

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА СИМФЕРОПОЛЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 30  
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.А. АМАТУНИ»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ  
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО  
Педагогическим советом  
(МБОУ «СОШ № 30  
им. А.А. Аматауни» г. Симферополя)  
от «30» августа 2024 г.  
Протокол № 15

УТВЕРЖДАЮ  
Директор (МБОУ «СОШ № 30  
им. А.А. Аматауни» г. Симферополя)  
И.В. Медина  
«30» августа 2024г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Кадетский бал»

Направленность: художественная  
Срок реализации: 1 год  
Вид программы: модифицированный  
Уровень: базовый  
Возраст детей: 12-16 лет  
Составитель: **Абрамова Полина Викторовна**, педагог дополнительного  
образования

г. Симферополь  
2024г.

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**В данную дополнительную общеразвивающую программу корректировки не вносились**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Кадетский бал» (далее – Программа) художественной направленности предназначена для обучения учащихся кадетских классов танцевальной программе и традициям балов.

Бал – это, прежде всего, место встречи и общения людей, это культурные манеры, танцы для души. Аристократизм, достоинство, честь, красота – вот первые слова, которые ассоциируются со словом бал. Важно бережно относиться к своей истории и помнить о рыцарском отношении к дамам. Проведение балов – это часть истории русского офицерства, и юные кадеты, занимаясь по данной программе, приобщаются к этим традициям. Данная программа способствует возрождению традиций проведения кадетских и офицерских балов в России.

Бал отличается сохранением многих особенностей бального этикета и предполагает определённый дресс-код. Для кавалеров обязателен строгий костюм с галстуком или бабочкой, для дам – бальное или вечернее платье, и для тех, и для других необходимо иметь перчатки. На балу соблюдаются особые правила поведения кавалеров и дам, культивируется галантность и изысканность манер в общении и поведении. У обучающихся развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно-творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Таким образом, органично сочетая в себе музыку, движение, социальное взаимодействие, Программа является эффективным средством физического, музыкального, этического и художественно - эстетического воспитания и развития обучающихся.

Основная особенность данной Программы состоит в том, что главный акцент делается на освоение бытовых, а не сценических видов хореографии.

**Нормативные документы, на основе которых проектирована программа:**

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;
- Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;
- Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные

Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

– Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе

дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

- Устава «МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматауни» г. Симферополя;
- Локальные акты МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматауни» г.

Симферополя:

- Основная образовательная программа МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматауни» г. Симферополя.
- Рабочая программа воспитания МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматауни» г. Симферополя.
- Положение о рабочей программе педагога дополнительного образования МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматауни» г. Симферополя
- Положение об осуществлении текущего контроля качества освоения обучающимися содержания дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБОУ «СОШ № 30 им. А.А. Аматауни» г. Симферополя

**Актуальность** Программы состоит в необходимости обучения учащихся кадетских классов танцевальным композициям и правилам общения на балах.

**Целью** Программы является освоение базовых знаний по историко-бытовому танцу для участия в тематических балах.

В процессе обучения решаются следующие **задачи**:

**Обучающие:**

- познакомить с историей проведения балов;
- изучить основные элементы танцев разных эпох, составляющих программу бала;
- освоить манеру исполнения основных народно-бытовых танцев, которые исполняют на балах;
- познакомить обучающихся с танцевальной культурой различных исторических эпох;
- формировать навыки общей культуры и бального этикета.

**Развивающие:**

- развивать общую физическую подготовку обучающихся (координацию, выносливость, ловкость);
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, устойчивость, пластическую подвижность);
- развивать ритмичность, музыкальность, артистичность;

- развивать моторно-двигательную память, чувственно-образное мышление;
- развивать эстетическую культуру.

**Воспитывающие:**

- воспитывать культуру поведения и общения на балах;
- воспитывать трудолюбие, терпение, навыки общения в коллективе.

Данная Программа имеет межпредметные связи.

Непосредственная связь с музыкой прослеживается постоянно, так как дети танцуют под музыку и выражают ее характер танцем. Обучающиеся учатся уметь различать вступление и основную мелодию, осваивают понятия «ритм», «размер», «такт», «музыкальная фраза».

Программа включает обучение в основном на материале танцев XVII -XIX века, как более простых и доступных по манере исполнения, таких как полонез, кадрили, полька и др. Каждый танец имеет свои исторические корни и географическое происхождение. Приступая к изучению того или иного танца, учащиеся знакомятся с историей его создания, узнают, в какой стране он родился, уклады обычаи, характер и темперамент какого времени отразился в этом танце. То есть, изучая танец, учащиеся узнают исторические подробности о тех или иных народах, странах.

Терминология классического и народно-характерного танца сложилась в 17 веке во Франции, в Королевской академии танца. Постепенно эта танцевальная терминология стала общепризнанной во всем мире. Названия движений и поз звучат на французском языке. Законодателем моды в современных балльных танцах является Англия, поэтому часто названия фигур и шагов звучат на английском языке. Отсюда вытекает связь с изучением иностранных языков.

Самая тесная взаимосвязь прослеживается между занятиями по данной программе и физкультурой. Начинаясь с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждое занятие имеет конкретную цель – натренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. В процессе занятий обучающиеся учатся осознанно распоряжаться своим телом, а регулярные занятия создают и укрепляют мышечный корсет, улучшают работу сердца, нервной системы. Систематические занятия историко-бытовым танцем вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность.

Каждый танец имеет свой рисунок в пространстве, иногда несколько, то есть рисунок меняется, происходит анализ и сопоставление линий и форм, так танец связан с изобразительным искусством.

**Направленность:** художественная

**Срок реализации:** 1 год

**Вид программы:** модифицированный

**Уровень:** базовый

**Возраст обучающихся:** 12-16 лет

**Режим занятий.** Программа рассчитана на четыре учебных года. Занятия проводятся по 1 часу 2 раза в неделю. Количество обучающихся в группе: от 15 до 25 человек.

Программа ориентирована на работу с обучающимися независимо от наличия у них специальных физических данных и хореографической подготовки.

Теоретические занятия включают в себя просмотр видеоматериалов по изучаемой эпохе с последующим их анализом и обсуждением. Практические занятия проводятся в зале, оборудованном зеркалами.

**Структура занятия.** Каждое практическое занятие включает в себя вводную, основную и заключительную часть.

Вводная часть включает в себя построение по линиям или в круг, создание настроения. Далее выполняются реверансы и поклоны, упражнения для разминки, укрепления мышц стопы, спины, пресса, для развития координации движений.

Основная часть – это учебно-тренировочная работа, которая включает разучивание и отработку шагов, танцевальных движений и этюдов, отработку четкости их исполнения, разучивание рисунка композиции, повторение ранее разученных танцевальных композиций.

В заключительной части подводятся итоги занятия и исполняются реверансы и поклоны.

Очень важно, чтобы на занятиях соблюдался дресс-код: для обучающихся необходима танцевальная обувь на небольшом каблучке, а для девушек - юбка средней длины.

## **ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Текущий контроль успеваемости осуществляется на каждом занятии посредством наблюдения за учебно-тренировочной работой, за практическим исполнением танцев разных эпох. Промежуточный контроль – открытые уроки и выступления на мероприятиях («Рождественский бал»). Итоговая форма контроля – «Весенний бал».

На балу обучающиеся демонстрируют:

- ↓ владение техникой, стилем и манерой исполнения танца; ↓  
знание композиций танцев;
- ↓ культуру общения в танце и галантное поведение.

Перечень показателей и критериев для оценивания результатов выполнения

программы представлен в Приложении № 1.

### **Ожидаемые результаты**

**После первого года обучения по Программе обучающиеся будут знать:**

- ☐ об истоках историко - бытового танца; ☐  
постановку корпуса, головы, рук, ног;
- ☐ позиции рук и ног (в применении к историко-бытовому танцу); ☐  
отличие танцевального шага от бытового;
- ☐ pas glisse (скользящий шаг) на 2/4 и 3/4; ☐  
поклон и реверанс XVI века;
- ☐ простейший рисунок полонеза;
- ☐ историю развития танцевального костюма, придворный этикет.

**уметь:**

- ☐ выполнять шаги: бытовой, легкий (танцевальный) на различные музыкальные размеры, темпы и ритмы;
- ☐ выполнять пространственные музыкальные упражнения:  
продвижение в различных рисунках по одному, в паре;
- ☐ выполнять галоп;
- ☐ исполнять простейшие элементы русского народного танца такие, как  
притоп, ковырялочка в простейших ритмических рисунках.

**После второго года обучения по программе обучающиеся будут знать:**

- ☐ развитие бальной культуры в России, традиции балов, этикет; ☐  
постановку корпуса, головы, рук, ног;
- ☐ позиции рук и ног (в применении к историко-бытовому танцу); ☐  
поклон и реверанс XVII века.

**уметь:**

- ☐ исполнять элементы историко-бытового танца – pas balance, pas польки,  
галоп, реверанс, шаг полонеза;
- ☐ осуществлять переход от партнера к партнеру в танце;
- ☐ танцевать соло, в паре и ансамбле танцы программы Весеннего бала.

**После третьего года обучения по программе обучающиеся будут знать:**

- ☐ развитие бальной культуры XVIII века, традиции балов, этикет;
- ☐ позиции рук и ног (в применении к историко-бытовому танцу); ☐  
поклон и реверанс XVIII века;

- ☐ историю развития и фигуры танца Французская кадрили.

**уметь:**

- ☐ исполнять элементы историко-бытового танца – pas de basque, pas польки с поворотом по кругу и pas вальса;
- ☐ танцевать соло, в паре и ансамбле танцы программы Весеннего бала.

**После четвертого года обучения по программе обучающиеся будут знать:**

- ☐ основные положения рук, корпуса, головы у дамы и кавалера в историко-бытовых танцах.
- ☐ реверансы и поклоны;
- ☐ историю развития бальной культуры XVI–XIX веков.

**уметь:**

- ☐ выразительно исполнять освоенные элементы историко-бытовых танцев;
- ☐ танцевать соло, в паре и ансамбле танцы программы Весеннего бала.

### **УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН**

| № | Название раздела, темы                              | Количество часов |           |           | Форма аттестации |
|---|-----------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------|------------------|
|   |                                                     | всего            | теория    | практика  |                  |
|   | Вводное занятие                                     | 2                | 2         |           |                  |
|   | <b>Основные элементы историко-бытового танца</b>    |                  |           |           |                  |
|   | Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног | 6                |           | 6         |                  |
|   | Поклоны и реверансы                                 | 6                |           | 6         |                  |
|   | Шаги                                                | 12               |           | 12        |                  |
|   | <b>Танцевальные композиции для бала</b>             |                  |           |           |                  |
|   | Берлинская полька                                   | 6                |           | 6         |                  |
|   | Па-де-Грас                                          | 4                |           | 4         |                  |
|   | Вальс «Дружба»                                      | 6                |           | 6         |                  |
|   | Полонез                                             | 4                |           | 4         |                  |
|   | Сударушка                                           | 6                |           | 6         |                  |
|   | Танец-игра «Ручеек»                                 | 2                |           | 2         |                  |
|   | Полька-тройка                                       | 4                |           | 4         |                  |
|   | <b>Танцевальная культура XV–XVI вв.</b>             | 4                | 4         |           |                  |
|   | <b>История бального костюма</b>                     | 4                | 4         |           | Тест             |
|   | Этикет                                              | 4                | 2         | 2         | Тест. бал        |
|   | Итоговое занятие                                    | 2                |           | 2         | бал              |
|   | <b>Всего</b>                                        | <b>72</b>        | <b>12</b> | <b>60</b> |                  |

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА первого года обучения (12-13 лет)**

Задачи первого года обучения: изучение танцевальных элементов историко-бытового танца, простых комбинаций и танцевальных этюдов; развитие координации движений; формирование первоначальных навыков общения партнеров; формирование понятий о танцевальной этикете, знакомство с понятиями ансамбля и графического рисунка танца.

**1. Вводное занятие** включает знакомство с коллективом, рассказ об историко-бытовом танце, о его связи с народным танцем, обсуждение плана работы, беседу о правилах проведения занятий и технике безопасности.

### **2. Основные элементы историко-бытового танца.**

**2.1. Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног** (в применении к историко-бытовому танцу).

Положение корпуса, плеч, головы: корпус необходимо держать прямо, плечи должны быть на одном уровне, голова чуть приподнята.

Позиции рук: в историко-бытовом танце приняты те же позиции, что и в классическом танце – I, II, III, а также применяется учебное положение: руки слегка отведены от корпуса, кисти продолжают линию рук.

Позиции ног: позиции ног в историко-бытовом танце приняты те же, что и в классическом танце – I, II, III, V, но менее выворотные. II и IV позиции чаще всего бывают проходящими, за исключением реверансов, где IV позиция фиксируется точно.

### **2.2. Поклоны и реверансы.**

Разучивается поклон и реверанс (см. Приложение № 2): -в

ритме вальса на четыре такта;

-в ритме полонеза на два такта;

-в ритме польки на два и один такт (книксен); -в

ритме Па-де-Граса на один такт.

Через полгода разучивается поклон XVI века. Реверанс вправо (см.

Приложение № 2):

- в ритме вальса на четыре такта; -

в ритме полонеза на два такта;

**2.3. Шаги:** бытовой, танцевальный, скользящий, боковой подъемный. Линия танца. Ходы русского танца.

1. Бытовой шаг – естественный шаг с каблука на всю стопу.

2. Танцевальный шаг – мягкий, плавный шаг с носка на всю стопу.

3. Скользящий шаг (*pas glisse*) – плавное, слитное движение, без остановок в позициях.

При исполнении шагов положения рук, принятые в историко-бытовом

танце: «за юбочку» у девушек; подготовительное положение рук и положение рук за спиной у юношей.

#### 4. Ходы русского бального танца:

- русский ход вперед и назад (по линиям и по кругу); -
- боковой ход (шаг с приставкой).

Шаги разучиваются по линиям, исполняются в основном по кругу, эту линию и принято условно называть линией танца. Направление против хода часовой стрелки считается направлением по линии танца. Воображаемый центр этой окружности также служит ориентиром при исполнении — положение лицом, спиной, правым или левым плечом к центру круга.

**3. Танцевальные композиции для бала.** Разучиваются движения и рисунок танцевальных композиций, исполняемых на балу.

##### 3.1. Полонез

Под музыку марша обучающиеся идут танцевальным шагом, с носка, не опуская голову, держа корпус подтянутым. Руки можно держать в учебном положении — у мальчиков: руки за спиной, на талии, одна кисть обхватывает запястье другой, локти в сторону; у девочек — первый, второй и третий пальцы легко держат край юбочки, локти округлены и повернуты немного вперед.

Под ритм марша разучиваются пространственные перестроения из колонны в шеренги.

##### 3.2. Полька

- подготовительное упражнение на «затактовый подскок»; -
- pas польки с продвижением вперед;
- галоп соло и в паре по I прямой позиции; -
- простейшие комбинации в паре.

Разучивание композиции танца «Берлинская полька». **3.3.**

##### «Па-де-Грас»

Комбинация шагов сначала разучивается по одному (соло). Потом в паре. Само название диктует грациозный характер танца. Движения его неторопливы, все остановки фиксируются, поэтому каждое па должно быть отточено. Следует обратить внимание на плавность перехода от движения к движению, на неторопливые переводы рук. Партнерам следует быть внимательными друг к другу при перемене положения в паре.

##### 3.4. Вальс «Дружба»

- pas glisse, releve вправо и влево; -
- подача рук в паре;
- за две руки, стоя лицом к лицу; -
- за одну руку, стоя лицом к лицу.

Разучивание перехода от одного партнера к другому. **3.5.**

**«Сударушка»**

Тройной переменный ход вперед, назад. Разучивание композиции танца.

**3.6. Танец-игра «Ручеёк»**

Разучивание правил игры. **3.7.**

**«Полька-тройка».**

Разучивание композиции танца, переходов от одного партнера к другому.

**Танцевальная программа «Весеннего бала» 1-го года обучения: 1.**

Полонез;

2. Вальс «Дружба;

3. Берлинская полька; 4.

Сударушка;

5. Танец-игра «Ручеёк»; 6.

Па-де-Грас;

7. Полька-тройка.

#### **4. Танцевальная культура XV–XVI вв.**

Сначала у танцев, которые служили для массового развлечения и исполнялись парой или большим количеством участников на танцевальных вечерах (бальные танцы) не было четко установленной формы. Были популярны низкие танцы — басседансы с поклонами, реверансами, салютами, часто сопровождаемые шествиями со свечами и факелами, пением самих танцующих, а также игрой на лютне, флейте, тамбурине и других музыкальных инструментах того времени. Обычно танцы объединялись, например, эстампида или басседанс с сальтареллой, павана с гальярдой. Возникновение

и теоретическая разработка правил бальных танцев происходит в 14 веке в Италии, откуда они проникают во Францию.

Композиция большинства бальных танцев этого времени была построена на поклонах, приближениях, удалениях исполнителей друг от друга. Движения ног составляли мелкие шаги. Уделялось большое внимание движению рук, манере носить платье, держать корпус, снимать шляпу, приветствовать партнера и гостей. Постепенно исчезали пантомимные и импровизационные элементы в танцах.

Народ исполнял бытовые танцы в простой и естественной манере, не придерживаясь специальных правил. Примеры народного бытового танца XVI века: бранль, фарандола, бурре и др. Обозначились различия между крестьянским и городским танцем. Со временем из городских танцев выделились придворные, бальные и салонные.

#### **5. История бального костюма**

Бальный костюм и его особенности. Общее видоизменение мужского и

женского костюма на протяжении различных исторических эпох бальной культуры.

#### **6. Этикет.**

Знакомство с бальным этикетом. Основные его требования представлены в приложении № 4.

**7. Итоговое занятие** включает проведение «Весеннего бала» и обсуждение результатов занятий за год.

### **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА второго года обучения (14 лет)**

Задачи второго года обучения: совершенствование полученных знаний, продолжение освоения репертуара историко-бытовых танцев, выработка навыков общения в паре, развитие умения ориентироваться в пространстве, развитие артистичности.

#### **1. Вводное занятие**

Знакомство с планами занятий на год. Ожидаемые результаты. Инструктаж по технике безопасности во время занятий.

#### **2. Основные элементы историко-бытового танца**

**2.1. Позиции ног и рук в историко-бытовом танце** соответствуют позициям классического танца, лишь позиции ног здесь менее выворотные, V позиция почти не применяется, а II и IV позиции чаще применяются как проходные. В историко-бытовом танце используются положения *epaulement croise* и *epaulement efface*.

Корпус во время исполнения держится прямо, голова поднята высоко. Положение в паре и подача рук изучаются на примере полонеза и падеграса. При этом необходимо подчеркнуть, что в паре ведущим является кавалер, а девочка стоит чуть впереди него.

#### **2.2. Поклоны и реверансы.**

Разучивается поклон XVII века (см. Приложение № 2):

-в ритме вальса на четыре такта;

-в ритме полонеза на два такта;

-в ритме польки на два и один такт (книксен);

-в ритме Па-де-граса на один такт

Необходимо сразу же обращать внимание на то, что надо точно ориентироваться во время вращения, соблюдая правильное положение по отношению к линии танца и к центру.

6. Галоп вперед соло и в паре.

7. Pas полонеза с продвижением вперед.

8. Pas balance: на месте; с продвижением вперед и назад; с поворотом на 90 градусов; в координации с движением рук.

Движение сначала следует разучивать, переступая на месте, и только потом — передвигаясь по кругу. Шаги должны быть небольшие, *plie* плавное, без резкого опускания вниз. Надо следить, чтобы обучающиеся не шаркали ногами по полу, чтобы корпус не «отставал» от ног, не наклонялся в стороны. Движение вперед должно быть торжественным: не вялым, но и без лишней суеты.

Для упражнения можно повторить *pas balance* с правой и левой ноги восемь раз, используя восемь тактов музыкального сопровождения. Надо добиваться мягкости движений, плавного покачивания из стороны в сторону. Голова при этом поворачивается в правую и левую сторону строго в профиль. Можно также немного наклонять корпус в сторону движения. Начинать разучивать *pas balance* на месте следует в медленном темпе. При исполнении в более быстром темпе надо избегать высоких полупальцев, следить, чтобы покачивания были из стороны в сторону, а не вверх — вниз.

### **3. Повторение разученных танцев**

Проводится повторение всего пройденного материала, обращая особое внимание на координацию. Такие движения, как *pas chasse*, *pas balance*, *pas de basque* и другие, могут выполняться с различными положениями рук, поворотами и наклонами головы.

Повторение ранее изученных танцев: 1.

- Вальс «Дружба;
- 2. Берлинская полька; 3.
- Сударушка;
- 4. Па-де-Грас;
- 5. Полька-тройка.

В дальнейшем начинается усложнение фигур танца переходом от одного партнера к другому, добавлением движений с вращением: *pas* польки с поворотом по кругу и *pas* вальса. Все это развивает умение обучающихся ориентироваться в пространстве.

### **4. Танцевальные композиции для бала 4.1.**

#### **Полонез**

-*pas* полонеза с продвижением вперед и назад соло и в паре; -*pas* полонеза в парах по кругу;  
-*pas* полонеза в парах, выполняя пространственные перестроения. Исполняя *pas* полонеза обучающиеся учатся держаться в паре, соблюдать рисунок танца, двигаться в ансамбле. 4.2.

#### **Па-де-патинер**

Очень живой и легкий танец, падепатинер рассчитан на умение хорошо исполнять *pas chasse* в быстром темпе. Он слегка имитирует движения конькобежцев.

#### **4.3. Полька**

- pas польки с продвижением вперед, назад; -
- pas польки боковое с dos-a-dos;
- pas польки с вращением по кругу соло. -
- разучивание комбинации польки.

#### **4.4. Испанский вальс**

- вальс с продвижением вперед и назад — вальсовая дорожка, -
- разучивание комбинации танца.

#### **4.5. Танец-игра «Котильон»**

Разучивание правил исполнения.

**Танцевальная программа «Весеннего бала» 2-го года обучения: 1.**

- Полонез;
2. Вальс «Дружба»; 3. Па-де-патинер; 4. Полька;
5. Па-де-грас;
6. Испанский вальс; 7. Сударушка;
8. Полька-тройка;
9. Танец-игра «Котильон».

#### **5. Танцевальная культура XVII века.**

В 16—17 веках законодательницей бальных танцев становится Франция. Распространяясь в 17 веке по всей Европе, постоянно обогащаясь и развиваясь в каждой из стран, бальные танцы приобретали своеобразные оттенки национальной стилистики. Наиболее популярным становится менуэт. В Академии танца, которая была основана в 1661 году в Париже, регламентировались стиль и манера исполнения бальных танцев, при этом запрещалась импровизация, нарушения определённого порядка (большое значение придавалось рангу танцующих).

Этикет придворного общества был очень строгим, он регламентировал тончайшие детали поведения. Это приводило к тому, что в придворном обществе появляется учитель танцев – преподаватель изящных манер. Большое значение придавалось поклонам и реверансам, так как они были не только знаком приветствия, но и танцевальными фигурами, которые придавали танцу особое торжественное величие.

Ассамблеи Петра I в России. Церемониальные танцы и танцы-игры. Особенности костюма галантного века.

#### **6. Этикет.**

Придворный этикет. Этикет во время бала (см. Приложении № 4).

**7. Итоговое занятие** включает проведение «Весеннего бала» и обсуждение результатов занятий за год.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА третьего года обучения (15 лет)**

Задачи третьего года обучения: освоение более сложных элементов историко-бытового танца, совершенствование техники и выразительности исполнения, изучение новых танцев, расширение представлений о танцевальном этикете на примере французской кадрили, дальнейшее развитие у учащихся чувства ансамбля и актерского мастерства.

**1. Вводное занятие** включает знакомство с коллективом, рассказ об историко-бытовом танце, о его связи с народным танцем, обсуждение плана работы, беседу о правилах проведения занятий и технике безопасности.

### **2. Основные элементы историко-бытового танца.**

**2.1.** Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног (в применении к историко-бытовому танцу).

#### **2.2.** Поклоны и реверансы.

Разучивается поклон XVIII века (см. Приложение № 2):

-в ритме вальса на четыре такта;

-в ритме полонеза на два такта;

-в ритме польки на два и один такт (книксен);

#### **2.3. Шаги:**

##### **1. Pas de basque.**

Для упражнения можно проделать pas de basque восемь раз с продвижением вперед по линиям. При этом надо следить, чтобы обучающиеся продвигались вперед почти по прямой, меняя только положение корпуса и головы, не смещаясь сильно из стороны в сторону.

##### **2. Pas balance:**

а) на месте;

б) с продвижением вперед и назад;

в) с поворотом на 90°, 180°;

г) в комбинации с шагами и поклонами.

##### **3. Pas вальса:**

а) Pas вальса по линиям и по кругу с вращением соло в правую сторону;

б) Развальса по линиям и по кругу с вращением в парах в правую сторону;  
в) Раз простейшие комбинации вальса с другими танцевальными элементами (pas balance, pas de basque).

4. I, II, III, IV формы pas chasse и pas double chasse.

### **3. Повторение разученных танцев:**

1. Полонез; 2.

Па-де-грас;

3. Испанский вальс;

4. Сударушка;

5. Полька-тройка.

### **4. Танцевальные композиции для бала.**

Разучиваются движения и рисунок танцевальных композиций, исполняемых на балу.

#### **4.1. Французская кадрили (II, IV, VI фигуры):**

Исходное положение для всех фигур французской кадрили: ноги у мальчиков в I позиции, у девочек в III позиции (левая нога впереди). Руки в учебном положении.

Изучение французской кадрили рекомендуется начинать с самой легкой фигуры — второй.

При всех выходах вперед и встречах с партнерами следует делать легкий поклон. Поклониться следует и стоящему партнеру после перехода на его сторону или по возвращении на свое место.

Танцующие должны быть очень внимательны друг к другу при подаче рук, расходах и переходах. Следует все время держать в поле зрения своего партнера и пару визави.

#### **4.2. Краковяк.**

При разучивании танца следует уделить внимание положению корпуса и рук в первой части. Переход из одной позы в другую должен быть плавным, но конечное положение необходимо зафиксировать. Движение pas de basque (припляс) знакомо учащимся по первому классу, но во втором можно требовать более энергичного и отточенного его исполнения. Следует обратить внимание на вторую часть танца — музыкальный размер 2А не должен влиять на вальсовое движение, оно по-прежнему выполняется мягко и слитно, хотя это и нелегко, так как темп достаточно быстрый.

#### **4.3. Фигурный вальс.**

а) pas вальса вперед и назад по линиям;

б) pas вальса вперед и назад в комбинации с pas balancé;

в) pas вальса вперед с применением port de bras;

Вальс в парах с вращением по кругу вправо.

Разучивается комбинация фигур вальса.

**Танцевальная программа «Весеннего бала» 3-го года обучения:**

1. Полонез;
3. Французская кадрили (II, IV, VI фигуры);
4. Испанский вальс;
5. Па-де-грас;
6. Фигурный вальс;
7. Краковяк;
8. Сударушка;
9. Польша-тройка.

На балу может быть проведена интеллектуальная викторина, посвященная истории танцевальной культуры.

**5. Танцевальная культура века.**

В XVIII веке получили распространение платные балы, первый общественный платный бал состоялся в 1715 в Париже. В 1768 в Париже открылось первое специализированное помещение для бальных танцев. Распространяются новые, более свободные танцы: паспье, мюзет, ригодон, контрданс, экосез, лендлер.

Появившийся в австрийской области Ландль парный круговой трёхдольный танец лендлер постепенно превратился во всем известный и всеми любимый вальс.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА  
четвертого года обучения (16 лет)**

Задачи четвертого года обучения: совершенствование всего пройденного материала, освоение стиля гавота, углубление работы над техникой, стилем и характером исполнения вальса, полонеза и польки; систематизация знаний по историко-бытовому танцу.

**1. Вводное занятие** включает обсуждение плана работы, беседу о правилах проведения занятий и технике безопасности.

**2. Основные элементы историко-бытового танца.**

**2.1.** Основные положения рук, корпуса, головы у дамы и кавалера в танцах XIX века.

**2.2.** Поклоны и реверансы.

Разучивается поклон XIX века (см. Приложение № 2):

- в ритме вальса на четыре такта;

- в ритме полонеза на два такта;

**2.3. Шаги:**

1. Pas de bourree с продвижением вперед;

2. Pas balance с танцевальными шагами, pas de basque, поклоном и

реверансом.

### **3. Повторение разученных танцев:**

1. Полонез;
3. Французская кадриль (II, IV, VI фигуры);
4. Испанский вальс;
5. Па-де-грас;
6. Фигурный вальс;
7. Краковяк;
8. Сударушка;
9. Полька.

### **4. Танцевальные композиции для бала**

#### **4.1. Французская кадриль (I, III V, фигуры):**

Шесть фигур этого танца исполняются любым четным количеством пар, стоящих в две линии на расстоянии пяти-шести шагов. Каждая фигура начинается с музыкального вступления — интродукции (8 тактов).

#### **4.2. Вальс-гавот**

Он имеет две части: первая построена на материале гавота, а вторая — на движениях вальса. Междуэтими частями есть один такт, предназначенный для перехода от одной части к другой.

#### **4.3 Вальс-мазурка**

Имеет две части: первая построена на материале мазурки, а вторая — на движениях вальса.

#### **4.4. Вальс по VI позиции:**

- рас вальса по линиям и по кругу с вращением соло в правую сторону;
- рас вальса по линиям и по кругу с вращением в парах в правую сторону;
- усложненные комбинации вальса с другими танцевальными элементами (с вращением в правую и левую сторону).

### **Танцевальная программа «Весеннего бала» 4-го года обучения:**

1. Полонез;
2. Фигурный вальс;
3. Французская кадриль;
4. Полька;
5. Па-де-Грас;
6. Вальс-гавот;
7. Краковяк;
8. Сударушка;
9. Вальс-Мазурка;
10. Вальс.

### **5. Танцевальная культура XIX века.**

Либерализация общественной жизни в 19 веке способствовала развитию массовых, ритмически живых и естественных бальных танцев. Повсеместное распространение получают танцы: лансье, лендлер, галоп, канкан, полька, мазурка, полонез. С середины 19 века гавот и менуэт вытесняются вальсом, в развитие которого наиболее весомый вклад внесли венские композиторы И. Штраус-отец, Й. Ланнер, И. Штраус-сын.

#### **6. Этикет.**

Придворный этикет. Этикетво время бала (см. Приложении № 4).

**7. Итоговое занятие** включает проведение «Весеннего бала» и обсуждение результатов занятий за год.

### **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

#### **Календарный учебный график**

| Каникулы | Дата начала каникул | Дата окончания каникул | Продолжительность (в календарных днях) |
|----------|---------------------|------------------------|----------------------------------------|
| Осенние  | 29.10.2022 г.       | 06.11.2022 г.          | 9                                      |
| Зимние   | 31.12.2022 г.       | 09.01.2023 г.          | 10                                     |
| Весенние | 18.03.2023 г.       | 26.03.2023 г.          | 9                                      |

#### **Методическое обеспечение**

Основой занятий является систематическое и последовательное обучение, развитие и эстетическое воспитание обучающихся.

Работа по данной программе базируется на дидактических принципах:

- систематичность, доступность, последовательность (от простого к сложному);
- учет психофизиологических и возрастных особенностей детей;
- актуальность, результативность.

#### **Условия реализации программы**

Для проведения теоретических занятий необходима проекционная или компьютерная техника для просмотра видеоматериалов.

Для проведения практических занятий необходимо:

1. Хореографический зал, оборудованный:

- деревянным полом,
- зеркалами,
- хорошей вентиляцией,
- хорошим освещением.

2. Набор фонограмм для занятий.

3. Устройство для воспроизведения фонограмм.

Для обучающихся необходима танцевальная обувь на небольшом каблучке.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Для учащихся:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии». М., Рольф, 1999.
2. Васильева Т.К. «Секрет танца». Санкт-Петербург, 1999.
3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов – на – Дону: «Феникс», 2003.
4. Карп П.М. Младшая муза. М.: Современник, 1997.

### Для педагога:

1. Астахова Н. (ред.) Правила вежливости и светского этикета. М.: Белый город, 2007. — 272 с.
2. Блок Л. Д. Классический танец. История и современность. — М., 2002. — 550 с.
3. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. — М – Л.: Искусство, 2000. — 400 с.
4. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец: Учеб. пособие — М.: «Гитис», 2005. — 387 с.
5. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих. М.: Театралис, 2004.
6. Воронина И. Историко-бытовой танец. Учебное пособие. — М.: Искусство, 1980. — 128 с.
7. Захарова О.Ю. Бальная эпоха первой половины XIX века. Героям 1812 года посвящается. — М.ЗАО Центрполиграф, 2012. — 271 с.
8. Захарова О.Ю. Русский бал XVIII - начала XX века. Танцы, костюмы, символика. М.: Центрполиграф, 2010. - 448 с.
9. Ивановский Н.П. Бальный танец XVI-XIX в. Л.: Искусство, 1948. — 9 с.
10. Крупкина Э., Воронин И. (Сост.) Музыкальная хрестоматия для уроков историко-бытового танца. М.: Музыка, 1980, — 114 с.

### Интернет-ресурсы

#### Описание танцев:

1. Па-де-Грас [Электронный ресурс] <http://dance123.ru/padegras-pa-de-gras> (Дата обращения: 20.06.2018).
2. Полька [Электронный ресурс] <http://dance123.ru/polka> (Дата обращения: 20.06.2018).
3. Испанский вальс [Электронный ресурс] <http://dance123.ru/ispanskij-vals> (Дата обращения: 20.06.2018).
4. Мазурка. [Электронный ресурс] <http://dance123.ru/mazurka> (Дата обращения: 20.06.2018).
5. Менуэт [Электронный ресурс] <http://dance123.ru/menuet> (Дата обращения:

20.06.2018).

6. Гавот [Электронный ресурс] <http://dance123.ru/gavot> (Дата обращения: 20.06.2018).

7. Кадриль [франц. Quadrilles – квадраты] [Электронный ресурс] <http://dance123.ru/kadril> (Дата обращения: 20.06.2018).

### 3. Приложение

#### 3.1. Календарно-тематический план.

| №  | Наименование разделов и тем                         | Форма проведения | Кол-во часов | Ресурс                                                                                        | План | Факт |
|----|-----------------------------------------------------|------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|
| 1  | Вводное занятие                                     | теория           | 1            |                                                                                               |      |      |
| 2  | Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног | практика         | 1            |                                                                                               |      |      |
| 3  | Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 4  | Постановка корпуса, плеч, головы. Позиции рук и ног |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 5  | Поклоны и реверансы                                 | в парах          | 1            |                                                                                               |      |      |
| 6  | Поклоны и реверансы                                 |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 7  | Поклоны и реверансы                                 |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 8  | Шаги                                                | групповое        | 1            |                                                                                               |      |      |
| 9  | Шаги                                                |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 10 | Шаги                                                |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 11 | Шаги                                                |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 12 | Госфатер. Постановка.                               | в парах          | 1            | <a href="http://dance123.ru/gavot">http://dance123.ru/gavot</a>                               |      |      |
| 13 | Госфатер.                                           |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 14 | Госфатер.                                           |                  |              |                                                                                               |      |      |
| 15 | Госфатер.                                           |                  |              |                                                                                               |      |      |
| 16 | Берлинская полька                                   | в парах          | 1            |                                                                                               |      |      |
| 17 | Берлинская полька                                   |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 17 | Берлинская полька                                   |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 19 | Па-де-Грас                                          | в парах          | 1            | <a href="http://dance123.ru/pade-gras-pa-de-gras">http://dance123.ru/pade-gras-pa-de-gras</a> |      |      |
| 20 | Па-де-Грас                                          |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 21 | Вальс                                               | в парах          | 1            | <a href="http://dance123.ru/ispa-nskij-vals">http://dance123.ru/ispa-nskij-vals</a>           |      |      |
| 22 | Вальс                                               |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 23 | Вальс                                               |                  | 1            |                                                                                               |      |      |
| 24 | Полонез                                             | в парах          | 1            | <a href="http://dance123.ru/men">http://dance123.ru/men</a>                                   |      |      |

|               |                        |           |           |                                                                 |  |  |
|---------------|------------------------|-----------|-----------|-----------------------------------------------------------------|--|--|
|               |                        |           |           | uet                                                             |  |  |
| 25            | Полонез                |           | 1         |                                                                 |  |  |
| 26            | Сударушка              | в парах   | 1         |                                                                 |  |  |
| 27            | Сударушка              |           | 1         |                                                                 |  |  |
| 28            | Танец-игра<br>«Ручеёк» | в парах   | 1         |                                                                 |  |  |
| 29            | Полька-тройка          | в парах   | 1         | <a href="http://dance123.ru/polka">http://dance123.ru/polka</a> |  |  |
| 30            | Полька-тройка          |           | 1         |                                                                 |  |  |
| 32            | Этикет                 | групповое | 1         |                                                                 |  |  |
| 33            | Этикет                 |           | 1         |                                                                 |  |  |
| 34            | Итоговое занятие       | бал       | 1         |                                                                 |  |  |
| <b>Итого:</b> |                        |           | <b>34</b> |                                                                 |  |  |

### 3.2. Лист корректировки

| №<br>п/п | Причина корректировки | Дата | Согласование с<br>заведующим<br>подразделения<br>(подпись) |
|----------|-----------------------|------|------------------------------------------------------------|
|          |                       |      |                                                            |