

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 26»

Принята на заседании
Педагогического совета
« 07 » июня 2023 г.
Протокол № 10

УТВЕРЖДАЮ:
Директор _____
« 07 » июня 2023 г.



Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа

«Школьный вальс»

Направленность: социально-гуманитарная

Возраст детей: 15-17 лет

Срок реализации: 2 месяца

Автор-составитель:
Тяжелова Екатерина Александровна, ПДО

Ярославль, 2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец неотделим от эволюции человечества. Он являлся выражением эмоций и чувств, налаживал связи в обществе, служил чем-то вроде духовной практики, предоставлял возможность поупражняться физически, снять стресс и, безусловно, играл важную роль в ритуале выбора партнера. Это указывает на растущую потребность людей воссоединиться друг с другом, обществом и самими собой. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений учащихся, формирует их художественное «я». Посредством хореографического искусства осуществляется процесс творческого развития личности.

Актуальность и новизна данного образовательного курса заключаются в том, что у современных школьников ярко выражен интерес к танцевальному искусству, и мы, взрослые, должны сделать всё, чтобы приобщить детей к творческой деятельности. Данная программа актуальна еще и в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. В классах, где проходит курс изучения вальса традиционно в конце учебного года проводятся праздничные мероприятия "Последний звонок" и "Выпускной бал", венцом которых является исполнение прощального вальса.

Педагогическая целесообразность. Хореография 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.

Программа имеет «стартовый уровень» сложности: предусматривает начальное систематическое и последовательное обучение обще хореографической подготовке, и основам классического и бального танцев. Ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение бального танца — вальса и воспитание способности к танцевальномузыкальной импровизации.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она в достаточно полной мере дает возможность детям отдохнуть, переключиться с учебы на активный вид деятельности, освоить танцевальные движения и развить нравственные качества, исполнительские способности (память, умение, копировать действия других, повторять увиденное и услышанное), что немаловажно для развития детей, но и творческие

(наблюдательность, умение анализировать, комбинировать, находить связи и зависимости закономерности).

В программу «Школьный вальс» включены упражнения и движения классического и бального танцев, доступные детям, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, рук, ног, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Занятия хореографией расширяют познавательные возможности учащихся в области истории, географии, литературы, музыки, фольклора, физической подготовки.

Направленность программы «Школьный вальс» - социально-гуманитарная.

Срок освоения программы:

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа, что соответствует требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14, от 04.07.2014 № 41 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ). Программа рассчитана на 16 часов. Программа реализуется в течение 4 месяцев.

Режим занятий: Работа кружка осуществляется 1 раз в неделю.

Категория обучающихся и условия реализации программы. Программа предназначена для обучающихся 9-11 классов (15-17 лет), проявляющих интерес к танцевальному искусству, и не имеющих медицинских противопоказаний. Зачисление обучающихся в объединение происходит на добровольной основе, на основании заявления родителя (законного представителя) или заявления обучающегося по исполнению ему 14 лет. Количество детей в группе - до 30 человек.

Основные цели программы:

1. Владение обучающимися основами вальса, создание композиции для выступления на последнем звонке.
2. Ознакомление с историей развития вальса (король танца);
3. Формирование правильной осанки, оздоровление через двигательную активность..

Задачи:

1. Развитие технических навыков в исполнении вальса;
2. Использование эстетических особенностей танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства коллективизма, организованности;
3. Обеспечение эмоциональной разгрузки школьников, воспитание культуры эмоций, движений;
4. Обучение согласованности своих действий с другими, работа в паре, в группе;

5. Воспитание доброжелательности и контактности в отношениях со сверстниками;
6. Развитие чувства ритма и координации движений.

Принципы обучения:

- принцип дидактики - «построение» учебного процесса от простого к сложному;
- принцип системности - подразумевает систематическое проведение занятий;
- принцип демократизма - основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создание эмоционально-комфортного климата в социальной среде;
- принципы сознательности и активности - предусматривает сознательности в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу;
- принцип наглядности - помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений, повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений. Приемы наглядности: прослушивание музыкальных произведений, словесный разбор средств музыкальной выразительности, демонстрация ритмических упражнений и танцевальных движений, изучение схем, рисунков, наглядных пособий и др.

Методы и методические приемы обучения.

1. Словесный метод (объяснение, беседа, диалог, консультация);
2. метод наблюдения (визуально);
3. наглядный метод: метод иллюстраций: просмотр видеофайлов;
4. метод демонстраций: показ фигур танца;
5. практический: многократное повторение и отработка материала.

Условия реализации программы:

- необходимое количество часов;
- светлый зал;
- наличие музыкальной аппаратуры;
- тренировочная одежда и обувь для учащихся;
- соблюдение правил охраны труда, норм санитарной гигиены в помещении и правил противопожарной безопасности;

- наличие учебного, научно-методического, диагностического, дидактического материала.

Ожидаемый результат.

Данная программа ориентирована на работу с обучающимися, независимо от наличия у них специальных физических данных. Включает в себя практически полный объем информации по обучению вальса.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Учебный план

№	Раздел программы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие, организационная работа. Беседа по хореографическому искусству.	1	
2	Разучивание техники танцевального комплекса.		2
3	Основные движения бального танца - Фигурный вальс.		4
4	Отработка техники исполнения постановочной композиции.		3
5	Постановочная работа.		6
	Итого:	16	

Календарно- учебный график

- начало занятий – 17 марта текущего учебного года;
- окончание занятий – 18 мая текущего учебного года;
- режим занятий: 8 недель, 1 раз в неделю (четверг), 2 занятия в день, 2 занятия в неделю по 45 минут с перерывами на отдых 10 минут.

Календарно -тематическое планирование

№	Тема занятий	Кол-во часов
1.	Вводное занятие, организационная работа. Инструктаж по ТБ. Вступительная беседа: цели, задачи, требования к учащимся в процессе обучения.	1
2.	Разучивание техники танцевального комплекса. Виды вальса. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Поклон и реверанс. Положения в паре.	1
3.	Разучивание техники танцевального комплекса: статистическая гимнастика (упражнения выполняемые без перемещения по залу)	1
4.	Основные движения бального танца: шаг вальса по линии танца, вальсовая дорожка (променад); маленький квадрат вальса с правой ноги.	1
5.	Основные движения бального танца.; поворот партнерши под рукой, разворот друг от друга с раскрытием, правый поворот, движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене.	1

6.	Основные движения бального танца: «Лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее); «Окошечко» (Фигура в паре)	1
7.	Основные движения бального танца: «Променад» (вальсовое вращение дам и одновременное шоссэ кавалеров). Вальсовые повороты в паре., правый поворот в паре, «Балансе».	1
8.	Отработка техники исполнения постановочной композиции.	1
9.	Отработка техники исполнения постановочной композиции. Совершенствование исполнительского мастерства.	1
10.	Отработка техники исполнения постановочной композиции. Индивидуальная работа с парами.	1
11.	Постановочная работа.	1
12.	Постановочная работа.	1
13.	Постановочная работа.	1
14.	Проведение репетиций и подготовка к показательным выступлениям.	1
15.	Проведение репетиций и подготовка к показательным выступлениям.	1
16.	Проведение репетиций и подготовка к показательным выступлениям.	1

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Цели и задачи обучения вальсу в общеобразовательной школе. История возникновения вальса. Инструктаж по ТБ. Вступительная беседа: цели, задачи, требования к учащимся в процессе обучения. История возникновения и развитие вальса. Истоки зарождения вальса; его разновидности: «Вольта», Венский вальс, Медленный вальс, Фигурный вальс.

Тема 2. Разучивание техники танцевального комплекса.

Для учащихся, не имеющих хореографической подготовки и не знакомых с терминологией, предлагаются элементарные понятия по предмету бальный танец. Знакомят с принятыми сокращениями, основными позициями ног в вальсе, позициями рук, положениями в паре. Изучают поклон и реверанс. Даются рекомендации начинающим.

Тема 3. Основные движения бального танца - Фигурный вальс.

Для освоения навыков исполнения вальса необходимо проучить с учащимися наиболее характерные движения фигурного вальса:

- Танцевальный шаг
- Вальсовые повороты
- Правый поворот
- Первая половина поворота

- Вторая половина поворота
- Поворот в паре
- Дорожка променад
- "Балансе"
- Вальсовая дорожка (променад)
- Вращение в паре вокруг правой оси
- «Окошечко» (Фигура в паре)
- Поддержки различной сложности

Отработанные движения рекомендуется объединить в танцевальные комбинации.

Тема 4. Отработка техники исполнения постановочной композиции.

Совершенствование исполнительского мастерства. Индивидуальная работа с парами.

Тема 5. Постановочная работа.

Составление танцевальных композиций или использование рекомендуемых композиций. Приведенный репертуар не является основным и может изменяться с учетом уровня восприятия, эмоционального и физического развития, интересов учащихся, старшего школьного возраста, для которого характерно личностное творческое самовыражение. Совершенствование исполнительского мастерства. Проведение репетиций и подготовка к показательным выступлениям.

Формы аттестации и контроля

Основной формой учебной и воспитательной работы является групповой урок, проводимый педагогом. На уроке учащиеся приобретают основные навыки и знания.

Наиболее приемлемой и показательной формой подведения итогов обучения детей по программе Школьный вальс является их участие в открытых уроках, конкурсных и концертных мероприятиях, на Последнем звонке.

Главным критерием достижения результата на протяжении всего периода обучения является подготовленный творческий номер. Практическим выходом реализации программы является выступление на школьном концерте.

Контроль усвоения учебной программы ведется на протяжении всех занятий. Установились следующие формы контроля успеваемости учащихся:

текущий контроль (оценка ежеурочной работы учащегося на занятии);

промежуточный контроль (осуществляется в ходе открытых уроков в присутствии родителей);

итоговый контроль (в виде конкурсных и концертных мероприятий, на Последнем

звонке.)

Итоговая аттестация (контрольный урок) проводится после освоения всего объема образовательной программы.

Оценочные материалы

1. Педагогические наблюдения: активность на занятиях, вовлечение в творческий процесс, заинтересованность в достижении цели.
2. Мониторинг образовательной деятельности детей: самооценка обучающихся, школьные выступления, фото-, видеоотчеты.
3. Педагогический анализ: зачет, опросы, участие в мероприятиях, проектах.
4. Педагогический мониторинг: практические задания, педагогические отзывы, ведение педагогического дневника.
5. Диагностика личностных результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Оценивание производится по пятибалльной системе исходя из следующих принципов:

«Отлично»-«5». Знание всего материала наизусть, согласно требованиям класса. Развито чувство пластичного совершенства движений, его идеальной формы, техники исполнения движений. Владение навыком мысленного оперирования элементами танца, умение видеть их внутренним взором и переводить мысленно представленное в целенаправленное физическое действие.

«Хорошо»-«4». Знание всего материала наизусть, согласно требованиям класса. Характер, стиль, техника и манера исполнения движения развиты хорошо. Имеются навыки самоконтроля и умения направлять свои усилия в русло правильной мышечной работы. Владеет навыками сценической культуры.

«Удовлетворительно»-«3». 1-2 ошибки при исполнении материала наизусть. Развиты анализаторы зрительных и мышечных ощущений, связанных с музыкальным восприятием.

«Неудовлетворительно»-«2». Ученик не знает материал программы.

«Неудовлетворительно»-«1». Отсутствие посещаемости

Форма подведения итогов по каждой теме или разделу

№	Тема занятий	Форма подведения итогов
---	--------------	-------------------------

1	Вводное занятие, организационная работа. Беседа по хореографическому искусству.	опрос
2	Разучивание техники танцевального комплекса.	Вариация из упражнений направленная на координацию, равновесие, на растяжку, подвижность связок и суставов.
3	Основные движения бального танца - Фигурный вальс.	Небольшая композиция с использованием танцевальных элементов
4	Отработка техники исполнения постановочной композиции.	Творческое задание.
5	Постановочная работа.	Танец

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОГО ОБОРУДОВАНИЯ:

К техническим средствам обучения, которые могут и должны эффективно использоваться на занятиях, относятся:

- DVD-плеер;
- цифровой фотоаппарат, цифровая камера (видеокамера);
- компьютер.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
2. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.
3. С.Казлаускас, Танцуем и играем, Шауляйский университет, 1997.
4. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
5. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.
6. Гребенкин А.В. Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М.:, 2003.

Информационные ресурсы:

Сайт: esta.nm.ru/dance/fw.html

<http://chertkov.ucoz.ru/MethodMaterial/Muz/posobie.pdf> Сайт:

www.valsis.ru (Учись танцевать вальс!)

<http://www.youtube.com/watch?v=GI37fUfGteY>

<http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln8Q>

<http://4dancer.ru/index.php?nma=blog&fla=news&cat=20&ids=91>

http://tancor.spb.ru/f_waltz.htm

<http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ3Qup-Y> <http://www.4dancing.ru/blogs/060910/266/>

<http://terpsihora.net/index.php/uroki/teoriya/131-pozitsii-ruk-i-nog-v-klassicheskom-tantse>