

Приложение к ООП СОО

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«ЛИВАДИЙСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»**

**РАССМОТРЕНО И
ПРИНЯТО**
на заседании МО
Протокол № 3
от «24» августа 2020
Руководитель Клименко Е.В. МО

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
« 24 » августа 2020



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ**

**Хореографический кружок «Крымский вальс»
10 класс**

Автор: Потатуев Николай Николаевич

2020 г.

Пояснительная записка

Первая ассоциация, которая всплывает в сознании многих людей при словах «выпускной бал», это вальс. Конечно же, для большинства выпускников он станет первым профессиональным танцем в жизни.

Многие люди считают, что научиться танцевать вальс – очень сложно. Взрослые, так и не попробовав станцевать вальс на своем выпускном и не ощутив те непередаваемые словами чувства, убеждены, что танцевать вальс могут только избранные. Между тем это вполне реально, если совместить теорию с практикой.

Можно записаться в школу танцев или найти личного тренера, который научит танцевать. Однако для выпускников нужно искать другой вариант, который подходил бы для всего класса или его части, потому что на выпускном балу будет представлено не соло одного профессионала, а групповое выступление.

Предлагаемая программа специализированного курса включает в себя практически полный объем информации по обучению вальсу в школе. В реальных условиях дефицита времени каждый конкретный коллектив может иметь свои предпочтения и цели.

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.

Цели и задачи курса

Главная цель курса состоит в овладении учащимися основ вальса, ознакомлении с историей развития этого танца.

Задачи курса:

- 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.

Требования к знаниям и умениям, приобретаемым при изучении курса

В результате изучения курса «Крымский вальс» 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.

Программа рассчитана на обучение вальсу в течение одного семестра (второе полугодие). В разделах помещены сведения о задачах каждого семестра, принципах использования предлагаемого материала.

Программа по спецкурсу определяет основной подход к изучению танца, объем и распределение материала в условиях общеобразовательной школы.

Данная программа сориентирована на работу с учащимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на привитие начальных навыков в изучении вальса.

Не следует стремиться к прохождению материала в полном объеме в ущерб правильности исполнения. Руководствуясь основными принципами, изложенными в программе, педагог может увеличить или уменьшить объем и степень технической сложности материала в зависимости от состава группы (класса) и конкретных условий работы.

Содержание учебных тем.

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. Тренировочные упражнения для развития техники танца. 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 – Крымский вальс.

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

- Вальсовая дорожка
- Вальсовые повороты (вправо, влево)
- Первая половина поворота
- Вторая половина поворота
- Поворот в паре
- Дорожка променад
- Pas balance
- Правый, левый волчок.
- «Зеркало»
- Флекер

Отработанные движения рекомендуется объединять в танцевальные комбинации.

Тема 5. Основные движения Латино – американского танца Самба.

- Основной шаг
- Самба - ход
- Правый, левый Уиск
- Открытые рокки
- Волчок
- Корта – джака
- Вольта в повороте, на месте
- Вольта с продвижением вперед по линии танца
- Соло повороты
- Теневая вольта с продвижением
- Теневая бото - фога

Тема 6. Основные движения Латино – американского танца Румба.

- Основное движение
- Веер – алемано
- Веер – клюшка
- Правый волчок
- Раскрытие вправо, влево.

- Закрытый хип – твист
- Кукарача
- Рука в руке
- Повороты на месте вправо, влево
- Нью – йоркер
- Спиральный поворот

Тема 7. Основные движения Латино – американского танца Пасадобль.

- Основное движение
- Шоссе вправо, влево
- «Перемещение» («Атака»)
- Основное разъединение
- Синкопированное разъединение
- «Фолзэуэй»
- «Восьмерка»
- Променадное звено
- Закрытый променад
- Твист поворот

Тема 8. Углубленная работа над техникой и выразительностью изученного 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 9. Постановочная работа.

Составление танцевальных композиций: Крымский вальс, Самба, Румба, Пасадобль

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 10. Повторение и закрепление пройденного материала.

Танцевальные композиции: Крымский вальс. Самба, Румба, Пасадобль.

Подготовка Крымского вальса к конкурсу.

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

Тематический план.

| | | | |
|--|--|---------------|---------------|
| | | Теоре- | Практи |
|--|--|---------------|---------------|

| № | Темы | теоретическая часть | практическая часть |
|----|---|---------------------|--------------------------------|
| 1. | Вводное занятие: цели и задачи обучения вальсу. История возникновения развития. | 5ч. | |
| 2. | Тренировочные упражнения. Разминка для развития техники танца | | 10 мин. в начале каждого урока |
| 3. | История возникновения и развития бального танца. Позиции ног, позиции рук. Поклон и реверанс. Разучивание танцевальных движений и фигур. | | 15 ч. |
| 4. | Основные движения бального танца – Крымский вальс. Правый и левый повороты, па-балансе, вальсовая дорожка, волчок, правый, левый квадрат, чек, флекер (правый, левый) Основные фигуры: зеркало, до-за-до, шоссе. | | 18 ч |
| 5. | Углубленная работа над техникой и выразительностью изученного материала. Работа над фигурами. | | 12 ч. |
| 6. | Постановочная работа. Крымский вальс, Самба, Румба, Пасадобль | | 30 ч. |
| 7. | Повторение и закрепление изученного материала. Подготовка композиций: Крымский вальс, Самба, Румба, Пасадобль для выступления. | | 22 ч. |
| | Всего | 102 ч. | |