**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

 **«ЧЕРНОМОРСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 1 ИМ. НИКОЛАЯ КУДРИ»**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ЧЕРНОМОРСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

*К ООП СОО, утвержденной приказом по школе*

 *от 29.08.2022 № 329*

**РАССМОТРЕНО**  **СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО**

на заседании МО классных зам. директора по ВР приказом по школе

руководителей \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В. Дорофеева от 29.08.2022 г. № 329

«29 » августа 2022 г. «29» августа 2022 г.

Руководитель

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ю.И. Гобела .

№ «1» протокола

«29» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Название курса: **Крымский** **вальс**

Класс: **11**

Уровень общего образования: **среднее общее образование**

Уровень: **базовый**

Ф.И.О. учителей: **Дроган Ирина Геннадьевна / Сингур Яна Владимировна**

Год составления рабочей программы: **2022**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная программа основана на авторской программе курса «Крымский вальс» для 11-х классов общеобразовательных учебных заведений Автономной Республики Крым.

Преподавание кружка «Крымский вальс» в средней школе осуществляется в соответствии с основными нормативными документами, определяющими структуру и содержание курса.

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, 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, 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 клубы, спортивные школы.

Программа кружка рассчитана на **34 часа** за год – **1** час в неделю.

**Направленность** программы кружка «Крымский вальс» по содержанию является спортивно-оздоровительной, общекультурной, по форме организации кружковой, рассчитанной на 1 год.

 В  основу проекта обучения  фигурному  вальсу  были положены следующие **принципы:**- *принцип системности* – предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении;
- *принцип дифференциации* – предполагает выявление и развитие у учеников склонностей и способностей по различным направлениям;
- *принцип увлекательности* является одним из самых важных, он учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
 - *принцип коллективизма* – в коллективных творческих делах происходит развитие разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу.

 **Актуальность** программы обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств человека для воспитания всесторонне-развитой личности и формированию у учащихся правильной осанки.

**Педагогическая целесообразность** данного курса для старших школьников обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, сформировать нравственно - эстетические чувства и основы двигательных навыков.

При планировании работы кружка учитываются основные **цели**:

- овладение учащимися основ вальса;

- ознакомление с историей развития этого танца;

- формирование правильной осанки учащихся.

 **Задачи** кружковой деятельности:

- в процессе обучения у учащихся развивать технические навыки в исполнении вальса;

- использовать эстетические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства коллективизма, организованности;

- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движения;

-развивать умение согласовывать свои действия с другими детьми;

- воспитывать доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками;

- развивать чувство ритма и координацию движения.

**Возраст** ребят, участвующих в реализации программы от 15 до 18 лет. Программа рассчитана на 1 год для работы с учащимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на привитие начальных навыков в изучении вальса.

**Формы и методы работы**

**Форма занятий** - групповые занятия, со всей группой одновременно.   Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме. Основное время отводится на практические занятия.

**Режим занятий**

Расписание занятий кружка строится из расчета одно занятиe в неделю. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями ребят, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

**Планируемые результаты реализации программы:**

Учащиеся должны знать:

- основные понятия, терминологию бального танца;

 - структуру фигурного вальса;

- позиции рук, ног.

Должны уметь:

- использовать полученные знания и навыки для участия в      композициях и постановках;

- предлагаемый материал: воспринимать, запоминать, применять;

- грациозно и органично двигаться, общаться с партнером;

- соотносить свои движения с услышанной музыкой.

А также избавляются от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретают общительность, открытость, бережное отношение к окружающему миру, ответственность перед коллективом.

**Содержание программы:**

**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.

**Теоретическая часть:**

История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер ¾. Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца.

**Практическая  часть:**

 Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой. Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой балансе по линии танца, а затем против нее).  Вальсовая дорожка (променад).  Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко». Раскрытия. Движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене.  Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти. Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти. Маленький квадрат в паре. Большой квадрат в паре. Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом. Движения в паре с поворотом (венский вальс). «Окошко» и смена мест. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой. Шаги вальса по круг.

**Методические рекомендации**

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов. Проработка небольшого количества материала дает возможность качественного его усвоения. Задача педагога при изучении движений, положения или позы разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и четкого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. Излишнее и подробное словесное объяснение может привести к потере внимания учащихся. В тоже время, нельзя ограничиваться только практическим показом. В этом случае материал воспринимается подражательно и не осознанно. Последовательность в учебном процессе при формировании танцевальных навыков состоит из следующих этапов:

- вводные упражнения, предварительная подготовка организма, вспомогательно - тренировочные движения (разминка) даются в начале урока и нацелены на подготовку двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогревание мышц и активизацию их восприимчивости;

- разучивание техники танцевального комплекса (основные понятия и движения бального танца – фигурного вальса);

- совершенствование танцевальной техники до степени свободного владения ею;

- постепенное соединение разученного материала в танцевальные комбинации, танцевальные композиции;

- работа над этюдами, танцевальными композициями с применением знаний, умений и навыков всего курса обучения.

Способности у учащихся, как известно, бывают разные. У одних телосложение лучше, у других хуже, мышцы и связки одних более эластичны, чем у других, восприимчивость, память тоже неодинаковы. Поэтому большое значение имеет терпеливость и выдержка преподавателя, желание раскрыть индивидуальность своих учеников. Это способствует творческой атмосфере на уроке.

Одежда учащихся должна быть удобной, не стесняющей движений. Обувь для занятий необходима легкая, без толстой подошвы и высоких каблуков. Помещение для занятий должно быть достаточно просторным. Музыкальное сопровождение является существенным фактором активизации творческого интереса учащихся и основой для усвоения темпа и ритма движений, поэтому в работе желательно эффективное использование технических средств.

**Оценка**

**Формой подведения итогов** считать: выступление на школьных праздниках, участие в школьных мероприятиях, на выпускном вечере

**Содержание программы:**

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.

**1. Теоретическая часть:** История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер ¾. Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца.

**2. Практическая часть:** Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой. Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой балансе по линии танца, а затем против нее). Вальсовая дорожка (променад). Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко». Раскрытия. Движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене. Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти. Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти. Маленький квадрат в паре. Большой квадрат в паре. Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре впередназад с медленным поворотом. Движения в паре с поворотом (венский вальс). «Окошко» и смена мест. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой. Шаги вальса по кругу.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **№ п/п** | **Темы** | **Теоретическая часть** | **Практическая часть** |
| 1. | Вводное занятие: цели и задачи обучения вальсу. История возникновения развития. | 1 ч. |  |
| 2. | Вспомогательно-тренировочные упражнения. Разминка. |  | 10 мин. в начале каждого урока |
| 3. | Разучивание техники танцевального комплекса. Основные понятия бального танца. Позиции ног, позиции рук. Поклон и реверанс. |  | 5 ч. |
| 4. | Основные движения бального танца – фигурный вальс. И объединение их в простые комбинации. |  | 20 ч. |
| 5. | Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала. Работа над этюдами. |  | 15 ч. |
| 6. | Постановочная работа. |  | 8 ч. |
| 7. | Повторение и закрепление пройденного материала. Подготовка вальса для выступления. |  | 18 ч. |
| 8. | Выступление | 1 ч. |  |
|  | **Всего:** | **68 ч.** |

**Тема 1. Вводное занятие. Цели и задачи обучения вальсу в общеобразовательной школе. История возникновения и развития вальса.**

 Данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи данного курса обучения (стоящие перед учащимися) и требования к учащимся в процессе обучения. История возникновения и развитие вальса. Истоки зарождения вальса; его разновидности: "volta", Венский вальс, Медленный вальс, Фигурный вальс.

**Тема 2. Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.**

Вводные упражнения даются в начале урока и нацелены на подготовку двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогревание мышц и активизацию 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 правильность дыхания при выполнении физических упражнений. Вдох на расслаблении, выдох на момент напряжения.

 Предлагается чередовать или объединять вспомогательно-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.

**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 танец.**

Основные движения бального танца - Фигурный вальс. Для освоения навыков исполнения вальса необходимо проучить с учащимися наиболее характерные движения фигурного вальса:

• Шаг вальса по линии танца

• Маленький квадрат вальса с правой ноги

• Большой квадрат вальса с правой ноги

• Поворот партнерши под рукой

• «Лодочка»

• Поворот в паре

• Вальсовая дорожка (променад)

• Раскрытия

• «Окошко»

• Вращение в паре вокруг правой оси

• Шаги вальса по кругу

Отработанные движения рекомендуется объединять в танцевальные комбинации.

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

 На уроках необходимо развивать полученные хореографические навыки. Обучать учащихся грациозно и органично двигаться, общаться с партнером, соотносить свои движения с услышанной музыкой. Отрабатывать танцевальные этюды.

 **Тема 6. Постановочная работа.**

 Составление танцевальных композиций или использование рекомендуемых композиций. Приведенный ниже репертуар не является догмой и может варьироваться с учетом уровня восприятия, эмоционального и физического развития, интересов учащихся, старшего школьного возраста, для которого характерно личностное творческое самовыражение.

 **Тема 7. Повторение и закрепление пройденного материала.**

 **Подготовка вальса для выступления.**

На этом этапе обучения идет закрепление пройденного материала. Совершенствование исполнительского мастерства. Проводятся репетиции и подготовка к показательным выступлениям.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** **п/п** | **Дата** | **Тема** | **Кол-во часов** |
| **план** | **факт** |
| **1.** |  |  | Вводное занятие: Инструктаж по БЖ. Цели и задачи обучения вальсу.  | 1  |
| **2.** |  |  | Беседа об истории возникновения и развития вальса | 1 |
| **3-4.** |  |  | Виды вальса. Музыкальный размер ¾. Прослушивание различных видов вальса. | 2 |
| **5-6.** |  |  | Подбор музыки для танца. Вальсовый шаг без музыки. | 2 |
| **7-8.** |  |  | Разминка. Разучивание техники танцевального комплекса. Основные понятия танца.  | 2  |
| **9-10.** |  |  | Разминка. Позиции ног, позиции рук. Ориентирование в зале | 2 |
| **11-12.** |  |  | Линия танца. Шаг вальса по линии танца. | 2 |
| **13-14.** |  |  | Разминка. Поклон и реверанс. Вальсовые шаги | 2 |
| **15-16.** |  |  | Вальсовая дорожка (променад). Положение рук в вальсе. | 2 |
| **17.** |  |  | Разминка. Положения в паре. | 1 |
| **18-19.** |  |  | Разминка. Разучивание танцевального шага. | 2 |
| **20-21.** |  |  | «Лодочка» (представляет собой балансе по линии танца, а затем против нее). | 2 |
| **22.** |  |  | Разворот друг от друга с раскрытием. | 1 |
| **23.** |  |  | «Окошко». | 1 |
| **24.** |  |  | Раскрытия. | 1 |
| **25-26.** |  |  | Движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене. | 2 |
| **27-28.** |  |  | «Променад» (вальсовое вращение дам и одновременное шоссе кавалеров). | 2 |
| **29.** |  |  | Постановочная работа. Работа над синхронностью и рисунком танца. | 1 |
| **30.** |  |  | Углубленная работа над техникой и выразительностью изученных движений | 1 |
| **31-32.** |  |  | Вращения в паре на носках вокруг своей оси. | 2 |
| **33-34.** |  |  | Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти. | 2 |
| **35-36** |  |  | Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти . | 2 |
| **37** |  |  | Маленький квадрат в паре.  | 1 |
| **38-39** |  |  | Большой квадрат в паре. | 2 |
| **40-41.** |  |  | Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. | 2 |
| **42-43.** |  |  | Движения в паре вперед-назад. | 2 |
| **44-45.** |  |  | Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом. | 2 |
| **46-47.** |  |  | Движения в паре с поворотом (венский вальс). | 2 |
| **48.** |  |  | Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.  | 1 |
| **49-50.** |  |  | «Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием. | 2 |
| **51-52.** |  |  | «Окошко» и смена мест. | 2 |
| **53-54.** |  |  | Раскрытия с поворотом партнерши под рукой. | 2 |
| **55-56.** |  |  | I Комбинация: выход и поклон; «Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием; «Окошко» и смена мест. | 2 |
| **57-58.** |  |  | II Комбинация: движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене; раскрытия с поворотом партнерши под рукой и «Променад». | 2 |
| **59-60.** |  |  | III Комбинация: маленький квадрат в паре; большой квадрат в паре; венский вальс и поклон. | 2 |
| **61-62.** |  |  | I и II комбинация. | 2 |
| **63.** |  |  | Повторение диагонального построения | 1 |
| **64.** |  |  | Повторение и закрепление построенного материала | 1  |
| **65.** |  |  | Разучивание всего вальса в целом. | 1 |
| **66-67.** |  |  | Разминка. Подготовка вальса к выступлению на «Последнем звонке» | 2 |
| **68.** |  |  | Итоговое занятие | 1 |

**Список литературы:**

1. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.

2. С.Казлаускас, Танцуем и играем, Шауляйский университет, 1997.

3. 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.

4. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.

5. Гребенкин А.В.Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М.:, 2003.