

Содержание

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы».....	4
1.1. Пояснительная записка.....	4
1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы.	8
1.3. Планируемые результаты.....	9
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий».....	10
2.1. Учебный план.....	10
2.2. Календарный учебный график.....	10
2.3. Рабочие программы.....	11
2.4. Методические материалы.....	12
Раздел 3. Комплекс форм аттестации.....	14
3.1. Формы аттестации.....	14
3.2. Оценочные материалы.....	15
3.3. Список литературы.....	17
Приложение 1. Рабочие программы.....	18

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы».

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Историко-бытовой танец» разработана с учетом требований, следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ "Об образовании в РФ";
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014г. № 1726 - р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006г. № 06 - 1844 " О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей";
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 11.2015 № 09 - 3242" О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ";
- Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Хореографическое искусство - массовое искусство доступное всем. Благодаря систематическим занятиям, дети приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру. Развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного, духовного и физического развития. Занятия танцем формирует правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манере поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Историко-бытовой танец» разработана для обучающихся кадетских классов.

В системе хореографического образования историко-бытовой танец является многофункциональным и дает возможность обучающимся кадетам, практически познать историческое развитие танца до начала XX века.

Программа приобщает обучающихся кадетских классов, к пониманию искусства танца и знакомит с художественной культурой прошлого, способствует формированию музыкального, художественного вкуса, творческому самовыражению и раскрытию индивидуальности каждого обучающегося.

Танцевальный материал (хореографические этюды) даётся в элементах и движениях, разучивается по правилам классического, народного и бального танцев. Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценить хореографическое произведение, музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов танца.

Актуальность и новизна программы.

Необходимость и актуальность программы обусловлена запросом образовательной организации, где организованы кадетские классы, т.к. хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного, духовного и физического развития.

Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Танцевальный материал дается в элементах и движениях,

разучивается по правилам школы классического, народного и бального танца. Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценить хореографическое произведение, музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов, чувство товарищества и взаимопомощи.

Адрес программы.

Обучающиеся кадетских классов в возрасте 13-14 лет.

Это период завершения физического созревания, когда организм достигает биологической зрелости, поэтому стремление выделиться, обратить на себя внимание, интерес к противоположному полу становится особенно значительными. Отсюда озабоченность своей внешностью, стремление к броским нарядам. Человек, уверенный в себе в таком подтверждении не нуждается.

Юность особенно чувствительна к внутренним психологическим проблемам. Этот возраст ценит в себе и других убеждения, кругозор, умственные способности, волю, стремятся к росту, развитию, творчеству, критическому мышлению. Подростки уделяют повышенный интерес к человеческой личности и межличностному общению, которое становится особенно значительным и избирательным.

В этот период многие старшие школьники сталкиваются с переживаниями одиночества. Тогда они тянутся к педагогу, если чувствуют в нем друга, понимающего собеседника, советчика. Бывают проблемы, которые лучше решить с педагогом, чем с родителями.

Дети иногда делятся своими проблемами в отношении с родителями, считая их неправыми. Приходится объяснять, почему родители поступают именно так, и как детям поговорить о своих проблемах с родителями. Рассказывают о своих друзьях, делятся своими переживаниями.

Это пора формирования самоуважения, на основе самосознания. Люди с высоким самоуважением (положительное уважение к себе) обычно более

самостоятельны, меньше поддаются внушению, положительно относятся к другим. С низким самоуважением (заниженная самооценка), склонны к комфортности (влияние других), отношение к окружающим занижено (как к себе). Чтобы скрыть свое “я”, прибегают к маске, игре. Подростки ранимы, болезненно реагируют на критику, избегают участия в общественной жизни, боятся соревнования.

Физически подростки готовы к большой нагрузке. Они сами уже осознают уровень своей танцевальной подготовки и начинают стремиться к лучшему, тем более, если есть на кого равняться. Им начинает доставлять физическая нагрузка, многократное повторение упражнения. Они начинают “слышать” свое тело, ощущать работу определенных мышц. Иногда я им предоставляю возможность сделать разминку самим. А когда бывает возможность, то и в младшей группе провести разминку и станок. Некоторые дети осознанно выполняют задание, стремятся к профессионализму, критично подходят к себе и педагогу, которому не прощают слабости. Поэтому педагог не должен сомневаться в своих силах, знаниях. Четко, энергично вести урок, быть примером для учеников. Я стараюсь показывать движения технично, эмоционально, не подавать плохого примера словами, поступками.

Вообще-то, ученики этой возрастной группы знают и выполняют все движения у станка (классический и народный экзерсис) и на середине. Но я не всегда использую на занятиях полный набор движений у станка. Это зависит от темы урока. Остаются для изучения, повторения все движения из предыдущей возрастной группы, только усложняются комбинации, темы движений, координация. Дети в этом возрасте сами могут контролировать нагрузку (под наблюдением педагога), они ощущают грань, за которой может быть опасно для здоровья. Продолжаются занятия партерной гимнастикой, где я даю много силовых упражнений на укрепление мышц спины, рук, ног, пресса, гибкость, выворотность, растяжку.

Срок реализации программы составляет 1 год (76 часов).

Занятия проводятся 1 раз в неделю, с нагрузкой 2 часа. Продолжительность занятия 45 минут, перерыв между занятиями 10 мин.

По уровню освоения – базовый уровень.

Форма обучения: очная; групповая. Групповая форма позволяет узнать обучающихся, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности. Наполняемость группы составляет 10-17 человек.

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы.

Цель: раскрытие творческой личности ребёнка средствами хореографического искусства через историко-бытовой танец.

Задачи:

Образовательные:

- приобщить обучающихся к истории возникновения искусства танца;
- сформировать основные хореографические навыки в области историко-бытового танца.

Развивающие:

- развить творческие способности и творческое воображение обучающихся;
- развить коммуникативные навыки.

Воспитательные:

- воспитать трудолюбие, формировать такие качества личности как терпение, целеустремлённость, выносливость;
- воспитать понимание значимости танца в жизни обучающегося;
- формировать потребность и навыки сохранения и укрепления здоровья.

1.3. Планируемые результаты.

Метопредметные результаты:

- активное формирование художественного восприятия историко-бытового танца;
- умение организовать свою деятельность в процессе познания мира через танцевальные образы;
- умение развивать критическое мышление.

Личностные результаты:

- наличие эмоционально-ценностного отношения к хореографическому искусству;
- позитивная оценка своих хореографических способностей.

Предметные результаты:

- стремление к музыкально-танцевальному самовыражению;
- умение соотносить выразительные и изобразительные танцевальные этюды;
- наблюдение на основе сходства и различия танцевальной техники. Темпа и образов.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий».

2.1. Учебный план.

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Общее кол-во	Теория	Практика	
1	Танцевальная культура XVI – XIX вв.	66	11	55	
2	Концертно-исполнительская деятельность	10	-	10	Концертная деятельность
	ИТОГО:	76	21	55	

2.2. Календарный учебный график.

Начало учебного года – 1 сентября

Окончание учебного года – 31 мая.

Продолжительность учебного года: 38 недель.

Праздничные и выходные дни:

- 4 ноября – День народного единства;
- 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 8 января - Новогодние каникулы
- 7 января - Рождество Христово
- 23 февраля - День защитника Отечества
- 8 марта - Международный женский день
- 29, 30 апреля – перенос выходных дней с 27 апреля и со 02 ноября
- 1 мая - Праздник Весны и Труда
- 9, 10 мая - День Победы
- 12 июня - День России

Продолжительность учебной недели – 6 дней.

Продолжительность занятий – 45 минут.

Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.

Сроки проведения промежуточной аттестации: с 15 по 30 мая.

2.3. Рабочие программы

Рабочая программа обеспечивает достижение планируемых результатов дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Историко-бытовой танец».

Рабочая программа учебного курса содержит:

- 1) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.
- 2) содержание учебного курса.

Полное изложение рабочих программ учебных курсов, предусмотренных при изучении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Историко-бытовой танец» приведено в Приложении №1.

2.4. Методические материалы

Материально-техническое обеспечение реализации программы.

Минимально необходимый для реализации программы «Историко-бытовой танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- танцевальный зал площадью 58 кв.м (на 10-17 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол), хореографические станки (палки) длиной не менее 10 погонных метров вдоль двух стен и не менее 5 метров с одной, зеркала размером 7м x 2м на двух стенах и 4 на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (фортепиано) в танцевальном зале;
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для обучающихся.

Информационное обеспечение программы.

- Информационно-методический материал (рекомендации, пособия);
- Образцы по учебным темам;
- Наглядный материал (видео, фото);
- Технологический материал (инструкции по ТБ, технологические карты).

Кадровое обеспечение - педагог дополнительного образования, имею высшее образование, высшую квалификационную категорию, педагогический стаж 22 года.

Методические материалы.

Краткое описание методики работы по программе включает в себя:

1. Особенности организации образовательного процесса – очное.
2. Для достижения поставленной цели и реализации задач программы используются следующие **методы обучения**:

- **словесный** (объяснение, разбор);
- **наглядный** (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся

танцевальных коллективов, для повышения общего уровня развития, обучающегося);

- **практический** (воспроизводящие и творческие упражнения, подробная проработка и последующая организация целого);

- **аналитический** (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);

- **эмоциональный** (подбор ассоциаций, манерного воспроизведения образов);

- **индивидуальный** подход к каждому обучающемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Педагогические технологии используемые для реализации программы:

- технология группового обучения;
- технология развивающего обучения;
- коммуникативная технология обучения;
- технология коллективной творческой деятельности;
- здоровьесберегающая технология и т.д.

Алгоритм учебного занятия:

Занятия состоит из трех частей:

1. Вводная часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Вводная часть - предлагаются упражнения на общую физическую подготовку и эмоциональный настрой обучающихся.

В основной части - закрепляется ранее выученный материал, изучается новый.

В заключительной часть - строится исполнение законченного танцевального этюда или элемента танца.

Раздел 3. Комплекс форм аттестации.

3.1. Формы аттестации.

Оценка качества реализации программы "Историко-бытовой танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость обучающихся проверяется на различных выступлениях: открытые занятия, класс-концерты и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет времени учебных занятий, предусмотренного по программе.

Открытые уроки, класс-концерты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет времени учебных занятий, предусмотренного по программе.

По завершении изучения программы по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка.

3.2. Оценочные материалы.

Критерии оценки качества исполнения

По итогам исполнения программы на контрольном занятии выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

С учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление обучающихся.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных обучающимися знаний, умений и навыков.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- концертная деятельность обучающегося;
- оценка на зачетных мероприятиях занятия или выступлении;
- конкурсные выступления обучающихся;
- другие выступления обучающихся в течение учебного года.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ПО УСВОЕНИЮ

ПРОГРАММЫ на период _____ уч.год

Название программы _____

Название детского объединения _____

Год обучения _____

Педагог _____

№ п\п	Фамилия, имя обучающегося	Возраст	Знания				Умения				
1											

Оценивание знаний, навыков и умений по 3-бальной шкале:

3 балла- отлично, 2 балла- хорошо, 1 балл- удовлетворительно

Если несколько групп в объединении разных лет обучения, то на каждую группу заполняется свой педагогический контроль.

3.3. Список литературы.

Для педагогов:

1. Васильева – Рождественская, М. Историко-бытовой танец. / М.: Искусство, 2002.
2. Ромм В.В. Палеохореография / В.В. Ромм // Человек. – 2003. - № 1.
3. Старк А Танцевальная терапия: сб./ А.Старк, К.Хендрика; пер. И. Бирюковой – Ярославль, 2001.
4. Тарасов, Н. Классический танец / Н. Тарасов. – М.: СПб: Лань; Издание 4-е, стер., 2008.
5. Чудайкина, О. Эстетическое воспитание детей и учащейся молодежи / О.Чудайкина и др. – Минск, 2000.

Для обучающихся:

1. Нарская Т.Б. Историко-бытовой танец. – Челябинск: ЧГАКИ, 2001.
2. Поляк Е.В. Историко-бытовой танец XVI-XIX веков. / Сборник нот. – Челябинск: ЧГИИК, 1998.
3. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. – М, 2003.

Список музыкальных произведений

1. Бинкин З. Вальс-мазурка
2. Богусловский С. Комбинированный вальс
3. Браславский Д. Фигурный вальс
4. Виттгауэр И. Гавот
5. Гейер О. Полька-мазурка
6. Грибоедов А. Вальс
7. Киянов Б. Вальс-гавот
8. Львов-Компанеец Д. «Весёлая полька»
9. Рахманинов С. Полька
10. Чайковский П. Полька из «Детского альбома»

Приложение 1. Рабочие программы.

Приложение к дополнительной
общеобразовательной
общеразвивающей программе
«Историко-бытовой танец»

**Рабочая программа по курсу
Историко-бытовой танец
«3 год обучения»**
(детское творческое объединение
«Хореография»,
руководитель Щекотова И.С.)

Учебно-тематический план

№ п\п	Тема занятия	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Общее кол-во	Теория	Практика	
Танцевальная культура XVI – XIX вв.					
1	Введение в дисциплину.	1	1		Экспресс-опросы, тесты.
2	1. Элементы танца «Полонез»: <ul style="list-style-type: none"> • основной ход, • основные положения рук, • основные движения, • комбинации «Полонез» <ul style="list-style-type: none"> а) pas полонеза; б) pas полонеза парами по кругу. 	40	6	34	Открытое занятие
3	Тема 2. Элементы танца «Полька»: <ul style="list-style-type: none"> • подскоки, pas галопа, • основные положения рук, комбинации «Полька». 	25	4	21	Открытое занятие.
Концертно-исполнительская деятельность					
4	Праздничные мероприятия. Выступления- «Полька», «Вальс»	10	-	10	Концертная деятельность
ИТОГО:		76	11	65	

Содержание учебно-тематического плана.

Раздел 1. Танцевальная культура XVI – XIX вв.

Тема 1. Элементы танца «Полонез».

Теория: Это — один из танцев, покоровших весь мир. Практически в любое время и в любой стране он был, прежде всего, торжественным шествием.

Первые танцы с общим названием «Польские танцы» известны 1544 г., но интересно отметить, что так их называют только иностранные источники, в

самой Польше таких названий не известно. А в самой Польше типичные «польские танцы» в начале XVIII в. называются венгерскими — исследователи считают, что такое название осталось в наследство от эпохи Стефана Батория, который был по происхождению венгром. В целом же для танцев XVI–XVII вв. в польско-венгерском регионе характерны следующие черты: это были прещессионные танцы, исполнявшиеся под музыку в ритме 2/4 (более поздний полонез имел ритм $\frac{3}{4}$). И только в начале XVIII в., под влиянием французских танцев, в Польшу пришла мода на ритмы в $\frac{3}{4}$.

В начале XIX века музыка полонеза получила свое дальнейшее развитие. Теперь его писали в эмоциональных и меланхолических тонах, а не в бравурных, как раньше. В это же время окончательно складывается характер полонеза как торжественного шествия, «короля маршей», открывающего танца бала. Во многом это было обусловлено тем, что именно таким полонез был в России, а Россия диктовала танцевальную моду сопредельным странам. Полонез был известен в это время в России, Польше, Германии, Франции, дошел (правда, скорее, как танцевальная экзотика) даже до Англии.

Так же полонез (традиционно называвшийся в России польским) был принят при дворе Петра Первого. Царь очень любил этот танец, позволявший водить гостей по всему дому (позже эта особенность полонеза часто использовалась для того, чтобы продемонстрировать богатство дающего бал хозяина).

Кроме того, в России, полонез существовал в двух видах — обычный и церемониальный. Церемониальный уже с петровских времен входил в ритуал свадьбы — светское празднование или начиналось, или заканчивалось им.

В первом случае он исполнялся тремя парами, во втором — пятью, и сочетал поклоны, степенное шествие и сам танец.

Обычный полонез танцевался практически на любых балах: и на свадебном после церемониального, и на придворном, и на частных балах.

«Обычный» полонез пережил и распространение менуэта, и появление мазурки, вальса и польки и остался (по крайней мере, в России) обязательным танцем бальной программы. Им открывался практически

любой бал (а в случае если бал открывался другим танцем, к примеру, вальсом, полонез чаще всего бал закрывал).

Практика.

Базовые шаги полонеза состоит из последовательности трёх обычных шагов: шаг с внешней (по отношению к партнёрам друг к другу) ноги на носок, шаг с внутренней ноги на носок, шаг с внешней ноги на стопу. Следующий шаг начинается уже с внутренней ноги. Таким образом, рисунок получается следующим: носок, носок, стопа.

При первом шаге происходит лёгкое приседание (плие) на опорной ноге с небольшим поворотом в сторону вынесенной вперед ноги. Дальнейшее движение осуществляется в распрямлённом положении, партнёры как бы тянутся вверх. Плечи должны быть раскрыты, осанка гордая, благородная.

- **Променад** (фр. *promenade*). Пары движутся основным шагом по кругу против часовой стрелки вслед за ведущей парой.
- **Колонна.** Дойдя до центра конца зала, первая пара поворачивает налево (в начало зала) и продолжает движение по диаметру круга. Все продолжают движение вслед за первой парой и постепенно выстраиваются в колонну.
- **Поперечина, траверсе** (фр. *la traverse*). Пары выстроены в две колонны параллельно друг другу по двум сторонам круга. Колонны идут навстречу друг другу по кругу. Когда пары встречаются, то кавалеры «левой линии» пропускают между собой и своими дамами дам другой «линии», а кавалеры «правой линии» пропускают между собой и своими дамами дам «левой линии». Получается своеобразная «расчёска» или «решётка». В конце фигуры пары соединяются, продолжая идти по кругу.
- **Фонтан** (фр. *la fontaine*). Пары выстроены в колонну в начале зала. Кавалер первой пары поворачивается налево и идёт по полукругу в конец зала. Дама первой пары идёт направо по полукругу в конец зала. Остальные пары доходят до места, где разошлась первая пара и только после этого расходятся — в том же порядке, что и первая пара.

- **Веер** (фр. *éventail*). Обычно эта фигура выполняется после «фонтана». Кавалеры идут по полукругу в конец зала слева (если смотреть в начало зала), их дамы идут параллельно им по полукругу справа (партнеры идут не вместе). Когда кавалер встречает свою даму, он предлагает ей руку, и пары расходятся следующим образом: нечётные пары идут в правый угол начала зала, а чётные — в левый угол начала зала. Дойдя до соответствующего угла зала, пары поворачивают и возвращаются в конец зала по своему полукругу.
- **Расхождение.** Выполняется аналогично «вееру». Первая пара колонны доходит до головы зала и возвращается в хвост зала по правой стороне круга, следующая доходит до её места и затем идет по левой стороне и т. д. (нечётные пары по правой стороне, чётные по левой). Каждая пара «уходит» назад только на начало следующего такта (то есть на счёт «раз»).
- **Линии (четвёрки).** Выполняются после расхода пар на две колонны из головы зала, когда пары возвращаются в хвост колонны по двум сторонам круга, продолжительность — 4 такта. Кавалер первой пары, дойдя до центра «хвоста» зала и поравнявшись с дамой второй пары, подает ей руку. Образовавшаяся четвёрка продолжает движение в голову зала по диаметру круга, при этом танцующие пошире расходятся друг от друга. Остальные пары таким же образом образуют четверки и следуют за ними.
- **Соло дам** — 8 тактов: Пары располагаются по двум линиям напротив друг друга. На первый такт дамы начинают движение к противоположному партнеру, при этом правая рука на кринолине слегка вынесена вперед, левая отведена назад. Поравнявшись с дамой пары визави правыми плечами, дама меняет руки и направление движения и, дойдя до кавалера пары визави (2 такта), обходит его против часовой стрелки (ещё 2 такта). При этом кавалер пары визави подает левую руку, правую держит за спиной дамы на уровне её талии, как будто прикрывая её сзади. Далее дамы таким же образом возвращаются к своим кавалерам (2 такта) и также их обходят (последние 2 такта).

- **Коридор** (выполняется после колонны): в начале очередной музыкальной фразы первая пара сходится и идёт обратно по «коридору» в «хвост» зала. За ней следуют остальные. (Обратите внимание, что дама в данном случае оказывается по левую руку.) В конце коридора первая пара поворачивает налево, вторая направо и т. д. и вновь идут к голове зала. На повороте в парах, поворачивающих налево, доворачивается дама так, чтобы встать по правую руку кавалера. В парах, поворачивающих направо, доворачивается кавалер.
- **Обход дамы.** Кавалеры становятся на одно колено и подают даме правую руку, дама обходит за четыре основных шага вокруг кавалера против часовой стрелки.

Тема 2. Элементы танца «Полька».

Теория. Пóлька — быстрый, живой среднеевропейский танец, а также жанр танцевальной музыки. Музыкальный размер польки — 2/4 (инф.). Полька появилась в середине XIX века в Богемии (современная Чехия), и с тех пор стала народным танцем.

Родиной польки можно по праву считать Чехию. В далеком 1834 году был создан прекрасный танец, который танцуется с разных позиций, и с открытой, и с закрытой. Виды польки: Финская полька, Полька Розамунда, Полька Сяккиярви, Хумппа

Согласно летописям Богемии, этот танец придумала девушка, которая жила в деревушке вблизи городка Лабска Тунисв. Звали девушку Анна Слезак и было это в 1834 году.

Если перевести с чешского языка — то полька — это половина. Это означает, что шаги польки основываются на том, что вес быстро переносится с одной ноги на другую. И уже в 1840 году на одном из театральных представлений был показан этот танец. Полька имела огромный успех. Ее стали учить во всех танцевальных школах. Этот танец был признан самым успешным, который могли танцевать даже те, кто не имел способностей. Считалось, что ритмы польки настолько зажигательны,

что способны пробудить желание танцевать даже у тех, кто совсем ничего не понимает в танцах.

Полька успешно дожила до нашего времени.

Практика. Элементы польки: галоп, шаг с подскоком.

Pas галопа. учатся первоначально по VI позиции.

Соло: девочки и мальчики.

По мере освоения галоп изучается по III позиции.

Подскоки. Первоначально изучаются как шаг с подскоком (работающая нога

находится у колена опорной ноги в невыворотном положении).

Подскоки исполняются на месте, в повороте на 1/4 круга, с продвижением по линии танца.

Pas degage.

Подготовительное или связующее движение.

Дега жировать – значит перенести тяжесть корпуса с одной ноги на другую.

Изучение танцевальных элементов сложных сочетаний и ускорение темпа:

- реверансы и поклоны из третьей позиции;
- pas boiteux (хромое па) вперед и назад;
- pas coupé (режущий шаг);
- «голубец (coup de talon) с продвижением в сторону;
- открытый и закрытый повороты;
- pas de bourrée — balancé;
- dos a dos с перекрещенными руками на уровне груди (движением вальса);
- pas chassé.
- Позиции ног: четвёртая, пятая;
- Pas glisse (скользящий шаг).