ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА....2
Цели и задачи:....2
Задачи кружковой деятельности:....3
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА....4
СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА....6
Тема 3. Разучивание техники танцевального комплекса....6
Тема 4. Основные движения бального танца - Фигурный вальс....6
Тема 5. Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала....7
Тема 6. Постановочная работа....7
Тема 8. Повторение и закрепление пройденного материала....7
Тематическое планирование....8
ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ....9

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа кружка «Выпускной вальс» составленная для обучающихся 11 классов МБОУ «СОШ №6» является частью учебного процесса.

Введение

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 его художественное «я». Посредством хореографического искусства осуществляется процесс творческого развития личности. Программа позволяет ознакомиться с историей развития танца, практически овладеть основами «Фигурного вальса», что позволит учащимся выступать на различных мероприятиях. Занятия танцем формируют правильную осанку, совершенствуют координацию движений, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе.

Групповая форма работы учащихся на занятии позволяет ребятам избавиться от излишней стеснительности, позволяет обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движений, предоставить им возможность раскрыться в ином свете перед своими одноклассниками, сформировать крепкий и дружный коллектив.

Занятие в кружке позволяет выявить одарённых детей и направить их для совершенствования мастерства в ДШИ, дома культуры, спортивные школы. Направленность программы кружка «школьный вальс» по содержанию является спортивно-оздоровительной, общекультурной, по форме организации кружковой, рассчитанной на 1 год.
Программа рассчитана на проведение занятий 1 час в неделю.

Цели и задачи:

При планировании работы кружка учитываются основные цели:

1. Овладение учащимися основ вальса, создание композиции для выступления на последнем звонке.
2. Ознакомление с историей развития вальса (король танца);
3. Формирование правильной осанки учащихся, оздоровление через двигательную активность, профилактика вредных привычек.

Задачи кружковой деятельности:

1. Развивать технические навыки в исполнении вальса в процессе обучения у учащихся;
2. Использовать эстетические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства коллективизма, организованности;
3. Обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движения;
4. Согласовывать свои действия с другими детьми, работа в паре, в группе;
5. Воспитывать доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками;
6. Развивать чувство ритма и координацию движения.

Ведущей формой организации обучения является **групповая.**
Наряду с групповой формой работы, работы в парах, осуществляется дифференцированный подход к обучающим, так как в связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении учебного материала может быть различной.
Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к занятиям и способствует творческому росту обучающихся.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Данная программа ориентирована на работу с обучающимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на привитие начальных навыков в изучении вальса. Предлагаемая программа включает в себя практически полный объем информации по обучению вальса в школе. В программный материал по изучению вальса входит:

- беседы об истории возникновения и развития вальса;
- усвоение тренировочных упражнений на середине зала;
- разучивание отдельных движений и комбинаций;
- разучивание композиций.

Личностные результаты:

 о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;

 правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе.

 правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.

 анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели.

 соблюдать правила поведения в танц. классе и дисциплину;

 правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).

 выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.

Метапредметные результаты:

 знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа.

 иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

 планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей

 адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей

 контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья.

Предметные:

 необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев;

 танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты.

 работать с танцевальными движениями: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки,

элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, гармошечка, ёлочка;

- импровизировать;
- работать в группе, в коллективе.
- выступать перед публикой, зрителями.
- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект
- иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

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. Разминка. Тренировочные упражнении

Вводные упражнения в начале урока нацеленные на подготовку двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогревание мышц и активация их восприимчивости.

Независимо от выбранного комплекса, для каждого урока подбираются группы упражнений для всех частей тела: для рук, ног, мышечных групп живота, спины - различные приседания, наклоны, перегибания, вращательные движения для отдельных суставов и частей тела.

Вторая задача этих упражнений – активизация дыхания. Педагог должен с самого первого занятия обращать внимание учеников на правильное дыхание при выполнении физических упражнений. Вдох на расслаблении, выдох на момент напряжения.

Предлагается чередовать или объединять тренировочные движения:

- статистическая гимнастика (упражнения выполняемые в основном без перемещения по залу);
- динамическая гимнастика (упражнения выполняемые с перемещением по залу);
- тренировочные элементы джаз - танца для мышечного напряжения и расслабления.
- основной шаг вальса.

Тема 3. 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 4. 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
- "Балянсе"
- Вальсовая дорожка (променад)
- Вращение в паре вокруг правой оси

- «Окошечко» (Фигура в паре)
- Поддержки различной сложности

Отработанные движения рекомендуется объединить в танцевальные комбинации.

Тема 5. Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.

Развитие полученных хореографических навыков. Обучение учащихся грациозности и органичности движений, обращению с партнером, умению соотносить свои движения с услышанной музыкой.

Отработка танцевальных этюдов.

Тема 6. 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

Тема 7. Отработка техники исполнения постановочной композиции.

Совершенствование исполнительского мастерства. Индивидуальная работа с парами.

Тема 8. Повторение и закрепление пройденного материала.

Совершенствование исполнительского мастерства. Проведение репетиций и подготовка к показательным выступлениям.

Тематическое планирование

(1 час в неделю, всего 34 часов)

№	Темы	Теоретическая часть	Практическая часть
1.	Вводное занятие: цели и задачи обучения вальсу. История возникновения и развития вальса. Музыка вальса. Размер, темп вальса.	1	1
2.	Разминка. Основные понятия бального танца. Позиции ног, позиции рук, основой шаг вальса.		2
3.	Разминка. Разучивание техники танцевального комплекса вальса. Поклон и реверанс.		5
4.	Разминка. Основные движения бального танца – фигурный вальс. Объединение движений в простые комбинации.		5
5.	Разминка. Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала. Работа над композицией.		5
6.	Разминка. Постановочная работа. Схема композиции.		4
7.	Разминка. Отработка техники исполнения постановочной композиции.		7
8.	Разминка. Повторение и закрепление пройденного материала. Подготовка вальса для выступления.		5
	Всего		34

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

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.
7. Зуева И.А. Современные танцы 2008г.
8. И.В. Макарова, В.П. Созонов Учитель и ученик: от воспитания к самовоспитанию. - Ижевск, 2017г.

Информационные ресурсы:

Сайт: www.valsis.ru (Учись танцевать вальс!)

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

http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln_8Q

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

http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ_3Qup-Y