

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Изобильненская школа имени Э.У. Чалбаша» города Алушты
Республики Крым

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора


Т.Н.Липкан
«31» августа 2018 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Изобильненская
школа имени Э.У. Чалбаша» г. Алушты

Е.П.Савельева
«31» августа 2018 г.

Рабочая программа курса
«Крымский вальс»
на 2018/2019 учебный год
10-11 классы

Составлена
учителем
Е.Ю.Кожуховой

с.Изобильное, 2018 год

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, знакомлении 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 (одно полугодие). В разделах помещены сведения о задачах каждого семестра, принципах использования предлагаемого материала.

Программа по спецкурсу определяет основной подход к изучению вальса, 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. 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.

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
- Pas balance
- Вальсовая дорожка (променад)
- Вращение в паре вокруг правой оси
- «Окошечко»

Отработанные движения рекомендуется объединять в танцевальные комбинации.

Тема 5. Углубленная работа над техникой и выразительностью найденного 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.

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.

Учебно-тематический план 10 – 11 классы

№ п/п	Темы	Теоретическая часть	Практическая часть
1	Вводное занятие: цели и задачи обучения вальсу.	2	
	Вспомогательно-тренировочные упражнения. Разминка.		10 мин. в начале каждого урока
2	Разучивание техники танцевального комплекса. Основные понятия бального танца. Позиции ног, позиции рук. Поклон и реверанс.		6
3	Основные движения бального танца - фигурный вальс. Объединение их в простые комбинации.		5
4	Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала. Работа над этюдами.		2
5	Постановочная работа		1
6	Повторение и закрепление вальса для выступления.		1
7	ВСЕГО		17

Календарно-тематическое планирование 10 класс

№ п/п	Содержание занятия	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1.	Вводное занятие Цели и задачи обучения вальсу	1	05.09.	
2.	История возникновения, развития.	1	19.09.	
3.	Вспомогательно-тренировочные упражнения . Разучивание техники танцевального комплекса.	1	03.10.	
4.	Разминка Разучивание техники танцевального комплекса.	1	12.10.	
5.	Разучивание техники танцевального комплекса.	1	02.11.	
6.	Основные движения бального танца. Основные понятия бального танца	2	21.11 05.12.	
7.	Позиции ног	1	19.12.	
8.	Позиции рук	1	09.01.	
9.	Разучивание техники танцевального комплекса	1	23.01.	
10	Поклон и реверанс.	1	06.02.	
11	Основные движения бального танца – фигурный вальс. Объединение их в простые комбинации.	1	20.02.	
12.	Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.	1	06.03.	
13.	Работа над этюдами	1	20.03.	
14	Постановочная работа	1	10.04.	
15.	Повторение и закрепление пройденного материала.	1	24.04.	
16.	Подготовка вальса для выступления .	1	15.05	
	ИТОГО	17 ч.		

Календарно-тематическое планирование 11 класс

№ п\п	Содержание занятия	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1.	Вводное занятие Цели и задачи обучения вальсу	1	12.09	09.09
2.	История возникновения, развития.	1	26.09	
3.	Вспомогательно-тренировочные упражнения . Разучивание техники танцевального комплекса.	1	10.10	
4.	Разминка Разучивание техники танцевального комплекса.	1	24.10	
5.	Разучивание техники танцевального комплекса.	1	14.11	
6.	Основные движения бального танца. Основные понятия бального танца	2	28.11 12.12	
7.	Позиции ног	1	26.12	
8.	Позиции рук	1	16.01	
9.	Разучивание техники танцевального комплекса	1	30.01	
10	Поклон и реверанс.	1	13.02	
11	Основные движения бального танца – фигурный вальс. Объединение их в простые комбинации.	1	27.02	
12.	Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.	1	13.03	
13.	Работа над этюдами	1	03.04	
14	Постановочная работа	1	17.04.	
15.	Повторение и закрепление пройденного материала.	1	08.05.	
16.	Подготовка вальса для выступления .	1	22.05	
	ИТОГО	17 ч.		

№ п/п	Имя	Фамилия	Отчество	Дата рождения	Место рождения	Образование	Специальность	Стаж работы	Стаж в школе	Стаж в данном учреждении	Стаж в данном классе	Стаж в данном предмете	Стаж в данном классе по предмету	Стаж в данном предмете по классу	Стаж в данном предмете по классу по предмету
1	Иванов	Иван	Иванович	1980	Москва	Высшее	Педагогическое	10	5	3	2	1	1	1	
2	Петров	Петр	Петрович	1985	Самара	Высшее	Педагогическое	8	4	2	1	1	1	1	
3	Сидоров	Сидор	Сидорович	1990	Самара	Высшее	Педагогическое	5	3	1	1	1	1	1	
4	Смирнов	Смирнов	Смирнович	1995	Самара	Высшее	Педагогическое	3	2	1	1	1	1	1	
5	Климов	Климов	Климович	2000	Самара	Высшее	Педагогическое	1	1	1	1	1	1	1	



Промуеровано, проинформировано и скреплено печатью
 9
 Директор МБОУ «Городская средняя школа имени
 Э.У. Чалбашева» города Алатыря
 Е.П. Савельева