

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЖЕЛЕЗНОГОРСКИЙ КАДЕТСКИЙ КОРПУС»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**КУРСА ДО «ОБЩАЯ ХОРЕОГРАФИЯ»**

**5-11 КЛАССЫ**

---

(НАИМЕНОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА, ДИСЦИПЛИНЫ, МОДУЛЯ)

---

(КЛАСС, ПАРАЛЛЕЛЬ)

**ЗОЛОТАРЁВА Н.С.**

---

(Ф.И.О. ПЕДАГОГА)

**г. ЖЕЛЕЗНОГОРСК**

## НОРМАТИВНО - ПРАВОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Настоящая рабочая программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273 (п. 22 ст. 2; ч. 1, 5 ст. 12; ч. 7 ст. 28; ст. 30; п. 5 ч. 3 ст. 47; п. 1 ч. 1 ст. 48);
- постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрирован в Минюсте России 3 марта 2011 г.);
- устав краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Железногорский кадетский корпус»;
- учебный план КГБОУ «Железногорский кадетский корпус»;
- дополнительная образовательная программа по направлению краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Железногорский кадетский корпус»;
- нормативные правовые документы локального уровня.

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Предмет «Хореография» введен в школах нового типа в цикле предметов по эстетике. Знакомство детей с хореографическим искусством позволяет им не только постичь эстетику движений, но и помогает решению одной из важных задач эстетического воспитания — приобщению к богатству танцевального и музыкального творчества.

Предмет «Хореография» является обязательным для изучения в кадетских корпусах и Мариинских женских гимназиях Красноярского края. Он включен в кадетский компонент содержания образования кадетских корпусов и Мариинских гимназий.

*Целью дополнительной образовательной программы «Хореография» является развитие исполнительских способностей воспитанников, приобщение кадет к культурным российским традициям и достижениям общемировой культуры.*

*Задачи:*

Обучающие: освоение музыкально-танцевальной природы искусства, формирование у детей знаний в области хореографической культуры, танцевальных умений и навыков.

Развивающие: развитие исполнительских способностей кадет, творческой инициативы и воображения.

Оздоровительная: оздоровление кадет через систему движений и правильного дыхания.

Основой программы является репертуар, в который вошли танцы исторического наследия, а также популярные зарубежные балетные танцы: европейские и латиноамериканские.

Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения русского, народно-сценического, современного балетного и эстрадного танцев.

При разработке программы использовался учебно-методический комплекс Н.И. Бочкарёвой «Ритмика и хореография» (УМК для хореографических отделений общеобразовательных школ, гимназий, ДМИ, школ искусств, детских садов), программно-методические материалы «Кадетский компонент содержания образования и механизмы его реализации» (В.Н. Миронов, Н.В. Кораванец, выпуск 2).

*Программа рассчитана на кадет с 11 до 16 лет (5 — 9 классы).*

*Формы и режим занятий:*

Занятия по хореографии проводятся в группе (классе). Возможно деление группы (класса) на 2 подгруппы.

*Режим занятий:* одно занятие в неделю продолжительностью 45 минут.

*Ожидаемые результаты:* воспитанник, владеющий искусством танца в простейшей форме.

*Формы подведения итогов реализации образовательной программы:* зачет.

*Рекомендуемые формы зачета:*

Концерт.

Танцевальный конкурс.

Кадетский бал.

### СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

## **1-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **ПОЛЬКА**

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Выделение сильной доли такта через движение. Шаг галопа.

*2-й урок.* Галоп в сочетании с остановкой, притопом. Подскоки на месте в продвижении, повороте и т.д.

*3-й урок.* Па польки вперед, назад, по кругу.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

### **ПОЛОНЕЗ**

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Выделение сильной доли такта через движение. Шаг полонеза под счет.

*2-й урок.* Шаг полонеза под музыку. Манера исполнения.

*3-й урок.* Променад, колонна, поперечина.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

### **ИСПАНСКИЙ ВАЛЬС**

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Положение рук, ног.

*2-й урок.* Смена мест (круговое движение). Основной шаг лицом вперед, боком к центру.

*3-й урок.* Основной шаг по ходу движения в повороте (в паре).

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

### **РУССКИЙ ЛИРИЧЕСКИЙ**

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Манера исполнения. Позиции и положения рук, ног, головы.

*2-й урок.* Простой ход, переменный ход вперед и назад.

*3-й урок.* Переменный ход с притопом, с выносом ноги вперед.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

### **РОК-Н-РОЛЛ**

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Манера исполнения. Позиции ног, положения рук. Диско-пружинка, твист.

*2-й урок.* Основное движение танца на месте и в продвижении вперед и назад.

*3-й урок.* Шассе. Каблук-носок. Основное движение в повороте.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

## **2-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **ПОЛОНЕЗ**

*1-й урок.* Повторение пройденного материала. Фонтан, веер, расхождение.

*2-й урок.* Закрепление материала. Составление композиции.

### **ВЕНСКИЙ ВАЛЬС**

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Выделение сильной доли такта через движение. Променадная позиция. Спуски- подъемы.

*2-й урок.* Правый поворот под счёт.

*3-й урок.* Правый поворот под музыку.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

### **ФИГУРНЫЙ ВАЛЬС**

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Выделение сильной доли такта через движение. Свей.

*2-й урок.* Балансе, балансе с поворотом.

*3-й урок.* Окошко, открытие- закрытие в паре.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

#### РУССКИЙ НАРОДНЫЙ

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Выделение сильной доли такта через движение. Вариации поклонов.

*2-й урок.* Переменный ход с каблука, ковырялочка на месте и с продвижением.

*3-й урок.* Гармошка, елочка.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

#### СВИНГ

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Основной шаг.

*2-й урок.* Разновидности продвижения лицом вперед, спиной назад и по диагонали.

*3-й урок.* Поворот под рукой с выбросом ноги вперед.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

#### ДЖАЗ-МОДЕРН

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Изоляция.

*2-й урок.* Полицентрия.

*3-й урок.* Координация (комбинация).

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

### **3-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ**

#### ПОЛОНЕЗ

*1-й урок.* Повторение пройденного материала. Звездочки, шен, линии.

*2-й урок.* Закрепление материала, составление композиции.

#### ВЕНСКИЙ ВАЛЬС

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* Шаг-перемена.

*3-й урок.* Закрепление материала, составление композиции.

#### ФИГУРНЫЙ ВАЛЬС

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* Обводка, смена мест партнёров. Вальсовая дорожка.

*3-й урок.* Закрепление материала, составление композиции.

#### МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Свей. Правый поворот.

*2-й урок.* Шаг- перемена, маятник, качели.

*3-й урок.* Закрепление материала.

*4-й урок.* Составление композиции.

#### РУССКИЙ НАРОДНЫЙ

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* Моталочка, припадание.

*3-й урок.* Закрепление материала. Составление композиции.

#### ДЖАЙВ

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Выделение сильной доли такта через движение. Рок назад.

*2-й урок.* Джайв- шассе (влево, вправо).

*3-й урок.* Закрепление материала.

*4-й урок.* Составление композиции.

#### САМБА

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Выделение сильной доли такта через движение. Баунс.

*2-й урок.* Основной ход вперёд и назад.

*3-й урок.* Виск, вольты.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

#### ДЖАЗ-МОДЕРН

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* *Releve, point.*

*3-й урок.* *Contraction* и *release.*

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

### **4-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ**

#### ПОЛОНЕЗ

*1-й урок.* Повторение пройденного материала. Коридор, соло.

*2-й урок.* Закрепление материала, составление композиции.

#### ВЕНСКИЙ ВАЛЬС

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* Левый поворот.

*3-й урок.* Закрепление материала, составление композиции.

#### ФИГУРНЫЙ ВАЛЬС

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* Натуральный поворот, перемена вперед.

*3-й урок.* Закрепление материала, составление композиции.

#### МЕДЛЕННЫЙ ВАЛЬС

*1-й урок.* Повторение пройденного материала

*2-й урок.* Левый поворот.

*3-й урок.* Закрепление материала, составление композиции.

#### РУССКИЙ НАРОДНЫЙ

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* Верёвочка.

*3-й урок.* Хлопушка с фиксирующим ударом и скользящим.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

#### САМБА

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* Вольты- кросс.

*3-й урок.* Закрепление материала, составление композиции.

#### ЧА-ЧА-ЧА

*1-й урок.* Историческая справка. Прослушивание музыкального материала. Музыкальный размер, счёт. Основной ход под счет.

*2-й урок.* Основной ход вперед и назад.

*3-й урок.* Нью- йорк, рука к руке.

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

#### ДЖАЗ-МОДЕРН

*1-й урок.* Повторение пройденного материала.

*2-й урок.* *Body roll*, свинг.

*3-й урок.* *Roll up, roll down.*

*4-й урок.* Закрепление материала.

*5-й урок.* Составление композиции.

### **5-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ**

## ПОЛОНЕЗ

1-й урок. Повторение пройденного материала. До-за-до.

2-й урок. Обводка, выпад на колено, смена мест в парах и между партнерами.

3-й урок. Закрепление материала, составление композиции.

## ВЕНСКИЙ ВАЛЬС

1-й урок. Повторение пройденного материала.

2-й урок. Соединение перемены с правым и левым поворотом.

3-й урок. Закрепление материала.

4-й урок. Составление композиции.

## ФИГУРНЫЙ ВАЛЬС

1-й урок. Повторение пройденного материала.

2-й урок. Обратный поворот, вращение под рукой.

3-й урок. Закрепление материала.

4-й урок. Составление композиции.

## ДЖАЙВ

1-й урок. Повторение пройденного материала.

2-й урок. Смена мест слева направо и справа налево.

3-й урок. Закрепление материала, составление композиции.

## САМБА

1-й урок. Повторение пройденного материала.

2-й урок. Ботофого в закрытой и теневой позиции.

3-й урок. Закрепление материала, составление композиции.

## ЧА-ЧА-ЧА

1-й урок. Повторение пройденного материала.

2-й урок. Ключка, алемана.

3-й урок. Закрепление материала, составление композиции.

## РУССКИЙ НАРОДНЫЙ

1-й урок. Повторение пройденного материала.

2-й урок. Дробь одинарная.

3-й урок. Дробь двойная.

4-й урок. Падебаск. Закрепление материала.

5-й урок. Составление композиции.

## ДЖАЗ-МОДЕРН

1-й урок. Повторение пройденного материала.

2-й урок. Слайд, спирали.

3-й урок. Кросс.

4-й урок. Закрепление материала.

5-й урок. Составление композиции.

## **РЕПЕРТУАРНЫЙ ПЛАН**

### *Историко-бытовые танцы*

1. Полька.
2. Полонез.
3. Испанский вальс.
4. Фигурный вальс.

### *Европейские бальные танцы*

5. Венский вальс
6. Медленный вальс.

### *Латиноамериканские бальные танцы*

7. Самба.
8. Ча-ча-ча.
9. Джайв.

### *Современные танцы*

10. Рок-н-ролл.
11. Свинг.

12. Джаз - модерн.  
*Народно-сценические танцы*
13. Русский лирический.
14. Русский народный.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Специально оборудованный хореографический зал.
2. Форма для занятий. Чёрные шорты, белая футболка, белые носки, черные чешки.
3. Музыкальное сопровождение.

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ)

№	Наименование темы	Кол-во часов	
		По плану	По факту
<b>1-й год обучения</b>			
1	Вводный урок	1	
2	Ритмика	4	
3	Пластика движения	3	
4	Репертуар: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Полька</li> <li>• Полонез</li> <li>• Испанский вальс</li> <li>• Русский лирический</li> <li>• Рок-н-ролл</li> </ul>	5 5 5 5 5	
	Зачет, подведение итогов	2	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	
<b>2-й год обучения</b>			
1	Вводный урок	1	
2	Ритмика	3	
3	Пластика движения	2	
4	Репертуар: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Полонез</li> <li>• Венский вальс</li> <li>• Фигурный вальс</li> <li>• Русский народный</li> <li>• Свинг</li> <li>• Джаз- модерн</li> </ul>	2 5 5 5 5 5	
	Зачет, подведение итогов	1	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	
<b>3-й год обучения</b>			
1	Вводный урок	1	
2	Ритмика	2	
3	Пластика движения	1	
4	Репертуар: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Полонез</li> <li>• Венский вальс</li> <li>• Фигурный вальс</li> <li>• Медленный вальс</li> <li>• Русский народный</li> <li>• Джайв</li> </ul>	2 3 3 4 3 4	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Самба</li> <li>• Джаз- модерн</li> </ul>	5 5	
	<b>Зачет, подведение итогов</b>	<b>1</b>	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	
<b>4-й год обучения</b>			
<b>1</b>	<b>Вводный урок</b>	<b>1</b>	
<b>2</b>	<b>Ритмика</b>	<b>2</b>	
<b>3</b>	<b>Пластика движения</b>	<b>1</b>	
<b>4</b>	<b>Репертуар:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Полонез</li> <li>• Венский вальс</li> <li>• Фигурный вальс</li> <li>• Медленный вальс</li> <li>• Русский народный</li> <li>• Самба</li> <li>• Ча-ча-ча</li> <li>• Джаз-модерн</li> </ul>	2 3 3 3 5 3 5 5	
	<b>Зачет, подведение итогов</b>	<b>2</b>	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	
<b>5-й год обучения</b>			
<b>1</b>	<b>Вводный урок</b>	<b>1</b>	
<b>2</b>	<b>Ритмика</b>	<b>1</b>	
<b>3</b>	<b>Пластика движения</b>	<b>1</b>	
<b>4</b>	<b>Репертуар:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Полонез</li> <li>• Венский вальс</li> <li>• Фигурный вальс</li> <li>• Джайв</li> <li>• Самба</li> <li>• Ча-ча-ча</li> <li>• Русский народный</li> <li>• Джаз- модерн</li> </ul>	3 4 4 3 3 3 5 5	
	<b>Зачет, подведение итогов</b>	<b>1</b>	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	

### КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Кол-во часов	По плану	По факту
<b>1-й год обучения</b>				
<b>1</b>	<b>Вводный урок</b>	<b>1</b>		
<b>2</b>	<b>Ритмика</b>	<b>4</b>		
<b>3</b>	<b>Пластика движения</b>	<b>3</b>		
<b>4</b>	<b>Репертуар:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Полька</li> <li>• Полонез</li> <li>• Испанский вальс</li> </ul>	5 5 5		



	• Русский лирический	5		
	• Рок-н-ролл	5		
	<b>Зачет, подведение итогов</b>	<b>3</b>		
	<b>Итого</b>	<b>36</b>		
<b>2-й год обучения</b>				
<b>1</b>	<b>Вводный урок</b>	<b>1</b>		
<b>2</b>	<b>Ритмика</b>	<b>3</b>		
<b>3</b>	<b>Пластика движения</b>	<b>2</b>		
<b>4</b>	<b>Репертуар:</b>			
	• Полонез	2		
	• Венский вальс	5		
	• Фигурный вальс	5		
	• Русский народный	5		
	• Свинг	5		
	• Джаз- модерн	5		
	<b>Зачет, подведение итогов</b>	<b>2</b>		
	<b>Итого</b>	<b>35</b>		
<b>3-й год обучения</b>				
<b>1</b>	<b>Вводный урок</b>	<b>1</b>		
<b>2</b>	<b>Ритмика</b>	<b>2</b>		
<b>3</b>	<b>Пластика движения</b>	<b>1</b>		
<b>4</b>	<b>Репертуар:</b>			
	• Полонез	2		
	• Венский вальс	3		
	• Фигурный вальс	3		
	• Медленный вальс	4		
	• Русский народный	3		
	• Джайв	4		
	• Самба	5		
	• Джаз- модерн	5		
	<b>Зачет, подведение итогов</b>	<b>2</b>		
	<b>Итого</b>	<b>35</b>		
<b>4-й год обучения</b>				
<b>1</b>	<b>Вводный урок</b>	<b>1</b>		
<b>2</b>	<b>Ритмика</b>	<b>1</b>		

3	Пластика движения	1		
4	Репертуар:			
	• Полонез	2		
	• Венский вальс	3		
	• Фигурный вальс	3		
	• Медленный вальс	3		
	• Русский народный	5		
	• Самба	3		
	• Ча-ча-ча	5		
	• Джаз-модерн	5		
	Зачет, подведение итогов	3		
	Итого	35		
<b>5-й год обучения</b>				
1	Вводный урок	1		
2	Ритмика	1		
3	Пластика движения	1		
4	Репертуар:			
	• Полонез	3		
	• Венский вальс	4		
	• Фигурный вальс	4		
	• Джайв	3		
	• Самба	3		
	• Ча-ча-ча	3		
	• Русский народный	5		
	• Джаз-модерн	5		
	Зачет, подведение итогов	1		
	Итого	34		

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Бочкарева Н.И.* Ритмика и хореография. - Кемерово, 2000.
2. *Васильева-Рождественская М.* Историко-бытовой танец.
3. Перспективные направления и формы обучения танцам (из опыта работы ведущих учителей танцев Великобритании): Описание танцев/ Пер. Ю. Пина. — СПб., 1995.
4. Современный бальный танец/ Под ред. В.М. Стриганова и В.И. Уральской. — М.: Просвещение, 1977.
5. *Уолтер Лэрд.* Техника исполнения латиноамериканских танцев.—Томск, 1998.
6. The Ballroom Technique.
7. *В.Н. Миронов, Н.В. Корованец.* Кадеты Красноярья. Кадетский компонент содержания образования и механизмы его реализации: Программно-методические материалы. – Красноярск: РИО КГПУ, 2003. – 220 с.
8. *Н. Шереметьевская.* Танец на эстраде. — Москва, 2001.
9. *В.Н. Никитин.* Модерн- джаз танец. Продолжение обучения. — М.: ВЦХТ, 2001, — 168с., ил.
10. *Беке А.* Танцкласс от хореографа на канале ВВС/Антон дю Беке. — М.: Эксмо, 2008. — 224 с.: ил. + CD.