

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МАГАЗИНСКИЙ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОПЕРЕКОПСКИЙ РАЙОН
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

Согласовано
Заместитель директора по УР
МБОУ «Магазинский УВК»
_____ Ю.А.Казмирчук
« ____ » _____ 2020г.

Утверждаю
Директор МБОУ «Магазинский УВК»
_____ Е.П.Лебах
« ____ » _____ 2020г.

**ПРОГРАММА ФАКУЛЬТАТИВА
«КРЫМСКИЙ ВАЛЬС»
11 КЛАСС**

Рекомендована
педагогическим советом
Протокол № _____
« ____ » _____ 2020 г.

Составитель: Киселёва С.В.
Педагог-организатор

Пояснительная записка

Программа факультатива «Крымский вальс» включает в себя 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 композиции

Цели и задачи факультатива

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

Задачи факультатива:

- 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.

Планируемые результаты факультатива

В результате изучения факультатива «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 факультатива рассчитана на обучение вальсу в течение одного года. В разделах помещены сведения о задачах каждого полугодия, принципах использования предлагаемого материала.

Программа по факультативу 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 факультатива.

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

Данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи данного факультатива 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.

(10 мин. В начале каждого урока)

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.(4 ч.)

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.(6 ч.)

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 пройденного материала. (7ч.)

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.(8ч.)

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. (8ч.)

На этом этапе обучения идет закрепление пройденного материала.

Совершенствование исполнительского мастерства. Проводятся репетиции и подготовка к показательным выступлениям.

Тематический план.

№	Темы	Теоретическая часть	Практическая часть
1.	Вводное занятие: цели и задачи обучения вальсу. История возникновения развития.	1ч.	
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.		4 ч.
4.	Основные движения бального танца – фигурный вальс. И объединение их в простые комбинации.		6 ч
5.	Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала. Работа над этюдами.		7 ч.
6.	Постановочная работа.		8 ч.
7.	Повторение и закрепление пройденного материала. Подготовка вальса для выступления.		8 ч.
	Всего		34 ч.

Календарно- тематический план

№	Темы	Дата план	Дата факт	Примечание
1.	Вводное занятие: цели и задачи обучения вальсу. История возникновения развития.			
2.	Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.(10 мин.) Разучивание техники танцевального комплекса.	.		
3.	Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.(10 мин.) Основные понятия бального танца.	.		

4.	Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.(10 мин.) Позиции ног.	.		
5.	Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.(10 мин.) Позиции рук. Поклон и реверанс.	.		
6.	Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.(10 мин.) Основные движения бального танца – фигурный в	.		
7.	Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.(10 мин.) Основные движения бального танца – фигурный вальс.	.		
8.	Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка.(10 мин.) Основные движения бального танца – фигурный вальс.	.		
9.	Основные движения бального танца – фигурный в И объединение их в простые комбинации.			
10.	Основные движения бального танца – фигурный в И объединение их в простые комбинации.			
11.	Основные движения бального танца – фигурный в И объединение их в простые комбинации.			
12.	Углубленная работа над техникой и выразительно пройденного материала.			
13.	Углубленная работа над техникой и выразительно пройденного материала.			
14.	Углубленная работа над техникой и выразительно пройденного материала.			
15.	Углубленная работа над техникой и выразительно пройденного материала.			
16.	Разминка.(10 мин.) Работа над этюдами.			

17.	Разминка.(10 мин.) Работа над этюдами			
18.	Разминка.(10 мин.) Работа над этюдами			
19.	Разминка.(10 мин.) Постановочная работа, основных движений.			
20.	Разминка.(10 мин.) Постановочная работа основных движений.			
21.	Разминка.(10 мин.) Постановочная работа.			
22.	Разминка.(10 мин.) Постановочная работа.			
23.	Разминка.(10 мин.) Постановочная работа.			
24.	Разминка.(10 мин.) Постановочная работа.			
25.	Разминка.(10 мин.) Постановочная работа.			
26.	Разминка.(10 мин.) Постановочная работа.			
27.	Разминка.(10 мин.) Повторение и закрепление пройденного материала.			
28.	Разминка.(10 мин.) Повторение и закрепление пройденного материала.			
29.	Разминка.(10 мин.) Подготовка вальса для выступления.			
30.	Разминка.(10 мин.) Подготовка вальса для выступления.			

31.	Разминка.(10 мин.) Подготовка вальса для выступления			
32.	Разминка.(10 мин.) Подготовка вальса для выступления			
33.	Разминка.(10 мин.) Подготовка вальса для выступления			
34.	Разминка.(10 мин.) Подготовка вальса для выступления			
	Всего		34 ч.	

