

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №106»**

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Протокол № 8
от «22» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

**Директор МБОУ "СОШ
№106"**

Матвеева Л.Г.
Приказ № 01-04/179
от «22» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«В ритме вальса»
для обучающихся 11 класса

Барнаул 2024

Пояснительная записка

Вальс – это парный танец, основанный на плавном кружении в сочетании с поступательным движением. Вальс – один из любимых танцев нашего времени, он является самым распространённым танце. Вальс содержит простые и доступные движения для каждого человека.

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 обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движений, сформировать крепкий и дружный коллектив.

Программа рассчитана на преподавание «Фигурного вальса» в 11 классе во втором полугодии по 0,5 часу в неделю.

Цели и задачи:

При планировании работы, учитываются основные цели:

1. ознакомление с историей развития этого танца;
2. овладение учащимися основ вальса;
3. формирование культуры эмоций и культуры движения у учащихся;
4. постановка композиции (танца).

Задачи:

1. в процессе обучения у учащихся развивать технические навыки в исполнении вальса;
2. использовать эстетические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства коллективизма, организованности;
3. обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движения;
4. развивать чувство ритма и координацию движения.
5. сформировать умения взаимодействия партнеров в паре
6. получить способность импровизировать, т.е. уметь варьировать разученными соединениями вальсовых движений по собственному желанию, или придумывать движения в ходе разучивания композиции.

Направленность программы «В ритме вальса» по содержанию является спортивно-оздоровительной, общекультурной, по форме организации кружковой, рассчитанной на полгода.

В основу программы 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.

Виды и формы деятельности

Форма занятий – групповые занятия, со всей группой одновременно.

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.

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 дает ознакомление с основными понятиями в вальсе, историю танца. Практическая часть направлена на отработку движений и постановку композиции (танца).

Методы работы:

1. Словесные методы (объяснение, беседа, диалог, консультация);
2. Метод наблюдения (визуально);
3. Наглядный метод: метод иллюстраций: показ плакатов, картин, видео.
4. Метод демонстраций: показ фигур танца
5. Практические: практическое закрепление.

Место курса.

Занятия будут проходить во втором полугодии, один раз в неделю в 11 классе 18ч.

Планируемые результаты реализации программы:

Личностные результаты:

- уметь взаимодействовать с партнером;
- знать правила поведения на занятиях, творческом процессе;
- правильно относиться к собственным ошибкам;
- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели;
- уметь выражать себя в танце;
- готовность и способность к саморазвитию;
- развитие познавательных интересов, учебных мотивов;

Метапредметные результаты:

- знать о ценностном отношении к искусству танца, к его истории;
- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками 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 для получения эстетического удовлетворения;

Предметные результаты:

- необходимые сведения о вальсе;
- владеть знаниями основных понятий, терминологией вальса;
- уметь выполнять танцевальные движения Фигурного вальса;
- уметь импровизировать;

- использовать полученные знания и навыки для исполнения фигурного вальса на различных мероприятиях.

Содержание курса внеурочной деятельности:

1. Изучение основных понятий и движений – 6ч.

Изучение истории возникновения и развития вальса, виды вальса, виды движений в вальсе, линия танца, основные движения бального танца, изучение вальсового шага, основные позиции ног в вальсе, основные позиции рук в вальсе.

2. Разучивание танца – 12ч.

Разучивание композиции I, II, III. Соединение композиций в целый танец. Разучивание вальса в целом. Выступление (показ танца).

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «В ритме вальса»

№ п\п	№ раздела темы	Тема занятия	Всего часов	Дата урока по плану	Дата урока по факту	Примечания
1. Изучение основных понятий и движений – 6ч.						
1.	1.1	История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Прослушивание различных видов вальса.	1			
2.	1.2	Подбор музыки для танца. Вальсовый шаг. Позиции ног и рук. Работа в парах. Поклон и реверанс.	1			
3.	1.3	Линия танца. Шаг вальса по линии танца. Вальсовая дорожка (променад). Положение рук в вальсе. Маленький квадрат вальса. Большой квадрат вальса.	1			
4.	1.4	Поворот партнерши под рукой. «Лодочка». Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко». Раскрытия.	1			
5.	1.5	Движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене. Вращения в паре на носках вокруг своей оси.	1			
6.	1.6	Движения в паре вперед-назад. Движения в паре с поворотом (венский вальс).	1			
2. Разучивание танца – 12 ч.						
7.	2.1	Разучивание композиции I.	1			
8.	2.2	Разучивание композиции I.	1			
9.	2.3	Разучивание композиции II.	1			
10.	2.4	Разучивание композиции II.	1			
11.	2.5	Соединение композиции I и II	1			

12.	2.6	Разучивание композиции III.	1			
13.	2.7	Разучивание композиции III.	1			
14.	2.8	Разучивание всего вальса в целом.	1			
15.	2.9	Разучивание всего вальса в целом.	1			
16.	2.10	Разучивание всего вальса в целом.	1			
17.	2.11	Разучивание всего вальса в целом.	1			
18.	2.12	Выступление на линейке, последний звонок.	1			
		Итог	18ч.			

Техническое обеспечение образовательного процесса

К техническим средствам обучения, которые могут и должны эффективно использоваться на занятиях «В ритме вальса», относятся:

DVD-плеер или магнитофон (колонки);

Компьютер;

Проектор.

Список литературы

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Л., – М., «Искусство», 2010 г.
2. Кох И.Э. Основы сценического движения.
3. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. – М., 2007 г.
4. Строганова В.М. Современный бальный танец / Под ред. В.М Строганова и В.И. Уральской. – М., 2007г.
5. Шипилова Н. Техника основных шагов и движений / Фигурного вальса (вальса по 3 позиции). Методическая работа для учащихся и педагогов – Тольятти, 201