поведения в парных, хороводных и массовых танцах.

Что такое диско-стиль. Откуда к нам пришла макарена.

Практика 56 часов

« Воробьиная дискотека»: «Мы пойдем сначала вправо», «Вперед четыре шага, назад четыре шага», «Если весело живется, делай так», «Буги-вуги», «Лавата»

Танцы-игры « Воробьиной дискотеки» исполняются по кругу, сопровождаются пением (поем о том, что мы делаем), состоят из шагов по кругу , шагов в центр круга, из круга, с притопом на четвертом счете, хлопков над головой, поворотов корпуса вправо-влево без отрывания ног от пола, поворотов вокруг себя, поочередного выбрасывания ног вперед. Передача в движении изменения темпа.

«Танец утят» исполняется в паре, по кругу, в линиях лицом к зрителю с условным изображением движений клюва, крыльев, хвостика и хлопков над головой.

Диско-танцы:

«Танец с хлопками» состоит из хлопков над головой, в ладоши перед собой, движений «ножницы», «кулачки», боковых шагов с поочередными взмахами рук, скрещивания рук над головой и т.д.

«Макарена» Дети разучивают следующие движения: одинарные удары бедрами, двойные удары бедрами, поочередное сгибание колена, легкие удары сложенными вместе ладонями по плечам и ногам (топорик), хлопки перед собой и за спиной, шаги с хлопком, поочередное движение руками, выпрямление перед собой , переворачивание ладоней, сгибание рук в локтях и т.д.

«Чему учат в школе» - парный танец. Руки в положении «лодочка». Движения: раскачивание лодочки, повороты в подскоках, «ладушки» и т.д.

«Русский танец» Движения для всех: ход по кругу, шаги с носка, проходка вперед-назад, обходка партнера на восемь счетов, взаимное вращение в паре, проходка по кругу в хороводе, хлопки в ладоши.

Движения для мальчиков : полуприсядка, присядка с поочередным выбросом ноги на пятку, поочередное выведение ноги на каблук с поворотом головы в разные стороны.

Движения для девочек: повороты на месте на носочках, проходка вперед-назад с прыжком – поворотом на счет «четыре».

Воспитательные беседы 10 часов.

Теория 10 часов

Первый раз в первый класс (общие правила поведения в школе и в ЦДТ).

Мы теперь не просто дети , мы теперь ученики (правила поведения на занятии).

Я – пешеход.

Я – пассажир.

Наша дружная семья.

Самая хорошая (беседа о маме).

Маленькие помощники.

Дом, в котором ты живешь.

В мире вежливых слов.

Не хочу быть неряхой.

Умеешь ли ты дружить?

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

К концу первого года обучения дети должны:

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- иметь навык легкого шага с носка на пятку;
- уметь строиться в колонну, шеренгу, круг, цепочку;
- иметь навыки общения в танце – вежливость, доброжелательность, внимание;
- уметь пригласить на танец и ответить на приглашение;
- уметь музыкально грамотно и выразительно исполнять разученные танцы;
- знать позиции рук и ног;
- иметь знания в области гигиены;
- знать основы культуры общения.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

Наблюдения, беседы, анализ выступлений.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Ритм, такт, контрастная музыка, колонна, шеренга, круг, сужение круга, расширение круга, поклон, реверанс, выворотность, позиции рук и ног, шаг на полупальцах, подскоки, маршировка, галоп, приставка, присядка, проходка, вращение, хоровод.

Начальный этап (II год обучения)

ЦЕЛЬ ЭТАПА

Формировать интерес и любовь к танцевальному искусству, способствуя физическому укреплению организма.

ЗАДАЧИ

1.Обучающие:

-дать понятие о круге, шеренге, колонне;

-дать понятие о направлениях движения в танце (к зрителю, от зрителя, по кругу);

-научить правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;

-научить строиться в колонну, шеренгу, круг, цепочку;

-научить выполнять различные танцевальные движения (подскоки, галоп, присядка);

-научить выразительному исполнению разученных танцев, элементов, движений;

2.Развивающие

-развивать чувство ритма;

-работать над улучшением координации и внимания;

-развивать фантазию, образное мышление.

3.Воспитательное

-формировать понятие о правилах поведения;

-заложить основы культуры общения;

-создать условия для дружеских отношений между учащимися.

4.Оздоровительные

-способствовать укреплению мышц тела;

-способствовать исправлению искривления осанки;

-дать знания в области гигиены;

-способствовать оздоровлению эмоциональной сферы.

Введение 2 часа

Практика 2 часа

Встреча педагога с детьми, запись, уточнение расписания. Беседа о каникулах, о достижениях предыдущего года, о планах на новый учебный год.

Вводное занятие 2 часа

Теория 1 час

Инструктаж по ПДД и ТБ.

Практика 1 час

Игры на сплочение коллектива «Почта», «Общий рассказ », «Сбор рукопожатий», «Печатная машинка» и т.д. Тест на эмоциональный настрой «Какой цвет я выбираю».

Элементы музыкальной грамоты 12 часов

Теория 2часа

Музыкальный размер Характер музыки. Марш. Полька.

Динамические оттенки музыки: громко, тихо (форте, пьяно).

Практика 10 часов

Прослушивание и анализ танцевальной музыки. Отчет и отложение тактов. Движение под различную танцевальную музыку: маршировка с изменением направления движения, подскоки, повороты и т.д.

Танцевальная азбука 20часов

Теория 2 часа

Понятие о классическом, народном, бальном и эстрадном танце.

Правила постановки корпуса, рук, ног, головы в классическом танце.

Практика 18 часов

Упражнение классического танца. Полуприседание (деми плие) по I–ой и II-ой позиции, выдвижение ноги (батман тандю) в сторону, вперед по I- ой позиции. Прыжки по VI-ой позиции. Подъем на полупальцах по VI-ой и I-ой полувыворотной позиции.

Элементы бального танца: повороты, шаги с приставкой, шаги с хлопками, шаг с пружинкой и т.д.

Постановка и разучивание танцев. 80 часов

Теория 2 часа

Происхождение и особенности танца «Летка-енка». Понятие «ретро». Понятие «современный танец». История создания танца «Барби и Кен»

Практика 78часа

«Чунга-чанга» - танец, построенный на элементах польки: подскоках, галопе. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Летка-енка» - массовый танец, построенный на прыжках с подъемом ноги, прыжках вперед и назад, боковых выпадах с хлопками. Хореография Ниеминен.

«Барби и Кен» - парный танец в стиле «диско», построенный на элементах «Буратино», «Качалочка», шагах и перестроениях. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Морячка» - парный танец в стиле «диско», построенный на маршевых шагах, перестроениях, элементах матросского танца. Авторская композиция Исламовой Р.Х. Разучивается упрощенный вариант танца.

«Танец со шляпками» - массовый танец в стиле «ретро», построенный на пружинистых шагах, поворотах, киках, перестроениях, раскрываниях, работе со шляпами. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Веселая зарядка» - массовый танец в стиле «диско», построенный на шагах вперед- назад , вправо- влево с хлопками, перекрещивании прямых рук над головой, поворотах с хлопками, движениях «дразнилки», «папуасики», боковых шагах со взмахами над головой и т.д. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Русский хоровод» - массовый танец с использованием основных элементов русского танца. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

Импровизация 4часа

Теория 1час

Что такое импровизация? Для чего она нужна? Как можно научиться импровизировать? Зависимость импровизации от характера музыки

Практика 3 часа

Движение в различных образах: добрый котенок, злая кошка; цирковая лошадка, усталая лошадка; веселый барабанщик, бедный шарманщик.

Спортивные этюды: пловцы, конькобежцы.

Игра «Дрессировщик и обезьянки».

Подготовка к концертам 8часов

Теория 1час

Понятия: зрительный зал, кулисы, сцена, поклон, уход со сцены и т.д.

Практика 7 часов

Репетиция на сцене концертных номеров.

Воспитательные беседы 8 часов

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу II года обучения дети должны:

различать особенности музыки польки, маршевой и вальсовой музыки;

уметь технически верно выполнять разученные упражнения классического танца;

иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру (партнерше);

уметь ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных направлениях.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

Наблюдения, беседы, анализ выступлений, создание проблемных ситуаций, тестовые игры.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Ритм, такт, контрастная музыка, колонна, шеренга, круг, сужение круга, расширение круга, поклон, реверанс, выворотность, позиции рук и ног, шаг на полупальцах, подскоки, маршировка, галоп, приставка, присядка, проходка, вращение, хоровод.

Начальный этап (III год обучения)

ЦЕЛЬ ОБУЧЕНИЯ

Формировать интерес и любовь к танцевальному искусству, способствуя общему и творческому развитию личности, подготовке к активной социальной жизни, основанной на общечеловеческих ценностях.

ЗАДАЧИ

1.**Мотивационные**

-создавать благоприятную, комфортную, доброжелательную атмосферу сотрудничества, ситуацию успеха, заинтересованности, увлеченности.

- повышать мотивацию к познанию и творчеству.

-поощрять увлеченность и положительное отношение к занятиям.

2. **Обучающие**

-совершенствовать знания, умения, навыки по предмету.

-научить выразительному исполнению,

-учить импровизации,

-учить ориентироваться в зале, дать понятие о направлении движения (по линии танца, против линии танца),

-учить применять знания и навыки в различных жизненных ситуациях,

-учить различать музыкальные размеры (марша 4/4, польки 2/4, вальса 3/4)

3. **Познавательные**

-приобщать детей к народной культуре и творчеству.

-дать сведения об истории происхождения вальса и польки.

12.Развивающие

-развивать навыки общения и коммуникативности,

-добиваться осмысленного восприятия произведения танцевального искусства

-развивать фантазию, воображение, творческую индивидуальность.

13.Социально-педагогические

-формировать осознание морально- нравственных ценностей

-приобщать к духовным и культурным традициям народов мира.

-заложить основы культуры общения, толерантности.

14.Эстетико-этические

-способствовать формированию художественного вкуса, способности чувствовать красоту и гармонию в искусстве и эстетически их оценивать.

-научить эмоционально исполнять репертуарные танцы.

15.Оздоровительные

-способствовать укреплению и совершенствованию физического и духовного здоровья,

-воспитывать потребность в ЗОЖ.

-дать знания в области гигиены, самоконтроля физического здоровья и охраны жизни.

-способствовать оздоровлению эмоциональной сферы.

Введение 2 часа

Практика 2 часа

Встреча педагога с детьми, запись, уточнение расписания. Беседа о каникулах, о достижениях предыдущего года, о планах на новый учебный год.

Вводное занятие 2 часа

Теория 1 час

Инструктаж по ПДД и ТБ.

Практика 1 час

Игры на сплочение коллектива «Почта», «Общий рассказ », «Сбор рукопожатий», «Печатная машинка», «Скала», «Гусеница», «Шеренга». Тест на эмоциональный настрой «Какой цвет я выбираю».

Элементы музыкальной грамоты 12 часов

Теория 2часа

Музыкальный размер : 4/4, 2/4, 3/4 . Такт и затакт. Характер музыки. Марш. Полька. Вальс.

Особенности танцевальных мелодий русских танцев. Музыка в стиле «диско»

Практика 10 часов

Прослушивание русских народных и современных мелодий в исполнении разных музыкальных коллективов на различных музыкальных инструментах. Анализ прослушанной музыки, выявление характерных особенностей Прослушивание и анализ маршевой музыки . Прослушивание и анализ вальса и польки. Прослушивание и анализ музыки в стиле «диско».

Танцевальная азбука 20часов

Теория 2 часа

История возникновения вальса.

Разнообразие форм, сюжетов и композиционных построений русского танца.

Сведения о польке.

Практика 18 часов

Элементы классического танца

Повторение пройденного во II год обучения.

Выдвижение ноги (батман тандю) назад из 1-ой позиции. Выдвижение ноги с полуприседанием (батман тандю деми плие) из 1-ой позиции вперед и в сторону.

Деми рон де жамб вперед и в сторону.

Движение рук (пор де бра) из подготовительного положения в 1-ю, 3-ю, 1-ю и снова подготовительную позицию.

Характерные движения русских танцев: раскрывание рук, шаг с притопом, припадания, припадания в повороте, поворот с притопом. Положение рук: «приглашение», «свеча».

Элементы фигурного вальса: балансе вправо-влево, вперед-назад, вальсовая дорожка, лодочка, до-за-до, променад.

Элементы танцев в стиле «диско»:боковой приставной шаг, переступание, шаг-притоп, переменный шаг, открытое шассе.

Элементы польки: основной шаг, подскоки, повороты в подскоках, галоп и т.д.

Постановка и разучивание танцев 80 часов

Теория 2 часа

Использование элементов русского народного танца в современной эстрадной хореографии.

Использование маршевых элементов в современной эстрадной хореографии.

Сочетание элементов польки и движения в стиле диско.

Использование элементов исторических бальных танцев в современной эстрадной хореографии.

Практика 78 часов

«Вару-вару» - парный танец, построенный на боковом ходе в сторону, поворотах, отведении ноги вперед на носок, в сторону на каблук, хлопках в ладоши. Хореография В. Калнынь.

«Сударушка» - парный танец, построенный на тройном ходе с ударом, боковых шагах, шаге-каблук, раскрывании и закрывании рук, движении «свеча» и т.д. Хореография Л. Тарасова. В некоторых группах этот танец можно заменить танцем «Русский лерический».

«Фигурный вальс» - парный танец, построенный на элементах вальса. В группах, где нет мальчиков, вместо «Фигурного вальса» ставится «Вальс фантазия». Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Гусары» - парный танец, построенный на элементах фигурного вальса, маршевых шагах, проходках, перестроениях и поклонах. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Робинзон» - массовый танец, построенный на элементах танцев в стиле «диско»: «папуасики», «дразнилки», шаги с пружинкой и т.д. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Полька» - парный танец, построенный на элементах чешской польки.

«Грибная тусовка» - массовый танец, построенный на элементах польки, танцев в стиле «диско», маршевых шагах, проходках и перестроениях. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

Импровизация 4 часа

Теория 1 час

Выразительная пластика. Движения, помогающие улучшить пластику.

Практика 3 часа

Кружатся и падают осенние листья, снежинки и т.д.

Крадущийся шаг (лисичка, охотник).

Оправдай позу. Зеркало- обезьянка.

Шаг с приставкой в образах Чебурашки, солдатиков, кукол, папуасиков.

Подготовка к концертам 8часов

Теория 1час

Понятия: зрительный зал, кулисы, сцена, поклон, уход со сцены и т.д.

Практика 7 часов

Репетиция на сцене концертных номеров.

Воспитательные беседы 8 часов

Итоговое занятие – концерт 2 часа

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу III года обучения дети должны:

знать историю происхождения вальса, польки;

различать музыкальные размеры –марша 4/4, польки 2/4, вальса 3/4;

уметь ориентироваться в зале, знать направления движения (по линии танца, против линии танца);

уметь правильно выполнять элементы классического танца II-го и III года обучения;

уметь технически правильно, эмоционально выразительно исполнять разученные танцы.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

Наблюдения, беседы, анализ выступлений, тестирование, решение кроссвордов.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Такт и затакт, марш, полька, вальс, диско, музыкальный размер, по линии танца, против линии танца, припадания, балансе, вальсовая дорожка, променад, туры вальса, исторические бальные танцы.

Базовый этап (IV– ый год обучения)

ЦЕЛЬ ОБУЧЕНИЯ

Развивать устойчивый интерес и любовь к танцевальному искусству, способствуя общему и творческому развитию личности.

ЗАДАЧИ

1. Обучающие

-дать сведения об истории происхождения вальса;

- дать понятие о характерных особенностях русских, башкирских танцев;

-учить импровизации;

-учить ориентироваться в зале, дать понятие о направлении движения (по линии танца, против линии танца);

-учить различать музыкальные размеры (марша 4/4, польки 2/4, вальса 3/4);

-научить выразительному исполнению разученных танцев.

2.Развивающие

-добиваться осмысленного восприятия произведения танцевального искусства;

-способствовать формированию художественного вкуса, способности чувствовать красоту и гармонию в искусстве и эстетически их оценивать.

- способствовать расширению словарного запаса, обогащению речи образными народными выражениями.

-развивать фантазию, воображение, творческую индивидуальность.

3.Воспитательные

-развивать навыки общения и коммуникативности;

-приобщать детей к народной культуре и творчеству через знакомство с традиционными обрядами (святки, встреча весны) и танцами родного края.

-формировать осознание морально- нравственных ценностей

-приобщать к духовным и культурным традициям народов мира.

3.Оздоровительные

-способствовать укреплению и совершенствованию физического и духовного здоровья,

-воспитывать потребность в ЗОЖ.

-дать знания в области гигиены, самоконтроля физического здоровья и охраны жизни.

-способствовать оздоровлению эмоциональной сферы.

Введение 2 часа

Практика 2 часа

Встреча педагога с детьми, запись, уточнение расписания. Беседа о каникулах, о достижениях предыдущего года, о планах на новый учебный год.

Вводное занятие 2 часа

Теория 1 час

Инструктаж по ПДД и ТБ.

Практика 1 час

Игры на сплочение коллектива «Вопрос – ответ », «Общий рассказ », , «Печатная машинка», «Шеренга». Тест на эмоциональный настрой «Какой цвет я выбираю».

Элементы музыкальной грамоты 10 часов

Теория 2 часа

Музыка латиноамериканских танцев.

Музыка башкирских танцев.

Музыка восточных танцев.

Танцевальные мелодии в стиле «диско»: Хип-хоп.

Музыка русских танцев.

Практика 8 часов

Прослушивание и определение характера и музыкальных особенностей ковбойских танцев.

Прослушивание и анализ башкирских танцевальных мелодий.

Прослушивание и анализ русских танцевальных мелодий.

Прослушивание и анализ танцевальных мелодий в стиле «диско».

Прослушивание и анализ восточных мелодий.

Танцевальная азбука 16 часов

Теория 2 часа

Характерные особенности башкирских народных танцев: лиризм, пластичность рук, плавность движений.

Характерные особенности ковбойских танцев. Кантри-полька.

Характерные особенности восточных танцев: пластичность рук, движений бедрами, работа шеи и головы и т.д.

Характерные особенности русских народных танцев.

История происхождения стиля хип-хоп

Практика 14 часов

Элементы классического танца.

Повторение пройденного II и III год обучения. Выдвижение ноги (батман тандю) из 3-й позиции. Выдвижение ноги с полуприседанием (батман тандю, деми плие) из 3-й позиции. Деми рон де жамб в сторону, назад. Подъем на полупальцы (релеве) в сочетании с полуприседанием (деми плие). Прыжки на двух ногах (тан леве сотэ) по 6-й и 1-й полувыворотной позиции. Маленький бросок ноги (батман тандю жете) на «раз».

Характерные движения кантри-польки: галоп в паре, выброс ноги на пятку в стороны и тд.

Характерные движения башкирских народных танцев: переменный ход, боковой ход, дробь с притопом, ход с полупальцев, простой дробный ход, повороты.

Движения рук в башкирском танце: щелчки пальцами, трепетание рук и т.д.

Движения русских народных танцев : «маятник», «веревочка», выброс ноги, проходка и т.д.

Движения восточных танцев: скольжение головы вправо-влево, маятник бедрами, вращение плечами вперед-назад и т.д.

Характерные движения в стиле хип-хоп: основной шаг вперед и назад, фронтальный шаг, основной шаг с повтором вперед, переход, переход с повтором назад, шаг с прыжком, прямой шаг.

Постановка и разучивание танцев 80 часов

Теория 4 часа

Использование движений башкирских народных танцев в современной хореографии.

Использование движений русского народного танца в современной хореографии.

Использование движений восточного танца в современной хореографии.

Практика 76 часов

«Коляда» - стилизованный, массовый танец с использованием элементов русских танцев. Разучивается упрощенный вариант. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Ковбой» - массовый танец с использованием элементов кантри-польки. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Башкирочка»- парный танец, построенный на стилизованных элементах башкирского народного танца. В группах, где нет мальчиков, вместо парного танца ставится массовый танец для девочек. Композиция Исламовой Р.Х.

«Вальс Победы»- массовый танец, построенный на элементах вальса, хоровода. Посвящен Дню Победы. Исполняется под мелодию песни «Майский вальс». Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Восточная сказка» - массовый танец с использованием элементов восточного танца и танцев в стиле «диско». Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Пестрая компания» - массовый диско-танец. Исполняется под песню «Крези фрог». Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Чунга-чанга на новый лад» » - массовый диско-танец. Исполняется под песню «Чунга-чанга» в современной аранжировке. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Морячка» - усложненный вариант танца, разученного во II– ой год обучения. Усложняются рисунок и композиция танца, добавляются движения мальчиков (присядка, крутилка), движения девочек (маятник, вращение), «ковырялочка». Авторская композиция Исламовой Р.Х.

Импровизация 8 часов

Теория 1 час

Выразительная пластика. Движения, помогающие улучшить пластику.

Практика 7 часов

а) Массовая импровизация «Цирк»: клоуны, канатоходцы, жонглеры, дрессированные тигры, обезьянки, лошади.

б) Спортивные этюды: играем в волейбол, плывем на байдарке, первый раз на коньках.

Подготовка к концертам 12часов

Практика 12 часов

Репетиция на сцене концертных номеров.

Воспитательные беседы 6 часов

Итоговое занятие – концерт 2 часа

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу IV– ого года обучения дети должны:

уметь правильно выполнять элементы классического танца II– ого, III– его и IV– ого годов обучения, знать их названия;

знать характерные особенности русских, башкирских, восточных и латиноамериканских танцев;

уметь технически правильно, эмоционально выразительно исполнять разученные танцы;

уметь ориентироваться в зале, знать направления движения (по линии танца, против линии танца, к центру, из центра, по диагонали);

уметь в движении и пластике показать образы одушевленных и неодушевленных предметов.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

Наблюдения, беседы, анализ выступлений, тестирование, решение кроссвордов.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Базовый этап (V– ый год обучения)

ЦЕЛЬ ОБУЧЕНИЯ

Способствовать дальнейшему творческому развитию личности, вовлекая в самостоятельную работу, импровизацию.

ЗАДАЧИ

1. Обучающие

- дать понятие о характерных особенностях русских, башкирских, татарских, восточных и латиноамериканских танцев;
- дать понятие о направлениях движения (к центру, из центра, по диагонали);
- научить самостоятельно связывать несколько элементов в несложную композицию;
-научить свободно импровизировать под современные мелодии в стиле диско;
-совершенствовать знания, умения, навыки по предмету;
-научить выразительному исполнению разученных танцев.

2.Развивающие

-способствовать развитию творческого потенциала;
-развивать потребность к самообразованию, активному освоению танцевального искусства;
-добиваться осмысленного восприятия произведения танцевального искусства;
-формировать опыт эмоционального и сознательного отношения к своей творческой деятельности,
-воспитывать стремление к самоконтролю и саморазвитию;
-развивать фантазию, воображение, творческую индивидуальность.

3.Воспитательные

-формировать осознание морально- нравственных ценностей;
-развивать навыки общения и коммуникативности;
-воспитывать способность к сознательному систематическому труду, к самостоятельной работе над танцевальным образом, техникой, выразительностью;
-приобщать к духовным и культурным традициям народов мира.

4.Оздоровительные

-способствовать укреплению физического и духовного здоровья;

-воспитывать потребность к самосовершенствованию физического здоровья;

-воспитывать потребность в ЗОЖ;

-расширить знания в области гигиены, самоконтроля физического здоровья и охраны жизни;

-способствовать оздоровлению эмоциональной сферы.

Введение 2 часа

Практика 2 часа

Встреча педагога с детьми, запись, уточнение расписания. Беседа о каникулах, о достижениях предыдущего года, о планах на новый учебный год.

Вводное занятие 2 часа

Теория 1 час

Инструктаж по ПДД и ТБ.

Практика 1 час

Игры на сплочение коллектива «Вопрос – ответ », «Общий рассказ », , «Печатная машинка», «Шеренга».

Элементы музыкальной грамоты 8 часов

Теория 1 час

Сведения о музыке латиноамериканских танцев, их народном происхождении. Особенности ритмического построения танца чарльстон, его эмоциональная окраска. Особенности мелодий в стиле самбы. Аранжировка танцевальной музыки, мера звучности, ритмическое разнообразие.

Музыка восточных танцев.

Расширение знаний о мелодике русских танцев. Стилизованные мелодии.

Расширение знаний о мелодике вальса.

Расширение знаний о маршевой музыке.

Практика 7 часов

Прослушивание и определение музыкального размера, особенностей танцевальных мелодий в стиле Чарльстон.

Выбор музыки для исполнения танца.

Прослушивание и анализ музыкальных особенностей восточных танцев. Оценка прослушанной музыки с точки зрения критериев художественности.

Прослушивание стилизованных русских мелодий, танцевальных русских мелодий в современной обработке. Выбор музыки для исполнения танца.

Прослушивание и анализ музыки в стиле самбы.

Танцевальная азбука 16 часов

Теория 2 часа

История возникновения Чарльстона.

Расширение знаний о направлениях и стилях современного танца.

Использование элементов русского танца в современной хореографии.

Расширение знаний о русском народном танце. Виды русского народного танца: хороводы, кадрили, парные танцы, переплясы.

Практика 14 часов

Элементы классического танца.

Все элементы, пройденные в предыдущие годы обучения. Батман тандю симпль, батман тандю жете вперед и в сторону (из-за такта) из 1-й позиции. Батман тандю сутеню вперед и сторону. Рон де жамб пар тэр, ан деор и ан дедан – слитно. Эпольман – (поза с поворотом плеч), круазе, эффасе, 2-е пор де бра. Прыжки по 1-й и 3-й позициям.

Характерные движения Чарльстона: пружинка, проходка, боковая проходка, проходка вперед-назад, выброс ноги в сторону, кик, основное движение на месте, с шагом вперед, назад и в стороны, поступательный ход.

Характерные движения в стиле самбы: Виск направо и налево, ход в променаде, поступательный ход, основной ход, боковой самба-ход, ход на месте и т.д.

Характерные движения в стиле хип-хоп: скользящий шаг, лунная походка. Повороты: жесткий поворот, поворот в движении, мягкий поворот. Простейшие элементы в стиле брейк. Элементы в стиле РЭП.

Характерные движения восточных танцев: восьмерка бедрами, проходка, волна и т.д.

Сочетание элементов восточного танца с элементами диско.

Танцевальные движения под маршевую музыку: повороты, разведение пяток, проходка, маршировка на месте с выведением одной ноги вперед на пятку, маршировка с поворотами на «до»

Сочетание вальсовых движений с элементами башкирского танца.

Сочетание элементов русского танца с элементами диско.

Постановка и разучивание танцев 80 часов

Теория 4 часа

Использование движений башкирских народных танцев в современной хореографии.

Использование движений русского народного танца в современной хореографии.

Использование движений восточного танца в современной хореографии.

Использование движений исторических бальных танцев в современной хореографии

Использование традиционных маршевых движений в современной хореографии

Практика 76 часов

«Поцелуй востока» - массовый танец на основе элементов восточных танцев и элементов танца в стиле диско. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Чарльстон» - массовый танец с использованием тросточек. Построен на характерных элементах чарльстона. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Коляда» - массовый танец, построенный на элементах русского народного танца, элементах в стиле диско. Разучивается усложненная по сравнению с предыдущим годом композиция. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Девушки – гусары» - массовый танец для девочек, построенный на маршевых шагах, поворотах, перестроениях. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Наша дискотека», «В стиле РЭП» - современные танцы в стиле диско, хип-хоп, РЭП, в постановке которых принимают участие учащиеся.

«Уфимский вальс» - парный (в группах, где есть мальчики) или массовый танец, построенный на элементах фигурного вальса в сочетании с элементами башкирского танца. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Комбат» - массовый танец патриотического характера, исполняемый под песню группы «Любэ», построенный на маршевых шагах, перестроениях, поворотах, элементах классического танца. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Фиеста» - массовый танец, построенный на элементах самбы, с использованием самодельных маракасов. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

Импровизация 10 часов

Теория 1 час

Выразительность, эмоциональность, пластика. Жесты и мимика, помогающие выразить определенный образ. Движения, помогающие улучшить пластику.

Практика 9 часов

Этюд на заданную тему. «Цветок». Экспозиция: радость жизни, встреча со злом, обновление, торжество добра.

Свободная импровизация на современные мелодии в стиле диско.

Самостоятельное составление композиции из элементов диско.

Подготовка к концертам 12часов

Практика 12 часов

Репетиция на сцене концертных номеров.

Воспитательные беседы 6 часов

Итоговое занятие – концерт 2 часа

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу V– ого года обучения дети должны:

уметь правильно выполнять элементы классического танца II– ого, III– его , IV– ого и V– ого годов обучения, знать их названия;

знать характерные особенности русских, башкирских, восточных и латиноамериканских танцев;

уметь технически правильно, эмоционально выразительно исполнять разученные танцы;

уметь ориентироваться в зале, знать направления движения (по линии танца, против линии танца, к центру, из центра, по диагонали);

уметь самостоятельно связывать несколько элементов в несложную композицию;

уметь свободно импровизировать под современные мелодии в стиле диско.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

Наблюдения, беседы, анализ выступлений, тестирование, решение кроссвордов.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Этап совершенствования (VI– ый год обучения)

ЦЕЛЬ ОБУЧЕНИЯ

Способствовать дальнейшему творческому развитию личности, вовлекая в самостоятельную работу, импровизацию.

ЗАДАЧИ

1. Обучающие

- дать понятие о характерных особенностях русских, башкирских, татарских, восточных и латиноамериканских танцев;
- дать понятие о направлениях движения (к центру, из центра, по диагонали);
- научить самостоятельно связывать несколько элементов в несложную композицию;
-научить свободно импровизировать под современные мелодии в стиле диско;
-совершенствовать знания, умения, навыки по предмету;
-научить выразительному исполнению разученных танцев.

2.Развивающие

-способствовать развитию творческого потенциала;

-развивать потребность к самообразованию, активному освоению танцевального искусства;

-добиваться осмысленного восприятия произведения танцевального искусства;

-формировать опыт эмоционального и сознательного отношения к своей творческой деятельности,

-воспитывать стремление к самоконтролю и саморазвитию;

-развивать фантазию, воображение, творческую индивидуальность.

3.Воспитательные

-формировать осознание морально- нравственных ценностей;

-развивать навыки общения и коммуникативности;

-воспитывать способность к сознательному систематическому труду, к самостоятельной работе над танцевальным образом, техникой, выразительностью;

-приобщать к духовным и культурным традициям народов мира.

4.Оздоровительные

-способствовать укреплению физического и духовного здоровья;

-воспитывать потребность к самосовершенствованию физического здоровья;

-воспитывать потребность в ЗОЖ;

-расширить знания в области гигиены, самоконтроля физического здоровья и охраны жизни;

-способствовать оздоровлению эмоциональной сферы.

Введение 2 часа

Практика 2 часа

Встреча педагога с детьми, запись, уточнение расписания. Беседа о каникулах, о достижениях предыдущего года, о планах на новый учебный год.

Вводное занятие 2 часа

Теория 1 час

Инструктаж по ПДД и ТБ.

Практика 1 час

Игры на сплочение коллектива «Вопрос – ответ », «Общий рассказ », , «Печатная машинка», «Шеренга».

Элементы музыкальной грамоты 5 часов

Теория 1 час

Сведения о музыке латиноамериканских танцев, их народном происхождении. Особенности мелодий в стиле самбы. Аранжировка танцевальной музыки, мера звучности, ритмическое разнообразие.

Особенности ритмического построения испанских танцев, их эмоциональная окраска.

Музыка восточных танцев. Стилизованные мелодии.

Расширение знаний о мелодике русских танцев. Стилизованные мелодии.

Расширение знаний о мелодике башкирских танцев.

Сведения о мелодике цыганских танцев.

Расширение знаний о маршевой музыке.

Практика 4 часа

Прослушивание и определение музыкального размера, особенностей танцевальных испанских мелодий. Выбор музыки для исполнения танца.

Прослушивание и анализ музыкальных особенностей восточных мелодий. Оценка прослушанной музыки с точки зрения критериев художественности.

Прослушивание стилизованных русских мелодий, танцевальных русских мелодий в современной обработке. Выбор музыки для исполнения танца.

Прослушивание и анализ мелодий в стиле самбы.

Прослушивание и анализ музыкальных особенностей цыганских танцев. Оценка прослушанной музыки с точки зрения критериев художественности. Выбор музыки для исполнения танца.

Прослушивание и анализ мелодии танца «Бурзяночка».

Прослушивание и анализ музыкальных особенностей современных мелодий. Оценка прослушанной музыки с точки зрения критериев художественности. Выбор музыки для исполнения танца.

Танцевальная азбука 10 часов

Теория 2часа

Расширение знаний о направлениях и стилях современного танца.

Использование элементов русского танца в современной хореографии.

Расширение знаний о русском народном танце. Виды русского народного танца: хороводы, кадрили, парные танцы, переплясы.

Расширение знаний о башкирском народном танце. Классика башкирского танца. Известные постановщики и исполнители башкирского танца.

Стиль флэш (вспышка). Флэш - наследник диско с примесью элементов брейк и хип-хоп, популярный стиль конца 80–х - начала 90-х годов.

Практика 8 часов

Элементы классического танца.

Все элементы, пройденные в предыдущие годы обучения, в более подвижном темпе. Сочетаются движения батман тандю симпль, деми рон де жамб, батман тандю пассе пар тер, батман тандю жете. Батман тандю пассе пар тер с деми плие. Пор де бра в ритме адажио. Прыжки тан леве соте по 1-й и 3-й позициям, шанжман де пье.

Характерные движения испанских танцев.

Положение рук: на бедрах, наверху и т.д.

Положение пальцев: кисть – «веер», « бутон цветка» и т.д.

Положение ног выворотное.

Ходы:

а) удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении

б) удлиненный шаг вперед на всю стопу в прямом положении в полуприседании, с последующими двумя переступаниями по 1-й прямой позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами (с продвижением вперед)

Соскоки:

а) в 1-й прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание.

б) в 1-ую, 4-ую прямые и 5-ую свободную позиции на полупальцы в полуприседание.

Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й свободной позиции в полуприседании (па балансе) со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками.

Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъемом на полупальцы в 5-ую открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседание (па глиссад)

Запатеадо – поочередные выстукивания полупальцами и каблуками по 1-й прямой позиции:

а) удар одной ногой, полупальцами или всей стопой, с последующими ударами другой ногой каблуком и полупальцами;

б) шаг по диагонали вперед или назад с последующим одним или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 5-й свободной позиции сзади или спереди.

Опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса.

Движения рук (пор де бра) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперед.

Характерные движения танцев в стиле самбы.

Виск направо и налево, ход в променаде, поступательный ход, основной ход, боковой самба-ход, ход на месте, пружинящие движения, бото фога, корта джака, соло повороты, маятниковые движения корпуса и т.д.

Характерные движения восточных танцев.

Положения рук: Звезда, Кувшин, Цветок лотоса.

Упражнения, развивающие пластику рук: Веер, Бабочка, Волна рукой (свеча)

Упражнения бедрами: Маятник (верхний, нижний), круг бедрами, Восьмерка, Гриб, Луна, Удары диафрагмой (сандермак), Восьмерка с выносом ноги.

Скольжение головы вперед-назад, вправо-влево, квадрат.

Вращение плечами вперед-назад. Тряска на одну ногу. Тряска бедрами. Тунис купе. Тунис на одно бедро. Проходка. Египетская тряска.

Характерные движения цыганского танца.

Положение рук. Переменный ход. Хлопки. Движение плечами, тряска. Положение головы. Прыжки. Проходка с юбкой. Партер (движения на полу): круг по полу, юбка раскрыта подобно вееру. Быстрые вращения на месте.

Характерные движения в стиле джаз-стрит: перекрестный джаз-стрит, джаз-стрит с переступанием, прямой джаз-стрит, джаз-стрит с заносом ноги, с двойным заносом ноги.

Характерные движения в стиле флэш: основной шаг, шаг с прыжком, шаг с заносом ноги, с двойным заносом ноги, двойная смена ног, отшаг, двойной отшаг, крест, полумесяц, полушпагат с подъемом, прогиб назад с опорой на руку и подъем.

Сочетание элементов русского танца с элементами диско.

Постановка и разучивание танцев 84 часов

Теория 2 часа

Использование движений башкирских народных танцев в современной хореографии.

Использование движений русского народного танца в современной хореографии.

Использование движений восточного танца в современной хореографии.

Использование традиционных маршевых движений в современной хореографии

Благородство осанки исполнителя испанского танца. Значение правильных движений рук, головы, корпуса в передаче образа величавой и гордой испанки.

Практика 82 часа

«Бурзяночка» - сольный танец (3 человека). Классика башкирского танцевального искусства.

«Кострома» - массовый танец с использованием движений русского танца, элементов в стиле диско, акробатических движений. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Восточные красавицы» - массовый танец с использованием элементов арабских и турецких танцев. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Цыганочка» - массовый танец с использованием характерных цыганских элементов. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Наш стиль» - массовый танец в стиле диско, в постановке которого принимают непосредственное участие учащиеся.

«Девушки со шляпами» - сольный танец в современных ритмах с использованием предметов (шляпы, стулья), акробатических элементов. В постановке танца принимают непосредственное участие учащиеся.

«Испанский»- массовый танец с использованием характерных испанских танцевальных движений. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Каждый хочет любить» - массовый танец патриотического характера в современных ритмах, построенный на элементах танцев в стиле диско, акробатических элементов, маршевых шагах и перестроениях. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«В ритме самбы» - массовый танец, построенный на характерных элементах самбы. Авторская композиция Исламовой Р.Х..

Импровизация 15 часов

Теория 3 часа

Выразительность, эмоциональность, пластика. Жесты и мимика, помогающие выразить определенный образ. Движения, помогающие улучшить пластику.

Практика 12 часов

Ритмическая игра «Эхо». Музыка русская народная. Задающий движение ученик должен выразить характер музыки движением ног. Исполняющие задание ученики должны быстро и правильно его скопировать, как бы откликаясь на него, как эхо. Движения могут повторяться несколько раз.

Упражнение «Вопрос-ответ», типа перепляса. Музыка народная. Ученикам предлагается встать друг против друга, затем исполнить импровизацию. Один ученик задает ритмический рисунок – вопрос, другой отвечает движением. Движения: переступания, притопы.

Свободная импровизация на современные мелодии в стиле диско.

Самостоятельное составление композиции из элементов диско.

Этюды с предметами (шляпы, стул).

Подготовка к концертам 12часов

Практика 12 часов

Репетиция на сцене концертных номеров.

Воспитательные беседы 6 часов

Стажерская работа 4 часа

Теория 1 час

Основные этапы занятий. Типы занятий.

Практика 3 часа

Подготовка к проведению самостоятельных занятий. Разработка планов и конспектов занятий. Апробирование этих разработок.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу VI– ого года обучения дети должны:

уметь правильно выполнять элементы классического танца II– ого, III– его , IV– ого ,V– ого, VI– ого годов обучения, знать их названия;

знать характерные особенности русских, башкирских, восточных, латиноамериканских , испанских, цыганских и современных танцев;

уметь технически правильно, эмоционально выразительно исполнять разученные танцы;

уметь ориентироваться в зале, знать направления движения (по линии танца, против линии танца, к центру, из центра, по диагонали);

уметь самостоятельно связывать несколько элементов в несложную композицию;

уметь свободно импровизировать под современные мелодии в стиле диско;

знать основные этапы занятия;

иметь элементарные навыки в проведении танцевального занятия.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

Наблюдения, беседы, анализ выступлений, тестирование, решение кроссвордов.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Этап начальной профессиональной подготовки (VII– ой год обучения)

ЦЕЛЬ ОБУЧЕНИЯ

Способствовать профессиональному самоопределению, подготовке к активной социальной жизни, основанной на общечеловеческих ценностях.

ЗАДАЧИ

1. Обучающие

-дать понятие о характерных особенностях еврейских, греческих и аргентинских танцев;

-расширить понятие о мелодике и своеобразии башкирских, татарских, русских, цыганских и испанских танцев;

- научить свободно импровизировать под национальные мелодии;

- научить самостоятельно связывать элементы известных танцев в несложную авторскую композицию;

- учить применять знания и навыки в различных жизненных ситуациях;

- научить передавать свой опыт, знания, умения, навыки учащимся младших групп;

- подготовить к проведению самостоятельных занятий;

- научить разрабатывать планы и конспекты занятий;

- совершенствовать знания, умения, навыки по предмету;

- научить выразительному исполнению разученных танцев;

- совершенствовать навыки анализа и самоанализа;

-дать знания о профессиях, связанных с искусством, педагогикой.

2.Развивающие

-способствовать развитию творческого потенциала;

-воспитывать способность к сознательному систематическому труду, к самостоятельной работе над танцевальным образом, техникой, выразительностью,

-добиваться осмысленного восприятия произведения танцевального искусства;

-воспитывать стремление к самоконтролю и саморазвитию;

-развивать фантазию, воображение, творческую индивидуальность.

3.Воспитательные

-формировать осознание морально- нравственных ценностей;

-формировать опыт эмоционального и сознательного отношения к своей творческой деятельности

-развивать навыки общения и коммуникативности;

-заложить основы культуры общения, толерантности;

-способствовать формированию активной жизненной позиции;

-подготовить к сознательному выбору своего места в жизни.

4.Оздоровительные

-способствовать укреплению и совершенствованию физического и духовного здоровья;

-привлекать к пропаганде ЗОЖ;

-расширить знания в области гигиены, самоконтроля физического здоровья и охраны жизни;

-способствовать оздоровлению эмоциональной сферы.

Введение 2 часа

Практика 2 часа

Встреча педагога с детьми, запись, уточнение расписания. Беседа о каникулах, о достижениях предыдущего года, о планах на новый учебный год.

Вводное занятие 2 часа

Теория 1 час

Инструктаж по ПДД и ТБ.

Практика 1 час

Тесты на знание ПДД и ТБ.

Элементы музыкальной грамоты 5 часов

Теория 1 час

Расширение знаний о мелодике русских, башкирских, цыганских, испанских танцев. Аранжировка танцевальной музыки, мера звучности, ритмическое разнообразие.

Музыка венгерских танцев.

Музыка татарских танцев.

Стаккатированный характер ритма танго.

Практика 4 часа

Прослушивание и определение музыкального размера, особенностей танцевальных венгерских мелодий. Выбор музыки для исполнения танца.

Прослушивание и анализ музыкальных особенностей татарских мелодий Оценка прослушанной музыки с точки зрения критериев художественности.

Прослушивание и анализ музыкальных особенностей цыганских танцев. Оценка прослушанной музыки с точки зрения критериев художественности. Выбор музыки для исполнения танца.

Прослушивание и анализ мелодии танго. Выбор музыки для исполнения танца.

Прослушивание и анализ музыкальных особенностей современных мелодий. Оценка прослушанной музыки с точки зрения критериев художественности. Выбор музыки для исполнения танца.

Танцевальная азбука 10 часов

Теория 2 часа

Расширение знаний о направлениях и стилях современного танца.

Расширение знаний о русском народном танце. Кадриль, перепляс –виды русского танца. Различные по сюжету русские танцы : лирические, игровые, веселые, удалые.

Расширение знаний о башкирском народном танце. Классика башкирского танца. Известные постановщики и исполнители башкирского танца.

Лирические, медленные и подвижные татарские танцы. Использование элементов татарского танца в современной хореографии.

Характерные особенности венгерских танцевальных движений.

Стиль хот-топ-техник (горячее движение)

Практика 8 часов

Элементы классического танца.

К элементам классического танца, разученным ранее добавляются батман тандю их 3-й позиции в положении эпольман круазе. Деми рон де жамб в положение анфас и 2-е, 3-е, 4-е пор де бра.

Элементы венгерского танца.

«Ключ» -удар каблуками : одинарный, двойной.

Заключение (усложненный ключ): одинарное, двойное.

Шаг в сторону с двумя переступаниями (па балансе).

Перебор – три переступания на месте с отрыванием ноги на 35 градусов.

«Веревочка» на месте, с продвижением назад и в повороте.

Развертывание ноги (батман девелоп) вперед и в полуприседании:

а) с последующими шагами

б) с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.

«Голубец» :

а) простой с подгибанием ноги в сторону

б) в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.

Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции

Элементы русского танца.

«Переменный шаг»: с притопом и продвижением вперед и назад, с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.

«Девичий» ход с переступаниями.

Боковой ход. До-за-до – обязательный элемент кадрили.

«Веревочка»: простая с поочередными переступаниями;

двойная с поочередными переступаниями;

«Ковырялочка» с подскоками, с двойным и тройным притопом.

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу. Подготовка к дробям.

«Ключ»: простой на подскоках, с переступаниями.

«Ключ» сложный дробный.

«Моталочка»: в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.

Элементы испанского танца.

Переводы рук в различные положения: «каскад», «диагональ», «объятия».

Элементы фламенко.

Ритмичные выстукивания: дробный ход, стук с бедром, основной двойной стук, широкая дробь.

Позы, выпады,: поза тореро, разворот через спину, открыты выпад, закрытый выпад, выпад назад, поза на одной ноге.

Повороты: простой поворот на месте, поворот на месте винтом, вращение на месте с переступаниями («кошка ловит собственный хвост»), поворот в пространстве.

Работа с веером.

Работа с кастаньетами.

Элементы татарского танца.

Положение рук: платок-рука, фартук-рука.

Основной шаг, поочередный шаг на пятку (падебаск), припадание и т.д.

Основные элементы танго:

Танго-ход. Правый рокк-поворот. Закрытое окончание. Открытый левый поворот (партнерша сбоку). Кортэ вперед, назад. Фор стэп. Променадное звено.

Левый большой квадрат (поворот влево на кортэ по четвертям), левый развернутый квадрат, левый открытый развернутый квадрат.

Элементы цыганского танца.

Широкий ход накрест. Тряска на полупальцах. Вынос ноги накрест. Ход в сторону через приседание. Прыжки на месте с юбкой. Прыжки на месте с юбкой с платком в руках. Вариации движений с платком. Тряска плечами в прогибе. Тряска плечами в прогибе на полу (партер). Быстрые вращения на месте.

Элементы танца в стиле хот-топ-техник: двойной подъем ноги, двойной подъем ноги с поворотом, переступания, мах стопой, мах стопой с двумя прыжками назад, сдвиг на носках с заносом ноги,

Постановка и разучивание танцев 84 часа

Теория 2 часа

Использование движений башкирских народных танцев в современной хореографии. Сочетание элементов классического танца с элементами башкирского народного танца.

Использование движений русского народного танца в современной хореографии.

Благородство осанки исполнителя испанского танца. Значение правильных движений рук, головы, корпуса в передаче образа величавой и гордой испанки.

Национальные особенности венгерского танца. Сочетание медленных лирических и быстрых движений.

Национальные особенности татарского танца. Сочетание медленных лирических и быстрых движений.

Умение передать независимость, гордость, свободолюбие цыганского характера в танце с помощью движений рук, головы, корпуса.

Практика 82 часа

«Девичья кадриль»- массовый танец, построенный на традиционных движениях русской кадрили. Постановка танца…..

«Цветок курая» - массовый танец, построенный на традиционных движениях башкирского танца, элементах классического танца. Использован облегченный вариант постановки танца …….

«Шуточное танго» - сольный танец (три или четыре человека), построенный на основных элементах танго. Танец имеет шуточный характер. При исполнении втроем используется песня «Танго втроем». При исполнении двумя парами используется любая яркая мелодия танго. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Дыхание Испании» - массовый танец, построенный на традиционных движениях испанского танца. Используются элементы фламенко, работа с веером и кастаньетами. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Посвящение новобранцам» - массовый танец, построенный на элементах современного танца, акробатических движениях. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Фронтовой перепляс» - массовый сюжетный танец патриотического характера, построенный на элементах русского танца, акробатических движениях, маршевых шагах и перестроениях. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Цыганский костер» - массовый сюжетный танец, построенный на элементах цыганского танца. Авторская композиция Исламовой Р.Х.

«Венгерский» - массовый сюжетный танец, построенный на элементах венгерского танца. Постановка

«Татарский» - массовый сюжетный танец, построенный на элементах татарского танца. Постановка

Импровизация 15 часов

Теория 3 часа

Выразительность, эмоциональность, пластика. Жесты и мимика, помогающие выразить определенный образ. Движения, помогающие улучшить пластику.

Практика 12 часов

Этюды:

«Фокусник». Превратить цветок в бабочку, осенние листья в журавлей.

« Птица в свободном полете». «Коршун».

«Стебелек на ветру»

Исполнение импровизаций в характере разученных национальных танцев (башкирского, венгерского, русского, испанского, цыганского, восточного, латиноамериканского).

Движения-образы: колосья ржи, распустившийся цветок, увядающий цветок.

Свободная импровизация на современные мелодии в стиле диско.

Самостоятельное составление композиции из элементов диско.

Этюды с предметами (веер, карты, шаль).

Подготовка к концертам 12часов

Практика 12 часов

Репетиция на сцене концертных номеров.

Воспитательные беседы 6 часов

Стажерская работа 8 часов

Теория 1 час

Правила составления композиции и рисунка танца. Анализ и самоанализ занятий

Практика 7 часов

Подготовка к проведению самостоятельных занятий. Разработка планов и конспектов занятий. Апробирование этих разработок. Взаимный анализ занятий

Апробирование себя в качестве автора композиции танца. (Выбор танца и мелодии по желанию учащегося.)

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу VII– ого года обучения дети должны:

уметь правильно выполнять элементы классического танца II– ого, III– его , IV– ого ,V– ого, VI– ого, VII– ого годов обучения, знать их названия;

знать характерные особенности русских, башкирских, восточных, латиноамериканских , испанских, цыганских, татарских, венгерских, исторических бальных и современных танцев;

уметь технически правильно, эмоционально выразительно исполнять разученные танцы;

уметь ориентироваться в зале, знать направления движения (по линии танца, против линии танца, к центру, из центра, по диагонали);

уметь свободно импровизировать под национальные мелодии, современные мелодии в стиле диско.

уметь самостоятельно связывать элементы известных танцев в несложную композицию;

уметь передать свой опыт, знания, умения, навыки учащимся младших групп;

знать правила составления композиции и рисунка танца.

МЕТОДЫ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ

Наблюдения, беседы, анализ выступлений, тестирование, решение кроссвордов, участие в концертах, конкурсах, апробирование разработок и конспектов занятий, взаимный анализ проведенных занятий.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

Региональный компонент

Большое внимание в данной программе уделяется содержанию регионального компонента. Начиная с первого года обучения разучиваются русские танцы, начиная с третьего года разучиваются башкирские, татарские танцы.

Первый год обучения	«Русский танец» (детская кадриль)
Второй год обучения	«Веселый хоровод»
Третий год обучения	«Йәшләк» (Молодость), «Сударушка» («Русский лирический»)
Четвертый год обучения	«Коляда» (упрощенный вариант) «Башкирочка»
Пятый год обучения	«Буләктәр» (Подарки), «Коляда» (усложненный вариант) «Уфимский вальс»
Шестой год обучения	«Кострома» «Бурзяночка»
Седьмой год обучения и последующие годы.	«Девичья кадриль», «Цветок курая» Татарский танец «Шатлык» (Радость), «Татарский лирический танец», «Моя Россия», «Наездницы», «Венок дружбы».

Разучивание русских, башкирских, татарских танцев способствует приобщению детей к национальной культуре, расширению кругозора, воспитанию любви к Родине. Этому же способствуют воспитательные мероприятия: праздник

«Путешествие по родной республике»; викторины «Знаешь ли ты свой край»; беседы «Символика России», «Символика Республики Башкортостан»; фольклорные праздники «Встреча весны», «Капустные вечерки», «Масленица», «Святки»; «Огоньки дружбы»; беседы «В семье единой», «Салават Юлаев – батыр и поэт»; технологическая игра «Моя Родина»; спортивно- развлекательные программы «Игры народов моего края», «Русские народные игры» и т.д.

Межпредметные связи

В содержании программы прослеживается связь хореографии с другими дисциплинами.

Словесность	Словарь терминов. Овладение терминологией, понятиями по предмету, навыками словесного анализа. Применение литературных произведений , народной мудрости.
Естествознание	Прослеживание связи между природой и человеком. Физиология человека, возрастные особенности. Индивидуальные особенности.
Технология	Сведения о способах проектирования деятельности. Знания о том, как научить другого. Оптимальные способы достижения лучшего результата. Критерии качества.
Культурология	Знания по истории культуры разных стран, региона. История профессии хореографа, балетмейстера. Учебные заведения, в которых можно получить эти профессии. Истории возникновения танца.
Психология	Знания о природных задатках, способностях, темпераменте, личностных качествах, эмоционально волевой сфере. Использование диагностики.
Искусство	Понятие о жанрах, традициях. Изучение законов творчества. Чувственное и эмоциональное восприятие и передача образов. Традиционные национальные и

	стилизованные костюмы, отделка, украшения. Понятие красоты. Подготовка к представлениям результатов: к концертам, конкурсам.
Математика	Понятия: форма, пространство, симметрия, направления, диагональ, круг, полукруг, угол и т.д. Рисунок танца.
Физическая культура	Понятие о здоровом образе жизни, правилах гигиены и санитарии. Красота человеческого тела. Танцетерапия. Танец и здоровье
Социальная культура	Знание морально-нравственного кодекса, правил хорошего тона, поведения, этикета.

Литература

1. Сан ПиН
2. Андреева Ю. Танцетерапия. Москва- С.Петербург, 2005г.
3. Балет. Уроки: иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. Москва, 2004г.
4. Бернс Г. Развитие Я- концепции и воспитание. Москва, 1986 г.
5. Большакова Э.Н. Сценарии школьных праздников. С.Петербург, 2002г
6. Взаимодействие школы и семьи. Автор – составитель Цацыбин С.А. Волгоград, 2005 г.
7. Волков Б.С., Волкова Н.В. Возрастная психология. Москва, 2005г.
8. Выготский Л.С. Кризис семи лет. Собр. соч. в 6 т. Москва, 1984г. т.4.
9. Германов В.Г. Вальс. Уфа, 1999 г.
10. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов- на -Дону, 2003 г.
11. Ищук В.В., Нагибина М.И. Народные праздники. Ярославль, 2000 г.
12. Кулагина И.Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет. Москва, 1997г.
13. Кулинич Г.Г. Сценарии клубных мероприятий и общешкольных праздников. Москва, 2005г.

14 Мочалова Г.Н., Шапеева Л.К. Знакомые незнакомцы. (Игровые программы для отдыха детей младшего и среднего возраста) Йошкар-Ола, 2004 г.

15. Народные танцы. Автор – составитель Иванникова О.В. Москва, 2007г.

16. Николаева С.О. Занятия по культуре поведения с дошкольниками и младшими школьниками. Москва, 2004г.

17 Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. Москва, 1985г.

18. Полятков С.С. Основы современного танца. Ростов- на -Дону, 2005 г.

20. Праздник в подарок. Автор–составитель Локалова М.С. Ярославль, 2004г.

21 Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать. . Москва, 2004г.

22 Фольклор – музыка – театр. Под редакцией Мерзляковой С.И. Москва, 2003г.

23 Формы взаимодействия учителя с родителями в средней школе (5-8 кл.). Составитель Касаткина М.А. Волгоград, 2003 г.

24 Формы взаимодействия учителя с родителями в средней школе (9-11 кл.). Составитель Касаткина М.А. Волгоград, 2005 г.

25 Шемшурина А.И. Этика. Курс занятий в восьмом классе. . Москва, 2001г.

26 Шемшурина А.И. Этика. Курс занятий в девятом классе. . Москва, 1999г.

27 Эльконин Д.Б. Детская психология. Москва, 1999г

Литература для учащихся

1. Как принимать гостей. Автор–составитель Титкова Т. Москва, 2002г.

2. Книга для девочек. Авторы–составители Сухова Н., Ярцев В., Новосибирск, 1996 г.

3. Энциклопедия для маленьких принцесс. С.Петербург, 1996 г.

4. Энциклопедия для маленьких джентльменов. С.Петербург, 1998 г.

Литература для родителей.

1. Учителю и родителям о психологии подростка. Под редакцией Аракелова Г.Г. . Москва, 1990г

Приложение 1

БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ

Бальный танец приобрел известность благодаря проводимым балам и светским раутам монарших эпох. Это облагороженная стилизация народных парных танцев. Сейчас бальный танец является одним из видов спорта («танцевальный спорт»). Чемпионаты и соревнования по танцевальному спорту проходят в конце каждой недели во всем мире.

Бальный танец — танец, предназначенный для общественного развлечения. Исполняется парой или большим количеством участников на танцевальных вечерах или балах. Бальный танец возник в XV веке в Италии, затем распространился во Франции, которая в XVI-XVII веках стала его законодательницей. Первоначально бальный танец не имел четко установленной формы. Преобладали так называемые «низкие танцы» (бас-данс), часто в виде шествий, сопровождаемые пением танцующих или игрой на лютне, флейте, тамбурине, арфе, трубе. Через искусство жонглеров и труверов на балы проникали народные танцы, приспособлявшиеся исполнителями к чопорности и этикету двора. Обычно танцы объединялись попарно, например *эстампида* или *бас-данс с салъта-релло, павана с галъярдой, пассамеццо* с *галъярдой, курантой* или *канари.* Большой популярностью в Италии и особенно во Франции пользовались *бранлъ* и *вольта.*

В XVII веке бальный танец распространился по всей Европе. Популярными бальными танцами *стали бурре, гавот, аллеманда, чакона, жига, сарабанда.* Господствующее положение занял *менуэт.*

В XVIII веке появились новые, более свободные танцы *паспъв, мюзет, ригодон, контрданс, экосез, лендлер.* После Великой французской революции бальный танец утратил аристократически-величавый характер. Получили распространение *лансье, лендлер, мазурка, полонез, галоп, канкан, полька, полска, котильон, чардаш.*

С середины XIX века самым популярным бальным танцем стал *вальс.* В конце XIX — начале XX века значительное влияние на развитие бального танца оказали страны Северной и Южной Америки. Появились *тустеп, уан-степ, блюз, фокстрот, квикстеп, чарльстон* и другие, *затем бостон, танго,* а

после Первой мировой войны — *румба, самба.* Для современного бального танца характерна импровизация, танцующие свободно варьируют бальные па. Со второй половины XX века интерес к импровизационным танцам значительно возрос. Большинство бальных танцев 60-70-х годов — танцы свободной композиции *(твист* и другие). В начале XX века танец породил множество новых направлений и стилей: модерн, джаз, постмодерн, деми-классика, нео-балет, стритданс и новые (клубные) танцы для массового исполнения на дискотеках, вечеринках и других сборах молодежи.

Аллеманда (франц. *allemande,* буквально — «немецкая», *danse allemande* —- «немецкий танец») — старинный танец немецкого происхождения. Как бытовой и придворный танец аллеманда появилась в Англии, Франции и Нидерландах в середине XVI века. Размер двудольный, темп умеренный, мелодика плавная. Во второй половине XVIII века под на-зданием «аллеманда» распространился новый немецкий танец в быстром темпе, музыкальный размер 3/4.

Англез (франц. *anglaise, danse anglaise* — «английский танец») — общее название различных народных танцев английского происхождения в Европе XVII-XIX веков. По музыке близок к экосезу, по форме — ригодону.

Бас-данс (франц. *basse danse,* буквально — «низкий танец») — придворный танец второй половины XV — начала XVI века. Был известен во Франции, Нидерландах и Италии. Происхождение названия не вполне ясно. Размер обычно четырехдольный, темп медленный или умеренный.

Непосредственно за бас-дансом нередко следовал быстрый танец в трехдольном размере (гальярда, сальтарелло и другие).

Бостон *(boston* — по названию города Бостон в США), вальс бостон — американский салонный танец лирического, часто сентиментального характера. Разновидность медленного вальса. Музыкальный размер 3/4. Возник в конце XIX века, был популярен в Америке и Европе в 1920-х годах. Для бостона характерна пауза на третьей доле аккомпанемента. Мелодическое начало бостона преобладает над ритмическим, темп то ускоряется, то замедляется.

Бранль (франц. *branie* — «качание», «хоровод») — старинный французский танец, вначале народный, позже бальный. Был распространен во многих европейских странах под различными названиями (бран, брандо, браул). В XVI-XVII веках возникли многочисленные разновидности бранля, отличавшиеся по хореграфии, структуре, метру, ритму, темпу, в том числе «двойной бранль» *(Branie double),* «простой бранль» *(Branie simple),* «веселый бранль» *(Branie gay).* К началу XVIII века бранль исчез из танцевальной и музыкальной практики.

Бурре (франц. *bourree,* от *bourrer* — «делать неожиданные скачки») — старинный французский народный танец. Возник около середины XVI веке. В различных районах Франции бытовали бурре двудольного и трехдольного размеров с острым, часто синкопированным ритмом. С XVII века бурре — придворный танец с характерным четным размером *(alia breve),* быстрым темпом, четким ритмом, затактом в одну тактовую долю. В первой половине XVIII века бурре — один из популярных европейских танцев.

Вальс (франц. *valse,* нем. *Walzer,* от *walzen* — «кружиться в танце») — парный танец, основанный на плавном кружении в сочетании с поступательным движением, один из самых распространенных бытовых музыкальных жанров. Музыкальный размер обычно 3/4, темп умеренно быстрый. В 70-х годах XVIII века словом «вальс» называли крестьянский танец некоторых областей Южной Германии и Австрии (лен-длер), который с начала XIX века стал популярен во всех слоях общества этих стран. Особенно интенсивно развивался в Вене сначала в творчестве Штрауса-отца, а позднее его сыновей Йозефа и особенно Иоганна,

прозванного «королем вальсов». Были также распространены различные варианты французского вальса, состоявшего из трех частей различного темпа и в размере не только 3/4, но и 3/8, 6/8. Новый вид вальса — вальс-бостон, пришедший в Европу в 1920-х годов из Северной Америки (называвшийся также «английским вальсом», «медленным вальсом»). Характерные черты вальса — лиризм, изящество, пластичность в сочетании с ритмической формулой — позволяют говорить о вальсовости как о жанровом признаке.

Первое упоминание о собственно вальсе относится примерно к 1770 году. Сначала этот танец вызвал сильное сопротивление как блюстителей нравственности, так и танцмейстеров. В течение некоторого времени вальс существовал в рамках вонтрадансов, причем именно в варианте английских *country dances,* но вскоре обрел независимость и в свет, а затем и на первое место среди бальных танцев, популярных в Европе. Есть существенная разница между вальсом как танцевальной музыкой и вальсом как концертной пьесой — во втором случае вальс, как правило, значительно свободнее по темпу и сложнее по форме. Медленные вальсы типа бостон или вальсы *hesitation* (т. е. с задержкой, паузой), отличающейся менее четким ритмическим рисунком и более сложным аккомпанементом, получили распространение в Америке около 1915 года, а после Первой мировой войны также в Германии. В наши дни Венский (классический, с вращениями, на 60 тактов в минуту) и Медленный (более современный и сложный, свободной композиции, на 30 тактов в минуту) вальсы входят в программу современных спортивных бальных танцев.

• Венский вальс (6п)

• Фигурные вальсы (Зп)

- Фигурный вальс (классический)
- Вальс-миньон
- Вальс-мазурка
- Вальс-гавот
- Застенчивый вальс

• Медленные вальсы (6п)

- Английский вальс (современный медленный)
- Вальс-бостон

Музыка вальса имеет размер 3/4, в собственно танцевальных вариантах достаточно четкий и устойчивый. Она может быть быстрой (60 т/мин) — венский вальс, медленнее (40 т/мин) — фигурные вальсы и совсем медленной (30 т/мин) — бостон и современный медленный вальс. В классическом венском вальсе подразумеваются только вращения основным ходом по линии танца. Фигурные вальсы, как правило, имеют более сложную, но фиксированную схему. Медленный вальс — танец свободной композиции, при определенных навыках в нем вполне можно импровизировать.

Основной шаг (вращение) вальса может исполняться как по III позиции (фигурные, ранние варианты венского), так и поVI (современные венский и медленный). Основной ход (правое вращение) по VI позиции выглядит следующим образом:

1такт, 1четверть:из положения VI позиции (ноги вместе) лицом по диагонали в центр, по линии танца, делается широкий шаг правой ногой прямо по линии танца (то есть уже начинается поворот). Шаг идет с каблука, скользя по полу.

1такт, 2четверть: левой ногой делается шаг вперед по линии танца, продолжая вращение, так, что в результате вы оказываетесь левым боком по линии танца, смотря четко из центра, стоя ровно, вес тела находится между ног.

1такт, 3четверть: завершается вращение и движение, переходя на левую ногу, подводя к ней правую и подворачиваясь в позицию, четко противоположенную исходной (стоять прямо, VI позиция ног, лицом по диагонали из центра против линии танца). В конце движения вес переносится на правую ногу, левая освобождается.

2такт, 1четверть:из текущего положения делается широкий шаг левой ногой прямо по линии танца (для вас это будет назад). Поскольку в паре вам следует уступить дорогу, шаг делается не таким

большим, как в первом такте, и немножко в сторону из центра. Шаг идет с носка, скользя по полу.

2такт, 2четверть: правой ногой делается шаг вперед по линии танца, продолжая вращение, так, что в результате танцующий оказывается правым боком по линии танца, смотря четко в центр, стоя ровно, вес тела находится между ног.

2такт, 3четверть: завершается вращение и движение, переходя на правую ногу, подводя к ней левую и подворачиваясь в исходную позицию (стоять прямо, VI позиция ног, лицом по диагонали в центр по линии танца). В конце движения вес переносится на левую ногу, правая освобождается.

Примечание: под словами «смотря куда-либо» подразумевается положение корпуса, а не взгляд.

Движение по III позиции в целом аналогично. Положение в паре зависит от конкретного танца. Исторически оно менялось, сейчас же обычно используется то, которое наиболее удобно для партнеров.

Медленный вальс

Вальс был привезен в Соединенные Штаты в

середине 1800 годов. Темп венского вальса был достаточно быстрым, и вскоре композиторы стали писать музыку, которая была намного медленнее. От этой музыки развился новый стиль вальса, называемого Бостоном, с более медленными поворотами, и более длинным, скользящим движением. Примерно в 1874 году, в Англии, образовался очень влиятельный «Бостонский Клуб» и начал появляться новый стиль танца, английский, названный впоследствии «медленным вальсом» *(Slow Waltz).* Однако только после 1922 года этот танец станет столь же фешенебельным, как Танго. Странно, но то, что раньше пары танцевали в Вальсе Бостон, очень сильно отличается от того, что мы исполняем сейчас.

Сразу после Первой Мировой войны вальс стремительно меняется. В 1921 году было решено, что основное движение должно быть: шаг, шаг, приставка. Когда в 1922 году Виктор Сильвестр выиграл первенство, то Английская программа вальса состояла всего лишь из правого поворота, левого поворота и смены направления. В 1926-1927 годах вальс был значительно усовершенствован. Основное движение было изменено: шаг, шаг в сторону, приставка. В результате этого появилось больше возможностей для развития фигур. Они были

стандартизированы Имперским Обществом Учителей Танца (ISTD). Многие из них мы танцуем до сих пор.

Характеристики медленного вальса:

Движение: свинговое (с замахом), мягкое, плавное, по кругу, маятниковое.

Настроение: чувственное, романтическое, грустное, лирическое.

Музыкальный размер: 3/4.

Тактов в минуту: 29-30.

Акцент: на 1 удар.

Подъем и снижение: начинается подъем в конце 1, продолжается подъем на 2 и 3, снижение в конце 3.

Венский вальс

Первый Венский Вальс датирован 12-13 столетием и применен в танце под названием *«Nachtanz».* Венский Вальс пришел к нам из Баварии и назывался тогда как *«German».* Приблизительно в начале 1830 года композиторы Франц Ланнер *(Franz banner)* и Иоган Штраус *(Johann Strauss)* написали несколько очень известных сейчас вальсов нашей эры, способствуя тем самым развитию и популярности этого танца. Эти вальсы были весьма быстры, но, сделав ритм танца более удобным, мы теперь называем их «венскими вальсами» *(Viennese Waltz)* и всегда с радостью танцуем.

Главенствующую роль в создании и развитии спортивных бальных танцев сыграли **учителя и танцоры Англии.** Именно Имперское Общество учителей танца (ISTD) в 1924 году канонизировало 4 из 5-ти танцев европейской танцевальной программы (Стандарта). К сожалению, Венский Вальс не попал в этот заветный квинтет по причине непонятной «нелюбви» британцев к нему. Мировая общественность все равно обожает этот несравнимый по своему романтическому восторгу танец, который и выдал первый толчок к созданию современной танцевальной системы.

Появление великолепной музыки Адана и Делиба, именно вальсовых форм, породило начало неиссякаемого интереса к романтической музыке балетов «Жизель» и «Коппелия». Сначала появился венский вальс. Чайковский, Штраус

— и уже вся Европа взволнована этим задушевным, эмоциональным, волнительным танцем. Немецкий Лендлер — его предок. Однако у французов на сей счет свои веские аргументы. Естественно, великая балетная Франция нашла в XV-XVI веках формы парного вальсирования в своем танце Вольта, хотя признаем, что настоящий характер венскому вальсу был придан именно Лендлером, как и музыкальный размер в «три четверти» («вольта» — «три вторых»).

Характеристики венского вальса:

Движение: свинговое (с замахом), летящее, плоское, мягкое, плавное, по кругу, маятниковое. *Музыкальный размер:* 3/4. *Тактов в минуту:* 60. *Акцент* — на 1 удар.

Самый простой по своей структуре, венский вальс состоит только из правого вращения по линии танца (основного хода). Сейчас он исполняется по VI позиции, хотя некогда исполнялся по III.

В процессе танца пары движутся широко по кругу в бальном зале, или в маленьком кругу на ограниченном пространстве. В зависимости от скорости и стиля музыки, от навыков и пожеланий танцующих это может быть как легкое, быстрое и изящное вращение в блистательной бальной зале, так и неторопливый, спокойный танец по возможностям, исполняющийся дома или на природе...

Существует целый ряд дополнительных фигур венского вальса. Вообще говоря, любые фигуры вальса можно включить в венский, если вы готовы на это. В стандарте современных бальных танцев есть такие движения, как: правый поворот (основной ход), левый поворот, различные перемены, вращение на месте, спин-поворот и пивоты. Кроме того, часто можно наблюдать разнообразные поклоны и представления, стилизованные под валь-совые фигуры.

Фигурные вальсы

Исполняются преимущественно по III позиции, по кругу. Начальная позиция — кавалер стоит спиной в центр, дама — лицом. Состоят из фиксированных схем (подробные описания фигур здесь не приводятся). Характер музыки — средний, 40 т/мин, хотя можно исполнять и под быструю, и под медленную.

А. Классический фигурный вальс

— *«Лодочка»* — балансе по линии танца и против нее. 2 такта.

— *«До-за-до»* — разворот друг от друга с раскрытием. 2 такта.

— *«Лодочка»* — балансе по линии танца и против нее. 2 такта.

— *«До-за-до»* — разворот друг от друга с раскрытием. -2 такта.

— *«Балансе-менуэт»* — балансе вперед/назад и смена мест (2 раза). 8 тактов.

— *«Променад»* — шоссе кавалеров и вальсо-вое вращение дам. 8 тактов.

— *«Вальс»* — четыре полных вальсовых поворота. 8 тактов.

Б. Вальс-миньон

— Одиночное балансе против линии танца. 1 такт.

— Раскрытие по линии танца без продвижения. 1 такт.

— Променад обоих партнеров по линии танца. 1 такт.

— Закрытие по линии танца без продвижения. 1 такт.

— (Повторение предыдущих четырех тактов). 4 такта.

— Шаг-глиссад по линии танца. 1 такт.

— Первая половина вальсового поворота. 1 такт.

— Шаг-глиссад по линии танца. 1 такт.

— Вторая половина вальсового поворота. 1 такт.

— (Повторение предыдущих четырех тактов). 4 такта.

В. Вальс-мазурка

— Две дорожки по линии танца (четыре шага, приставка — каждая). 4 такта.

— Два вальсовых поворота. 4 такта.

— Три мазурочных шага-подскока по линии танца. 3 такта.

— Первая половина вальсового поворота. 1 такт.

— Три мазурочных шага-подскока по линии танца. 3 такта.

— Вторая половина вальсового поворота. 1 такт.

Д. Вальс-гавот

Вальс-гавот — это один из смешанных танцев, построенный на фигурах гавота и вальса. Его му-

зыка состоит из 16 четырехчетвертных тактов гавота, проигрыша поклона и 32 трехчетвертных тактов вальса.

Е. Застенчивый вальс

— Два шага в центр и два шага из центра зала. 4 такта.

— Два шага, раскрытие и закрытие по линии танца. 4 такта.

— Два шага в центр и два шага из центра зала. 4 такта.

— Два шага, раскрытие и закрытие против линии танца. 4 такта.

— Один вальсовый поворот, открытие и закрытие по линии танца. 4 такта.

— Два шага-приставки в центр и два шага-приставки из центра. 4 такта.

— Четыре вальсовых поворота по линии танца. 8 тактов.

Медленные вальсы

Родились в начале XX века, исконно салонный танец. Исполняются преимущественно по VI позиции, произвольным рисунком (в т. ч. по кругу, в т.ч. почти на месте). Начальная позиция — произвольная, обычно же — как в венском вальсе. Могут состоять из фиксированных схем или случайного набора фигур.

А. Современный медленный (английский) вальс

Этот танец родился и вырос в программе современных спортивных бальных танцев и имеет в своих предках медленные вальсы начала XX века, преимущественно вальс-бостон. В связи со спецификой ССБТ сложно говорить о характере его исполнения, отделяя от обычных стандартов европейской программы этого вида спорта. Характер музыки — самый медленный, редко более, чем 30 т/мин.

Основной шаг представляет собой вариацию полуповорота венского вальса, исполняющуюся в квадрате (т. н. «большой квадрат»). При этом основное внимание уделяется не вращению как таковому, а стилю, технике исполнения, добавляемым фигурам. Схема, как правило, фиксированная для пары (танцоры тренируют именно ее), но, вообще говоря, может быть и произвольной.

Поскольку в этом танце важна в первую очередь техника, а предопределенных схем не существует вовсе, крайне рекомендуется учить его непосредственно на танцклассах, не доверяя особенно письменному изложению. Набор фигур,

рекомендованных для простых схем, примерно следующий: элементы большого квадрата, перемены, полные правый и левый повороты, шоссе (вариация открытой перемены), спин-поворот.

Б. ***Вальс-бостон***

Салонный и народный танец начала XX века, родившийся из медленного исполнения венского вальса. Характер исполнения достаточно свободный. Схема движения произвольная. Музыка умеренно медленная, 40 т/мин и менее.

Основной шаг вальса-бостона, в отличие от английского вальса, представляет собой три простых шага вперед по линии танца в технике, обычной для медленных вальсов (т. н. «открытая перемена вперед»). Большинство его фигур строятся также на этой перемене. Таким образом, в танце превалирует поступательное движение — вперед, с поворотом, с задержкой, с волной. Рекомендованные движения для простых схем: открытые перемены, перемены, зигзаг, зигзаг с задержкой, полный правый и левый повороты.

Вольта (итал. *volta,* от v*oltare* — «поворачивать») — старинный парный танец, разновидность гальярды. Возник, по-видимому, в Италии, наибольшее распространение получил в Провансе. Темп быстрый, размер трехдольный. Во второй половине XVI — начале XVII веков был популярен в придворном быту многих европейских стран, особенно во Франции и Англии, позднее вышел из употребления.

Гавот (франц. *gavotte,* от прованс. *gavoto,* буквально — «танец гавотов», жителей области Овернь во Франции) — старинный французский народный танец. Музыкальный размер 4/4 или 2/2, темп умеренный. В XVI века термином «гавот» обозначали последование нескольких двойных бран л ей, а также заключительную часть некоторых сюит бранлей. В XVII века гавот стал придворным танцем, приобрел грациозный и жеманный характер, около 1830 года вышел из употребления (сохраняется в провинции, особенно в Бретани).

Современные представления о гавоте разделились: существуют вариации народных танцев бранлевого типа, но также и вариации степенного придворного танца, по манере исполнения близкого к менуэту.

Типичная форма гавота XVIII века — трехчастная *da capo,* иногда средней частью гавота является мюзет.

Галоп (франц. *galop,* от франкск. *wahl-hlaup* — «кельтская рысь», *waia-hlaupan* — «хорошо бежать», нем. *Galopp, Galopade, Galoppwalzer)* — бальный танец XIX века. Исполняется в стремительном скачкообразном движении. Музыкальный размер 2/4. Характерны четко очерченная мелодия, сложная трехчастная форма с одним, иногда двумя трио и со вступлением из нескольких тактов одного аккомпанемента (иногда и перед трио). Возник галоп, по-видимому, в Германии, в 1820-х годов появился во Франции, затем как бальный танец распространился по всей Европе.

Гальярда (итал. *gagliarda,* франц. *gaillarde,* буквально — «веселая», «бодрая») — старинный парный, реже сольный танец. Возможно, происходит из Северной Италии. Выл распространен в Европе с конца XV до XVII век. Нередко ошибочно отождествлялся с романеской. Для гальярды XVI века характерны трехдольный метр, умеренно быстрый темп, аккордовый склад, пунктирный и синкопированный ритм. Гальярда часто исполнялась после паваны. Доследование этих контрастирующих танцев являлось наиболее распространенным видом сюиты. С середины XVI в. гальярда известна в как самостоятельный танец, была особенно популярна в Англии и Италии.

Джайв — международная версия танца свинг, в настоящее время танец джайв *(Jive)* исполняют в двух стилях — Международный и Свинг — и очень часто сочетают оба в различных фигурах. Очень сильное влияние на Джайв оказывает такие танцы, как Рок'н'Ролл и Джатербаг. Джайв иногда называют как Шестишаговый Рок'н'Ролл.

Джайв — очень быстрый, потребляющий много энергии танец. Это последний танец, который танцуют на соревнованиях, и танцоры должны показать, что они не устали и готовы исполнить его с большей отдачей.

Характеристики джайва:

Движение: ритмичное, быстрое, присутствует свинговый характер, много бросков. *Музыкальный размер:* 4/4 *Тактов в минуту:* 40-44 *Акцент:* на 1 и 3 или 2 и 4 или 1, 2, 3, 4 удар.

Жига (джига) (франц. *gigue,* англ, *jig,* нем. *Gigue)* — быстрый старинный народный танец кельтского происхождения, сохранившийся в Ирландии.

Первоначально жига была парным танцем.

В XVII веке танец стал популярным в странах Западной Европы.

Кадриль (франц. *quadrille,* от испан. *cuadrilla,* буквально — «группа из четырех человек», от лат. *quadrum* — «четырехугольник»). Танец, распространенный у многих европейских народов. Строится из расчета четырех пар, расположенных квадратом. Музыкальный размер, как правило, 2/4, состоит из 5-6 фигур, каждая имеет свое название и сопровождается особой музыкой. С конца XVII до конца XIX века кадриль была одним из самых популярных салонных танцев. В народном быту существует под разными названиями — «русская», «украинская», «белорусская» , «литовская», «латышская», «эстонская кадриль». Самобытна «русская кадриль» с ее многочисленными местными вариантами: «московская», «калининская», «волжская», «уральская», старинные кадрили Ярославской области. Разновидность кадрили — народные танцы «тестера», «восьмера», «четве-ра» (Урал и северные области России).

Канари (франц. *canarie,* итал. и испан. *canario)* — бальный и сценический танец. Пользовался популярностью во Франции и Италии в XVI-XVII веках. По-видимому, происходит от народного танца Канарских островов, проникшего во Францию через Испанию.

Темп быстрый, музыкальный размер 3/8, 6/8 или 3/4. Состоит из двух повторяющихся периодов по 8 тактов. В XVII веке вошел в профессиональную музыку, сблизившись с жигой.

Канкан (франц. *cancan,* от *canard* — «утка») — французский танец алжирского происхождения, род контрданса (называемый также парижской кадрилью). Возник в Париже в 1930-х годах. Размер 2/4, Темп энергичный, подвижный.

Характерные па: выбрасывание ноги, высокие прыжки. Широко использовался во французской классической оперетте.

Квикстеп (быстрый фокстрот). Появился в течение Первой мировой войны в пригороде Нью-Йорка, первоначально исполнялся африканскими танцорами. Дебютировал в Американском мюзик-холле и стал очень популярным в танцевальных залах. Фокстрот и квикстеп *(Quickstep)* имеют общее происхождение. В двадцатых годах многие оркестры играли медленный фокстрот слишком быстро, что вызвало много жалоб среди танцующих. В конечном счете развилось два различных танца: медленный фокстрот, темп был замедлен до 29-30 тактов в минуту, и квикстеп, который стал быстрой версией Фокстрота, исполняемого в темпе 48-52 тактов в минуту. Одним из танцев, повлиявших на развитие квикстепа, был популярный чарльстон.

Характеристики квикстепа:

Движение: Быстрое, Легкое, Воздушное, Стремительное, Скоростное. *Музыкальный размер:* 4/4 *Тактов в минуту:* 50 *Акцент:* на 1 и 3 удар

Контрданс (франц. *contredanse,* от англ, *country dance,* буквально — «деревенский танец») — старинный английский (по некоторым источникам — французский) танец фольклорного типа. Впервые упоминается в литературе в 1579 году. Возможно участие в контрдансе любого количества пар, образующих круг *(round)* или две противоположные линии *(longways)* танцующих. Музыкальные размеры 2/4 и 6/8. В XVII веке контрданс появился в Нидерландах и Франции, получив наибольшее распространение в середине этого века, оттеснив менуэт. Общедоступность, живость и универсальность (в противоположность придворным танцам) сделали его в XVIII-XIX веках популярным в Европе (в том числе и в России). Возникли многочисленные разновидности контрданса: кадриль, гросфатер, экосез, англез, тампет, лансье, котильон, предур и другие. К середине XIX века котильон утрачивает популярность, но сохраняется в народном быту (Англия, Шотландия). Возрождается в XX веке.

Котильон (франц. *cotillon)* — бальный танец французского происхождения, близок контрдансу. Известен с XVIII века, получил распространение в середине

XIX века, в том числе — в России. Музыкальной основой служили популярные танцы (вальс, мазурка, полька). Исполнялся всеми участниками в конце бала.

Куранта (франц. *courante,* буквально — «бегущая»)— придворный танец итальянского происхождения. Получил распространение на рубеже XVI-XVII века. Первоначально имел музыкальный размер 2/4, ритм пунктирный. Позднее появились два вида куранты: французская и итальянская (corrente). Отличительными чертами ***французского*** вида куранты являются умеренный темп, размер 3/2 или 6/4, частая смена ритмических группировок, характер торжественный, плавный, ***итальянского*** вида — быстрый темп, постоянный музыкальный размер 3/4 или 3/8. В профессиональной музыке сохранялась до первой Половине XVIII века.

Лендлер (нем. *Landler)* — австрийский и немецкий народный парный круговой танец. Слово «лендлер» переводят как «деревенский танец» (от нем. *Land* — «сельская местность», «деревня»), однако, вероятно, происхождение связано с названием местности в Австрии — Ландль *(Landl).* Музыкальный размер 3/4 или 3/8, темп умеренный, движения с прыжками.

Под названием «лендлер» к началу XIX века объединились многочисленные разновидности австрийских и немецких народных танцев, известных по хореографическим описаниям с XVI века Лендлер как жанр популярен со второй половины XVIII века. Использовался венскими композиторами, часто фигурировал в их произведениях под названием «немецкий танец».

Мазурка (польск. *mazurek,* также *mazur,* от названия жителей Мазовии — «мазуры», у которых впервые появился этот танец) — польский изначально народный, затем бальный танец. Музыкальный размер 3/4 или 3/8, темп быстрый. Часты резкие акценты, смещающиеся на вторую, а иногда и на третью долю такта. В XVII веке мазурка вошла в цикл польских крестьянских танцев (так называемый «сельский бал»). В XIX веке мазурка получила распространение как бальный танец в других странах Европы. Зачастую мазурка являлась основой для бальных танцевальных игр. Постепенно слилась с обереком. Мазурке при-

надлежала огромная роль в процессе утверждения самобытности польской музыкальной культуры.

Менуэт (франц. *menuet,* от *menu* — «маленький», ' «мелкий», *menu pas* — «маленький шаг») — старинный французский народ-

|ный танец. Произошел от «бранля Пуату» (народный хороводный танец провинции Пуату). При Людовике XIV стал придворным танцем (около 1670 года) Музыкальный размер 3/4. В России появился в начале XVIII века (менуэт танцевали на ассамблеях Петра I). Менуэт — известнейший в свое время танец. Он мог быть различным, но сейчас более всего распространено представление о нем как о торжественном, степенном, грациозном и галантнейшем танце, являющимся чуть ли не жемчужиной бала.

Мюзет (франц. *musette,* основное значение — «волынка», от старо-франц. *muse* — «дудка») — французский старинный народный танец. Музыкальный размер 2/4, 6/4 или 6/8. Темп быстрый. Исполнялся под аккомпанемент волынки, отсюда название. В XVIII веке вошел в придворные оперно-балетные дивертисменты.

Па-де-труа. В конце XIX века и в XX веке появились различные, подчас весьма популярные вариации танцев смешанного типа. Все это танцы фиксированной композиции или хотя бы фиксированного количества тактов, их музыка состоит из нескольких различных по характеру частей. Па-де-труа состоит из движений менуэта, мазурки и вальса (а по некоторым версиям, и полонеза).

Павана (испан. и итал. *pavana)* — танец, распространенный в XVI веке в Европе. По одной из версий, павана, или падуана (итал. *padovana),* появилась в г. Падуя, по другой — танец испанского происхождения, наименование которого — от латинского pavo (павлин) — связано с торжественным и горделивым характером танца. В начале XVI века павана стала одним из самых популярных придворных танцев. Для паваны характерны четкость строения, нередко квадрат-ность метроритмической структуры, преимущественно аккордовое изложение, иногда расцвеченное пассажами. Музыкальный размер 4/4, 4/2, темп медленный. Со второй половины XVI века до конца XVII века павана существовала как самостоятельная инструментальная пьеса. Нередко объединялась в сюитное

последование с быстрыми трехдольными танцами — гальяр-дой, сальтарелло, пивой.

Паспье *(франц. passe-pied)* — старинный французский танец, возникший, по-видимому, в Северной Бретани. В народном быту музыка танца исполнялась на волынке или пелась. С середины XVII века пас-пье стал придворным танцем. Музыкальный размер придворного пас-пье 3/4 или 3/8, начинается с затакта. Паспье близок к менуэту, но исполнялся в более быстром темпе. Включался в инструментальную сюиту между ее основными танцевальными частями (обычно между сарабандой и жигой).

Пассакалья (итал. *passacaglia,* испан. *pasacalle,* от испан. *pasar* — «проходить» и *cane* — «улица») — песня, позднее танец испанского происхождения, первоначально исполнявшийся на улице в сопровождении гитары при отъезде гостей с празднества (отсюда название). В XVII веке пассакалья получила распространение во многих европейских странах и, исчезнув из хореографической практики, стала одним из ведущих жанров инструментальной музыки. Ее определяющие черты: торжественно-траурный характер, медленный темп, трехдольный метр, минорный лад.

Полонез (от франц. *danse polonaise* — «польский танец») — польский танец. Другое название — «польский». Развился на основе народного «пешего» *(chad zony)* танца-шествия степенного, торжественного характера. Первоначально был четырехдольным, сопровождался небольшим инструментальным ансамблем. В XVIII века распространился по всей Европе. Полонезом открывались торжественные танцевальные вечера и придворные балы. В процессе эволюции стал трехдольным *(goniony).*

Полска (швед, *polska)* — шведский и финский народный танец польского происхождения в трехдольном или двудольном метре, по ритму близкий мазурке. В Швеции известен с конца XVI века как крестьянский танец, в Финляндии — несколько позже.

С начала XVIII века стал бальным танцем. В XIX веке вытеснен вальсом, но остался одним из любимых танцев деревенских жителей.

Полька (чеш. *polka)* — один из наиболее популярных чешских национальных танцев. Другое название польки — нимра, мадера. Предполагается, что слово *«polka»* связано с возросшим интересом к Польше во время Польского восстания 1830-31 годов. Согласно другой точке зрения, название происходит от чешского *pulka* — «полшага». Полька обобщила типичные черты танцевальной культуры Чехии. Живой и простой по форме танец в начале XIX века стал популярен в Словакии, Сербии, Венгрии, Австрии, с 1840-х годов распространился по всей Европе как бальный танец.

Ригодон (франц. *rigaudon, rigodon)* — французский танец. Музыкальный размер 2/2, *alia breve.* Включает 3—4 повторяющихся раздела с неравным количеством тактов. Получил распространение в начале XVII века. Название, согласно Ж.Ж.Руссо, происходит от имени его предполагаемого создателя Риго *(Rigaud).* Представляет собой видоизменение старинного южнофранцузского народного хороводного танца.

Рок-н-ролл (англ, *rock'n'roll, rock and roll,* буквально — «раскачиваться и вращаться») — песенно-танцевальная форма, возникшая в США в начале 1950-х годов. В основе рок-н-ролла — упрощенный вариант негритянской танцевальной бытовой музыки «ритм-энд-блюз» в сочетании с элементами «кантри-энд—вестерн», «буги вуги» и стиля диксиленд. Рок-н-ролл дал жизнь новым танцевальным жанрам рубежа 50-60-х годов (твист, шейк, мэ-дисон, джайв).

Румба (испан. *rumba)* — афро-американский песен-но-танцевальный жанр. Современная румба сложилась на Кубе в среде городских и отчасти сельских негров. Румба включает пение солиста, реплики хора и собственно танец (мимико-акробатичес-кий импровизированный) под аккомпанемент ударных и шумовых инструментов. Танец исполняется парой или солистом в центре круга зрителей и музыкантов.

В музыкальном отношении представляет собой многократное повторение, обычно вариантное, 8-тактового периода. Музыкальный размер двудольный, ритм ос-тросинкопированный, с акцентами на слабых долях такта, темп от умеренно подвижного до быстрого. В конце 1920-х годов румба получила распространение

в США и странах Европы как эстрадно-бытовой танец. Разновидности румбы — иамбу, гуагуанко, Колумбия.

Самба *(samba)* — 1) Афро-бразильский парный танец. Сопровождался пением (солист и хор) и ударно-шумовыми инструментами. Музыкальный размер 2/4, ритм остросинкопированный. С середины XX века танец не исполняется.

2) Современный бразильский танец городского происхождения. Появился в начале XX века. Музыкальный размер 2/4, темп подвижный. Сопровождается пением и инструментальным ансамблем.

3) Бразильская песня, основанная на тех же мелодических и ритмических элементах, что и танец, но менее подвижная и более лиричная.

4) *(zambd)* — название самакуэки (креольского танца) в Аргентине и Перу. Самба — это лебединая песня латинской спортивной танцевальной программы (в просторечии — Латины). Именно самбе выдано вечное право быть первой на конкурсах. Первый приход самбы в Европу состоялся еще в 1905 году. Ранее (бразильское) название самбы до 1914 года — *Maxixe.* Второе нашествие самбы обустроил Фред Астер. Этот вариант Кариока с 1934 года появился в Англии. И окончательно самба утвердилась в 50-х годах благодаря принцессе Великобритании Маргарет.

Первые попытки представить самбу в европейские танцевальные залы относятся к 1923-24 годам, но только после Второй мировой войны самба стала популярным танцем в Европе. Самба имеет очень характерный ритм, который выдвинут на передний план для его лучшего соответствия национальным бразильским музыкальным инструментам. Первоначально он назывался *tamborim, chocalho, reco-reco* и *cabaca.* Ритмичный национальный Бразильский танец самба ныне уверенно вошел в программу современных бальных танцев. Самба включает в себя характерные латинские движения бедрами, которые выражены *«Samba Bounce»* пружинящим движением. Характеристики самбы:

Движение: ритмичное, быстрое, подвижное, стелящееся.

Музыкальный размер: 2/4 или 4/4. *Тактов в минуту:* 50-52. *Акцент:* на 1 и 2 (1 сильнее) удар. Самба невероятно интересна своей способностью впитывать

практически любые южно-американские ритмы, необычайно зрелищна, динамична. Пластика этого танца просто завораживает.

Регулярно появляются и входят в моду новые «самбы» — ламбада, макарена.

Сарабанда (испан. *zarabanda)* — старинный испанский танец. Упоминается с 1569 года В 1583 году запрещен в Испании. В эпоху Возрождения исполнялся озорно, темпераментно под аккомпанемент барабана, кастаньет, гитары, сопровождался пением. Музыкальный размер 3/4. Сарабанда 1618 года в Испании — придворный танец, приобрел торжественный, величественный характер. Во Франции с середины XVII века сарабанда уподобилась менуэту, получила распространение также как инструментальная пьеса. Введение в качестве номера в оперу и балет способствовало кристаллизации ее жанровых признаков, хотя в XVII веке в европейский странах сосуществовали различные виды сарабанды (в характере торжественного шествия и более подвижный). С середины XVII века стала постоянной частью инструментальной танцевальной сюиты, исполнялась перед жигой. Для жанра сарабанды характерен трехдольный метр (3/4 или 3/2) с акцентом на второй доле такта, медленный темп.

Степ (Чечетка) (англ, *step* — «шаг») — танец, который еще называют «музыка ног». Во время танца мы отражаем мелодию,

> танцуя степ, мы создаем музыку. В Америке — Фред Астер, Братья Никол ос, в России — братья Русаковы, семья Зерновых и многие другие великолепные артисты открыли для нас этот жанр. Сейчас этот танец снова в моде и испытывает свое второе рождение.

Танго (испан. *tango)* — 1) Андалусийское танго *(tango andaluz)* — шуточная, иногда сатирическая уличная песенка, популярная в Севилье в 1850-80-х годов Андалусийское танго имеет общие черты с кубинской хабанерой, распространившейся в Испании около середины XIX века. В конце 1870 — начале 1880-х годов андалусийское танго проникло в Аргентину.

2) Креольское танго *(tango cnollo),* или танго портеньо *(tango porteno,* то есть буэносайресское танго), возникло в Буэнос-Айресе и его пригородах в 1880-х годов от смешения мелодических и ритмических элементов андалусийского тан-

го, кубинской хабанеры и аргентинской милонги. Поначалу было песней, в конце 1880-х — начале 1890-х годах приобрело хореографию, близкую хабанере и милонге, превратившись в парный танец типа контрданса.

3) Аргентинское танго *(tango argentine)* — парный танец, сложившийся в Буэнос-Айресе в конце 1890-х годов в результате изменения хореографии креольского танго. В 1910 году аргентинское танго проникло в Париж (где и получило название «аргентинское танго»),

откуда, усовершенствованное хореографами, распространилось повсеместно как салонный и эстрадно-бытовой танец. Первый раз танго было исполнено в Европе перед Первой мировой войной, в темпе 36 тактов в минуту. Оно пришло из Буэнос-Айреса (Аргентина), где было исполнено в первый раз в *«Barria Las Ranas»,* гетто Буэнос-Айреса. Оно было тогда известно под названием *«Baile con corte»* (танец с отдыхом). «Денди» Буэнос-Айреса изменили танец двумя способами. Сначала они изменили так называемый «Ритм Польки» в «Хабанера ритм», а во-вторых, они назвали это танец «танго». Движение в танце танго похоже на движение кошки со стаккати-рованным, резким движением головы.

Характеристики танго:

Движение: Компактное, Резкое, Убедительное, Плавное, Плоское, Стаккатированное, Быстрая смена от медленного к быстрому, Без свинга (без замаха).

Настроение: страстное, огненное, уверенное, агрессивное, быстрая смена настроения.

Музыкальный размер: 2/4.

Тактов в минуту: 32-33.

Акцент: на 1 и 3 удар.

Корни успеха танго — в близости стилю фламенко и в частности — цыганскому танго, хотя иные версии приписывают танго значительную долю родства и кубинской хабанере. Есть и африканская версия: тангано — танец рабов-негров из Африки.

Позднее Танго было переведено из латиноамериканских танцев (Латины) в Стандарт.

Твист (англ, *twist,* буквально — «кручение») — современный танец. Относится к танцам группы рок-н-ролла. Отличается быстрым темпом, четким ритмом. Музыкальный размер 4/4, сильные доли акцентированы.

Приобрел известность с начала 1960-х годах благодаря американскому певцу и танцору Ч. Чекеру, исполнявшему песню *«The Twist»* Х. Бэлларда (1960). К началу 70-х годах распространился среди молодежи во многих странах мира.

Тустеп (англ, *two-step,* от *two* — «два» и *step* — «шаг») — танец, распространившийся около 1900 года в США, затем в странах Европы.

Для него характерны быстрый темп, маршеобразность, двудольный метр (2/4), по ритму близок польке. Был вытеснен уанстепом в 1910-е годы.

Уанстеп (англ, *one-step,* от *one* — «один» и *step* — «шаг») — быстрый маршеобразный танец. Возник на основе упрощенных танцевальных движений тустепа. Распространился с 1910 года в США, затем в странах Европы в различных вариантах. Музыкальный размер 2/4, реже 6/8. Уанстеп — один иэ предшественников фокстрота.

Фокстрот (англ, *foxtrot,* от *fox* — «лиса» и *trot* — «быстрый шаг») — бальный танец. Есть данные, что танец был назван так в честь американского исполнителя Гарри Фокса *(Harry Fox).* Возник из регтайма, тустепа и уанстепа в США, в 1910-х годах распространился в Европе. Темп умеренно быстрый, музыкальный размер 4/4, ритмика мар-шеобразная, синкопированная. Первоначально фокстрот исполнялся в темпе 48 тактов в минуту. Проблема, которая привела фокстрот к двум направлениям, — это темп музыки. Под ту музыку, которая исполнялась в темпе приблизительно 50-52 такта в минуту, танцевали *квикстеп (Quickstep),* а под ту, которая исполнялась в темпе 32 такта в минуту (более медленно) — *медленный фокстрот (Slow Foxtrot).* Разделение на «быстрый фокстрот» *(quick foxtrot),* или квикстеп *(quickstep* — «быстрый шаг»), и обычный фокстрот в умеренно быстром движении, который стали называть «медленный фокстрот» — слоу-фокстрот

(от англ, *slow* — «медленный»), происходит в 1920-х годах. Фокстрот породил также другие танцы с элементами джазовой музыки, например чарльстон, шимми.

Характеристики медленного фокстрота:

Движение: линейное, поступательное, непрерывное, свинговое (с замахом), мягкое, плавное, сочетание маятникового и метрономного.

Музыкальный размер: 4/4.

Тактов в минуту: 29-30.

Акцент: 1 и 3 удар (1 сильнее).

Фолия (португ. *folia,* буквально — «шумное веселье») — народный танец и танцевальная песня португальского происхождения. Впервые упоминается в XV веке, была карнавальным танцем, подобным морес-ке. Исполнялась мужчинами в женских костюмах, сопровождалась погремушками, кастаньетами и другими инструментами, производящими шум. Музыка ранних фолий быстрая и темпераментная, с преобладанием мажора. Позднее по своему строю фолия приблизилась к сарабанде, мажор сменился минором, темп замедлился. В конце XVI — начале XVII веков популярна не только в Португалии и Испании, но и в других странах Западной Европы как танец любовного содержания, сопровождавшийся игрой на гитаре. Музыкальный размер 3/4.

Ча-Ча-Ча

Захватывающий, синкопированный латинский танец, который возник в 1950 годах как замедленное мамбо. Этот танец сначала был замечен в танцевальных залах Америки. Проигрывание музыки *Cha-Cha-Cha* должно производить счастливую, беззаботную атмосферу. Недавно было принято решение сократить название этого танца до Ча-Ча *(Cha-Cha).* Ча-Ча-Ча получило свое название и характер из-за особого повторяющегося основного ритма и специфического инструмента маракасы.

Характеристики Ча-Ча-Ча:

Движение: яркое, вызывающее, страстное, четкое. *Настроение:* игривое, веселое, живое, хулиганское. *Музыкальный размер:* 4/4. *Тактов в минуту:* 30-32. *Акцент:* на 1 и 3 (1 сильнее) удар.

Чакона (испан. *chacona,* итал. *claccona,* возможно, звукоподражательное происхождение) — первоначально народный танец, известный в Испании с конца XVI века Музыкальный размер 3/4 или 3/2, темп живой. Сопровождался пением и игрой на кастаньетах.

Со временем чакона распространилась по Европе, стала медленным танцем величавого характера, как правило, в миноре, с акцентом на второй доле. В Италии чакона сближается с пассакальей. Чакона имеет много общего также с сарабандой, фолией, английским граун-дом. Темы чаконы небольшие (4-8 тактов), с ясной танцевально-метрической основой. В XX века чакона практически перестала отличаться от пассакальи.

Чардаш (венг. *csardas)* — венгерский народный танец. Музыкальный размер 2/4 или 4/4. Состоит из двух контрастных частей .— медленной, патетической, сопровождающей мужскую круговую пляску (венг. *lassu),* и быстрой, стремительной (венг. *friss),* сопровождающей зажигательную парную пляску. Для чардаша характерны острая, часто синкопированная ритмика, виртуозная импровизация. С 30-х года XIX века был наиболее популярен как бальный танец, как народный танец существует в Венгрии и поныне.

Чарльстон (англ. *Charleston)* — бальный танец. Возник в 1922 году в городе Чарлстон (США, штат Южная Каролина, отсюда название). Основой чарльстона послужили танцы из негритянских ревю. По происхождению связан с джазом и регтаймом, представляя собой быструю разновидность фокстрота. Музыкальный размер 4/4, ритм синкопированный. Был популярен в США и Европе до конца 1930-х годов и в 1960-70-х годах.

Шимми (англ, *shimmy,* буквально — «рубашка») — бальный танец американского происхождения. Название связано с характерными движениями танцоров, словно пытающихся стряхнуть с плеч свои рубашки. Был популярен в начале 1910-20-х годов в США. Музыкальный размер 2/4.

Экосез (франц. *ecossaise, danse ecossaise* — «шотландец») — старинный шотландский народный танец. Первоначально музыкальный размер 3/2, 3/4, темп умеренный, сопровождался волынкой. В конце XVII века появился во Франции,

затем под общим названием «англез» распространился по всей Европе (в России при Петре I назывался «английским танцем»). Позднее стал веселым парно-групповым танцем быстрого темпа, в двудольном размере. Под названием «экосез» известен с 1726 года во Франции, особенно популярен в первой трети XIX века (как разновидность контрданса).

Музыкальная форма экосеза представляет собой две повторяющиеся 8-ми или 16-тактовые части.