**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа № 15 имени дважды Героя Советского Союза А.Ф. Клубова»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании ШМО  классных руководителей  Протокол № 1  От 28.08.2024 г.    Руководитель ШМО    \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  /Т.М. Гладина/ | СОГЛАСОВАНО  на заседании МС школы  Протокол № 1  29.08.2024 г.  Руководитель МС    \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  /Т.М. Широкова / | УТВЕРЖДЕНО  решением педагогического совета школы  Протокол № 1  от 30.08.2024 г.  Приказ № 133  от 30.08.2024 г.  Директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  /А.Н. Красильников/ |

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Кадетство»

направленности художественной

Возраст детей: 16-18 лет

Срок реализации: 2 года

Составитель:

Орехова Антонина Николаевна,

педагог дополнительного образования

высшая квалификационная категория

Вологда-2024

**1. Пояснительная записка**

**1.1. Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

В рамках инновационной работы школы по созданию модели Русской школы, способствующей формированию патриотизма, гражданской ответственности и национального самосознания школьников на базе нашей школы открыты кадетские классы. Сегодняшние кадеты - это завтрашние защитники нашего Отечества, ученые, строители, юристы, экономисты, предприниматели, врачи и учителя. Будущий офицер

должен учиться защищать не только Отечество, но и слабого, нуждающегося в помощи человека в любой ситуации - в общественном ли транспорте или на улице. Каждый уважающий себя офицер должен не только уметь постоять за себя и за слабого, но и танцевать. И не современную "дрыгалку", а настоящие бальные танцы: вальс, полонез... И эту премудрость приходится постигать кадетам на уроке хореографии. Танец таит в себе огромное богатство для успешного эстетического воспитания кадет.

**Направленность программы** – художественная.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Кадетство» модифицированная (адаптированная), разработана автором на основе достижений и исследований музыкального творчества, педагогической практики, с использованием типовой программы М. С Боголюбской «Хореографический кружок» (Для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ).

Программа разработана в соответствии с:

1. Приказа Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013г. N 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

2. Концепции развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р);

3. Приказом Министра просвещения «О Порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 9 ноября 2018 г. №196;

4. Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

5. Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам ";

6. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020).

В основе Стандартов второго поколения лежит системно – деятельностный подход, который предполагает: воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения российского гражданского общества на основе принципов толерантности, диалога, культуры и уважения.

**1.2. Характеристика обучающихся по программе**

Подростки 16-17 лет умеют уже рассуждать по взрослому, у них сформировано мировоззрение и нормы поведения, однако они ещё ищут себя и очень наивны, заметно активное физическое развитие. У подростков этого возраста развивается стремление к серьёзным отношениям, как в дружбе, так и в романтической связи, и как раз на занятиях по изучению историко-бытовых танцев ребята учатся не только манере исполнения танцев, красоте и эстетике, но и взаимоотношении партнёра к партнёрше.Следует подходить к детям этого возраста индивидуально, учитывать их стеснительность, щадить самолюбие, поощрять трудоспособность.

**1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность программы**

Актуальность программызаключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству.

**1.4. Основные особенности программы**

В основе Стандартов второго поколения лежит системно – деятельностный подход, который предполагает: воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения российского гражданского общества на основе принципов толерантности, диалога, культуры и уважения.

Программа построена на принципах:

-Принцип гуманистической направленности, предполагающий подчинение образовательно-воспитательной работы задачам формирования личности;

-Принцип постепенности и последовательности в овладении хореографическим мастерством (от простого к сложному).

-Принцип соразмерности нагрузки уровню и состояния здоровья ребёнка.

-Принцип последовательности и систематичности знаний, умений и навыков их развития и совершенствования.

-Принцип наглядности (показ движений педагогом).

-Принцип доступности.

-Принцип творческого развития.

**1.5. Формы и технологии образования детей**

Форма обучения – очная.

Формы организации учебных занятий - групповые.

Методы работы:

- словесные методы: рассказ, объяснение – эти методы способствуют обогащению теоретических знаний детей;

- наглядные методы – показ учителем движений;

- практические методы;

-личный пример;

- игровые методы.

**1.6. Объём и срок реализации программы**

Программа «Кадетство» рассчитана на 2 года обучения - 102 часа.

**1.7. Режим занятий**

Реализация программы предусматривает – 68 часов в 10 классе и 34 часа в 11 классе.

Занятия проводятся один раза в неделю по подгруппам. Продолжительность занятия 40 минут.

**2. Обучение**

**2.1. Цель и задачи обучения**

Цель программы: развитие танцевальных способностей у кадетов, знакомство с элементами народно-сценического, бального, историко-бытового, русского народного и эстрадного танцев.

Задачи программы:

- развить музыкальный слух, чувство ритма, выразительность, эмоциональные качества, пространственное ориентирование через различные музыкально-пространственные упражнения;

- сформировать правильную осанку;

- развить двигательную память и внимание;

- совершенствовать координацию;

- обучить кадет основным элементам народно-сценического, историко-бытового, бального, русского народного и эстрадного танцев;

- развить активность и самостоятельность;

- привить навыки хорошего тона и культуры поведения.

**Программа построена на принципах:**

-Принцип гуманистической направленности, предполагающий подчинение образовательно-воспитательной работы задачам формирования личности;

-Принцип постепенности и последовательности в овладении хореографическим мастерством (от простого к сложному).

-Принцип соразмерности нагрузки уровню и состояния здоровья ребёнка.

-Принцип последовательности и систематичности знаний, умений и навыков их развития и совершенствования.

-Принцип наглядности (показ движений педагогом).

-Принцип доступности.

-Принцип творческого развития.

**2.2. Учебный план**

Учебный план определяет перечень, трудоёмкость, последовательность и распределение по периодам обучения разделов программы, формы промежуточной аттестации обучающихся. Нормативно-правовая основа учебного плана:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями); Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"; Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г.

Реализация программы направлена на:

1) Развитие танцевальных и творческих данных.

2) Освоение обязательного минимума знаний и умений.

3) Формирование убеждения необходимости здорового образа жизни.

Учебный план предусматривает реализацию программы в полном объеме. В случае пропусков занятий обучающимися, предполагается самостоятельное изучение учебного материала (по согласованию с родителями (законными представителями)).

Расписание занятий составляется с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся.

Занятия включены в общее расписание уроков обучающихся. Занятия проводятся один раз в неделю по подгруппам. Продолжительность занятия 40 минут.

Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы «Кадетство» на 2024-2025 учебный год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел | Кол-во часов  10 класс | Кол-во часов  11 класс | Итого |
| 1 | Бальный танец | 12 | 6 | 18 |
| 3 | Элементы русского народного танца | - | 4 | 4 |
| 4 | Историко-бытовой танец | 48 | 20 | 68 |
| 5 | Зачётный урок | 8 | 4 | 12 |
| Максимальный объем учебной  нагрузки детей в неделю | | 2 | 1 | 3 |
| Максимальный объем учебной  нагрузки детей в год | | 68 | 34 | 102 |

**Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год**

Начало учебного года — 1 сентября 2024 года. Окончание учебного года — 30 мая 2025 года. Продолжительность учебного года –34 недели.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Период | Продолжительность | Количество недель / дней |
| I четверть | с 01.09. по 25.10 | 8 недель |
| Осенние каникулы | с 26.10 по 04.11. | 9 дней |
| II четверть | с 05.11. по 27.12 | 7 недель и 4 дня |
| Зимние каникулы | с 30.12. по 08.01. | 12 дней |
| III четверть | с 09.01. по 21.03. | 10 недель и 2 дня |
| Дополнительные  каникулы  (для 1-го класса) | с 15.02. по 24.02. | 9 дней |
| Весенние каникулы | с 22.03. по 30.03. | 9 дней |
| IV четверть | с 31.03. по 30.05 | 8 недель |
|  | ИТОГО | 34 недели |

10К класс – понедельник, среда

( у - учебный день, п - праздничный день, к - каникулы)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** | **21** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** | **27** | **28** | **29** | **30** | **31** | **Всего** |
| Сентябрь |  |  |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у | - | 8 |
| Октябрь |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | к | к | к | к | 7 |
| Ноябрь | к | к | к | к |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  | - | 7 |
| Декабрь |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  | к | к | к | к | 8 |
| Январь | к | к | к | к | к | к | к | к |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  | 6 |
| Февраль |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | п |  | у |  |  | - | - | - | 7 |
| Март |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | к | к | к | к | к | к | к | у | 7 |
| Апрель |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | у |  | у | - | 9 |
| Май |  |  |  |  | у |  | у |  |  |  |  | п |  | у |  |  |  |  | уу |  | у |  |  |  |  | у |  | уу |  |  | - | 9 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 68 |

11К класс – четверг

( у - учебный день, п - праздничный день, к - каникулы)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** | **21** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** | **27** | **28** | **29** | **30** | **31** | **Всего** |
| Сентябрь |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  | - | 4 |
| Октябрь |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  | к | к | к | к | 4 |
| Ноябрь | к | к | к | к |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  | - | 4 |
| Декабрь |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  | к | к | к | к | 4 |
| Январь | к | к | к | к | к | к | к | к | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  |  |  | 3 |
| Февраль |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  | - | - | 4 |
| Март |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  | к | к | к | к | к | к | к |  | 3 |
| Апрель |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | у |  |  |  |  |  |  | - | 4 |
| Май | п |  |  |  |  |  |  | п |  |  |  |  |  |  | уу |  |  |  |  |  |  | уу |  |  |  |  |  |  |  |  | - | 4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 34 |

**2.3. Содержание учебного плана**

Раздел - Бальный танец.

Фигурный вальс:

-вальсовый шаг (дорожка);

-вальсовый шаг в повороте;

-квадрат;

-балянце в сторону, вперёд, назад;

-положение рук в паре;

-работа в паре;

-соединение изученных фигур вальса в танцевальные комбинации;

-построения и перестроения в танце;

-закрепление изученных движений.

Раздел- Элементы русского народного танца.

-Основные ходы народного танца (переменный шаг с носочка, с выносом каблука, с притопом, с высоким подниманием колена).

-Движения в паре;

-Постановка корпуса, ног, рук, головы.

-Позиции ног, позиции и положения рук.

-Соединение изученных элементов в танцевальные комбинации.

-Построения и перестроения в танце;

-Работа в паре.

-Соединение изученных элементов в танцевальные комбинации;

-Построения и перестроения в танце;

-Закрепление изученных движений.

Раздел- Историко-бытовой танец.

Менуэт. Полонез. Падеграс. Полька. Французская кадриль. Вальс-миньон.

- Основные шаги и движения;

- Движения в паре;

- Положение рук в паре;

- Построения и перестроения в танце;

- Отработка движений;

- Соединение движений в танцевальную комбинацию.

**2.4. Планируемые результаты**

Предполагаемые результаты изучения программы:

К концу обучения воспитанники будут знать:

-названия основных движений русского народного, бального, историко-бытового танцев и правила их исполнения.

-правила хорошего тона и культуры поведения.

К концу обучения воспитанники будут уметь:

-музыкально, ритмично, пластично, выразительно исполнять изученные движения движений русского народного, бального, историко-бытового танцев.

-ориентироваться в пространстве зала во время исполнения танцев;

-достигать результатов трудолюбием, упорством, терпением;

-активно участвовать в работе в жизни класса, школы.

Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

1) формирование у учащихся ценностных ориентиров в области хореографического искусства;

2) развитие самостоятельности в изучении танцевальных элементах;

3) формирование духовных и эстетических потребностей;

4) найти ответ на вопрос «зачем мне это нужно?»

5) отработка навыков самостоятельной и групповой работы;

6) способствовать осознанию обучающимися связи изучаемого материала с жизнью и применения в других условиях;

7) проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении цели.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

• Проговаривать последовательность действий на уроке.

• Учиться работать по предложенному учителем плану.

• Учиться отличать, контролировать верно выполненное задание (упражнение) от неверного.

• Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Основой для формирования этих действий служит соблюдение технологии оценивания образовательных достижений.

Познавательные УУД

• Самостоятельная постановка цели.

• Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.

• Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

• использовать выученные движения для разучивания танцев, самостоятельно выполнять творческие задания.

Коммуникативные УУД

• Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения, взаимопомощи, дружбы и толерантности.

• Умение взаимодействовать с педагогом.

• Умение работать в паре.

• Умение работать в группе.

**2.5. Способы и формы определения результатов обучения**

Формы промежуточной и итоговой аттестации: контрольные зачёты, выступление на школьных мероприятиях и концертах, участие в Александровском Кадетском бале.

По окончании изучения курсов проводятся зачётные занятия (2 зачётных занятия за год).

Педагогический контроль знаний, умений и навыков учащихся осуществляется в несколько этапов и предусматривает несколько уровней:

1 уровень — репродуктивный с помощью педагога

2 уровень — репродуктивный без помощи педагога

3 уровень — продуктивный

4 уровень — творческий

Формы контроля достижений обучающихся:

- фронтальная и индивидуальная беседа;

- игровые формы контроля;

- создание простейших творческих проектов

Методы работы:

- словесные методы: рассказ, объяснение – эти методы способствуют обогащению теоретических знаний детей;

- наглядные методы – показ учителем движений;

- практические методы;

-личный пример;

- игровые методы.

**3. Воспитание**

**3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей**

Цель программы: создание единого пространства, способствующего формированию высокодуховной и социально-активной личности гражданина и патриота, способной к успешной адаптации в обществе с учётом современных условий и потребностей социального развития.

Задачами воспитания по программе являются:

- усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций танцевальной культуры; информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;

- формирование и развитие личностного отношения детей к танцевальным занятиям, хореографии, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;

- способствовать развитию умений и навыков трудовой деятельности, приобщение к творческому труду;

- приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной хореографической группы, применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

Основная цель работы с родителями обучающихся – создание психолого-педагогических условий для взаимодействия детей и родителей, укрепление партнерский отношений педагогов, родителей, детей, мобилизация социокультурного потенциала семьи для создания единой гуманитарной, доброжелательной воспитательной среды.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

— освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);

— принятие и осознание ценностей языка, литературы, музыки, хореографии, традиций, праздников, памятников, святынь народов России;

— воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе каждого человека, понимания ценности жизни, здоровья и безопасности (своей и других людей), развитие физической активности;

— формирование ориентации на солидарность, взаимную помощь и поддержку, особенно поддержку нуждающихся в помощи;

— воспитание уважение к труду, результатам труда, уважения к старшим;

— воспитание уважения к танцевальной культуре народов России, мировому танцевальному искусству;

— развитие творческого самовыражения в танце, реализация традиционных и своих собственных представлений об эстетическом обустройстве общественного пространства.

**3.2 Формы и методы воспитания**

Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействий в упражнениях в танце, в  подготовке и участии в мероприятиях на школьном уровне, а так же на городских, областных, Всероссийских конкурсах.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются следующие методы воспитания:

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение);

- метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);

- метод упражнений (приучения);

- методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных предствителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);

- метод переключения в деятельности;

- методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании;

- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

**3.3 Условия воспитания, анализ результатов**

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации дополнительного образования в учебной организации в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных конкурсах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей) и после её завершения.

**3.4 Календарный план воспитательной работы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название мероприятия | Сроки | Форма проведения | Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события |
| 1 | День кадета | Октябрь | Праздник на уровне школы | Фото- и видеоматериалы с выступлением детей |
| 2 | Александровский Кадетский Бал | Декабрь | Мероприятие на адресе | Фото- и видеоматериалы, заметка в группе, информация в СМИ |
| 3 | Участие в Международном Благотворительном Кадетском Бале | Декабрь | Поездка в Москву | Фото- и видеоматериалы, заметка в группе, информация в СМИ |
| 4 | Участие в концертах | Февраль -Март | Концерт на уровне школы | Фото- и видеоматериалы с выступлением детей |
| 5 | Кадетская перекличка  Последние звонки | Май | Мероприятия на уровне школы | Фотоотчет, заметка в группе школы |

**4. Организационно-методические условия реализации программы**

**4.1. Методическое обеспечение программы**

**Методические материалы.**

**Падеграс**- (от франц. pas de grase), *парный бальный* танец со спокойными, изящными движениями, муз. размер  - 4/4. Он был сочинен в России в конце XIX в. русскими балетмейстерами Е. М. Ивановым и А. П. Бычковым. А «иностранные» названия объясняются тем, что в XIX веке французская терминология в танцевальной культуре была столь же традиционной и общепринятой, как латынь в медицине и итальянский язык в музыке. Простота и изящество падеграса обеспечили ему долгую жизнь. Танец занимает 8 тактов. Изучению падеграса должно предшествовать разучивание движений по одному. Каждое *па* должно быть отточено, неряшливость исполнения недопустима. Следует обратить внимание на плавность перехода от движения к движению, на неторопливые движения рук. Партнерам следует быть внимательными друг к другу при перемене положения в паре.

**Полька.**

Старинный чешский танец, а не польский, как кажется из названия. Муз. размер 2/4. Слово «полька» происходит от слова «pulka», что по-чешски означает «половина». И действительно, основное движение этого жизнерадостного танца состоит из двух полушагов, соединенных приставкой. Бальная полька родилась из народного чешского танца и во многом сохранила его черты. Ни один праздник в Чехии не обходится без задорной и веселой польки. В первой половине XIX в. польку привез во Францию чешский хореограф Йозеф Нэруда.

40-е годы XIX в. были временем бурного увлечения полькой по всей Европе, в т. ч. и в России. Ее успех затмил даже вальс. «Все - от одежды до блюд - стало называться полькой». Жизнерадостность, игривость, легкость, не характерная для танцев того времени, содействовали триумфальному шествию польки по всему миру. Полька соединяет в себе объятия, свойственные вальсу, с невероятной энергией и жизненной силой. Беспечность и легкость - ее природа. Новый танец позволял танцевать спонтанно и только для удовольствия. Впоследствии появились некоторые разновидности этого танца, правда, изначальная полька пережила всех своих наследников.

Подобно всем *бальным танцам*, созданным на народной основе, полька хорошо приспособилась к новым условиям исполнения в танцевальном зале. Вся ее прелесть неизменна - в веселом *ритме*, в быстрых и легких подпрыгивающих движениях и поворотах танцующих пар. В польке используются различные *фигуры*, которыми танцующие могут варьировать по своему желанию.

Музыка этого танца была по достоинству оценена многими композиторами. Темы польки звучат в операх, симфонических и камерных произведениях. Иоганн Штраус-сын, несомненный «король вальсов» стал еще и «королем полек» (163 сочинения). Прекрасные польки есть у Чайковского, неповторима «Итальянская полька» Рахманинова.

Полька прочно вошла в танцевальное искусство многих народов. Она видоизменялась, приобретая национальную окраску, но всегда в ней оставалось сочетание подвижности и силы мужского танца с кокетливой грациозностью женского. Народный танец полька есть у сербов, словаков, венгров, поляков. Большинство танцев Прибалтики построены на основе польки. Это тоже сыграло большую роль в распространении бальной польки по всему миру. Существуют польки немецкая, финская, шведская и даже бразильская.

Полька и сейчас популярна, ее танцуют на конкурсах, балах, танцевальных вечерах. Полька часто встречается на сцене, где она исполняется иногда даже на пальцах. При сценическом исполнении шаги польки делаются более мягко. Все движения в польке выполняются на низких  полупальцах.  Колени не натянуты, свободны. Шаги делаются стаккатирующим движением, сверху. Они должны быть небольшие, легкие. Не следует слишком прыгать, иначе движения будут грубыми и не отразят характера музыки.

**Русский лирический танец.**

Парный бальный танец советской программы, муз. размер 2/4, темп 32-34 т/мин, определенной композиции на 16 тактов. В основе танца лежит обычный «русский шаг» с паузой, а сам танец подкупающе прост и приятен. Исполняется на танцевальных вечерах и балах.

Корпус в этом танце всегда прямой и спокойный. Иногда голова скромно наклоняется и поворачивается к правому или левому плечу. Девушка в русском лирическом как бы плывет, как «пава», движения плавные, придающие танцу впечатление широты и величественности. Только изредка корпус девушки может слегка наклоняться вперед, на правый и на левый бок или, оставаясь прямым, поворачиваться вправо и влево.

У юношей корпус более подвижен. В парном танце исполнители могут слегка отклонять верх корпуса друг от друга, могут наклонять корпус вперед, приглашая к танцу или низко кланяясь широким русским поклоном. В этом танце исполнители смотрят вперед по ходу движения, или поворачивают головы друг к другу, общаясь между собой. Используются такие шаги и движения: переменный шаг, тройной шаг вперед и назад и припадание.

**Кадриль**- (от франц. quadrille - четыре), народный массовый и бальный танец XIX в., темп -  подвижный, муз. размер 2/4. Родиной этого танца считается Англия, из которой он в начале XVIII в. попал во Францию. Своим распространением и популярностью кадриль обязана Парижу. Французы изменили танец по своему вкусу, не забыв прибавить слово «французская». В 70-х гг. XIX в. становится модной английская кадриль *лансье*.

В традиционной кадрили участвовали 4 или 8 пар, которые образовывали четырехугольник - carre.  Если пар было больше, располагались в несколько каре. (В средние века кадриль - это небольшой отряд всадников, участвующих в турнире, располагавшийся по четырем сторонам отведенного для поединка места). Вероятно, военное происхождение кадрили объясняет ее популярность среди офицеров в начале XIX в. Позднее выстраивались две линии, и каждая линия пар поочередно танцевала каждую фигуру кадрили.

В кадрили было 6 фигур, они включали *шассе*, подъемы на *полупальцы*, *галоп*, переходы. Фигуры кадрили требовали оживленного, грациозного и изящного исполнения. Распорядитель бала мог по своему усмотрению создавать различные танцевальные построения. Танцевальная техника исполнения кадрили была доведена до совершенства, а движения были идеально законченными.

Старинная французская кадриль была центром внимания и основой каждого *бала*. За один вечер ее могли исполнять несколько раз. Качество исполнения было серьезным испытанием для танцующих, за кадрилью следили все глаза зала! Кадриль имела и воспитательное значение: она приучала к хорошим манерам, умению музыкально, четко и непринужденно двигаться.

На протяжении двухсот лет танец претерпел немало изменений: упростились фигуры, появились обычные повседневные шаги. Кадриль превратилась в танец отдыха, необходимого среди быстрых *вальсов*, *галопов* и *полек*.

В народе кадриль десятилетиями видоизменялась, совершенствовалась и создавалась заново. Она приобрела своеобразные движения, рисунки, манеру исполнения, взяв от салонного танца лишь некоторые особенности построений и название. Русский народ сделал кадриль разнообразной по рисунку, введя в нее многие *фигуры* русских *хороводов* и *плясок*. Различается кадриль квадратная, линейная, круговая. Исполняется на танцевальных вечерах и *балах*. Кадриль начинается с выхода пар, которые идут одна за другой.  Обойдя круг, танцующие делятся пополам на равное,  четное количество пар и выстраиваются в две линии, лицом к середине сцены. Это построение в две линии сохраняется в течение всех фигур: то пары линиями двигаются друг к другу, то девушки переходят в другую линию, к юношам противоположных пар, то парни в центре обходят дуг  друга, затем возвращаются на свои места.

**Вальс – гавот.**

Бальный танец, созданный в ХХ в., когда большим успехом пользовались комбинированные композиции. Состоит из двух частей: *гавота* и *вальса*. Связующим звеном является поклон. Муз. размер первой части - 4/4, второй - 3/4. Исполняется на танцевальных вечерах и *балах*. И музыка и хореография очень изящно объединены в единое целое. После медленного гавота следует довольно быстрый вальс. От исполнителей требуется мягкость, плавность переходов, музыкальность. Танец не должен делиться на две разные части, он должен оставлять впечатление единого целого. Учить этот танец  лучше старшим учащимся, небольшими частями, тщательно отрабатывая движения.

**Оценочные материалы и критерии оценки**

Результаты (уровни) усвоения программы.

Высокий уровень (В) - движения выполняет правильно, без ошибок, старается.

Средний уровень (С) - воспроизводит все движения, но делает небольшие недочёты, ошибки.

Низкий уровень (Н) - не может повторить большую часть предложенных движений.

**Зачётный тест**

1. Сколько точек направления в танцевальном классе?

а) 7

б) 6

в) 8

2. Что такое реверанс?

а) подготовка

б) поклон

в) движение головы

1. Подчеркните из предложенного основные движения вальса:

а) «Гармошка»

б) «Балянце»

в) «Притоп»

г) «Переменная»

д) «Квадрат»

4. Подпишите номера позиций ног.

**4.2. Материально-техническое обеспечение программы**

Материально-техническое обеспечение.

1. Хореографический зал.

2. Зеркала.

3. Музыкальный центр.

4. Диски и USB-носители с музыкальным материалом.

**Используемая литература.**

1) Образовательные программы Центра Импульс

<https://impulse.vml35.ru/programs/obrazovatelnye-programmy-czentra/>

2) Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ (художественные кружки), М.С. Боголюбская «Хореографический кружок», Москва «Просвещение» 1981 г

3) Упражнения партерной гимнастики

<https://iokk38.ru/wp-content/uploads/2019/06/2_ХТ-Богомягкова-С.Г.-Упражнения-партерной-гимнастики-для-красивого-движения.pdf>

4) Ивановский Н.П. «Бальный танец 16-19 в.»/Худ. С.Горячев. Оформ. С.Плаксина-Калининград: Янтарный сказ, 2004 г.

5) Дополнительная общеразвивающая программа

<https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2019/05/18/dopolnitelnaya-obshcherazvivayushchaya-programma>

6) Барышникова «Азбука хореографии»

<https://www.studmed.ru/baryshnikova-t-azbuka-horeografii_0644aa8c0da.html>

7) Г.А. Колодницкий «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей»

<https://search.rsl.ru/ru/record/01001830150>

8) Ткаченко Т. «Народный танец» Москва 1967 г.

9) Колесникова А.  Бал в России. Сантк – Петербург, «Азбука – классика»  2005 г.