

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества
Ворошиловского района Волгограда»

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» августа 2022г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МОУ Центр Ворошиловского
района развития творчества детей и юношества Е.С. Принева

Введена в действие
Приказ № 98 от 30.08.2022г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Школьный вальс»

Возраст учащихся: 15-18 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Тушева Надежда Викторовна,
педагог дополнительного образования

Волгоград, 2022

Раздел1.

Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школьный вальс» относится к программам художественной направленности, так как ориентирована на удовлетворение потребности учащихся в художественно-эстетическом развитии, обогащение их двигательного опыта.

Актуальность программы. В настоящее время наблюдается устойчивый интерес к дополнительным образовательным услугам художественного направления как со стороны родителей и детей, а также со стороны образовательных учреждений. Ни одно праздничное мероприятие не может обойтись без красочных танцевальных композиций. Так возникла необходимость создания программы «Школьный Вальс».

Данная программа обусловлена социальным заказом учащихся 9-11 классов, не занимавшихся ранее танцевальным искусством, результат достигается при условии желания учащихся украсить вальсом свой выпускной вечер, праздник последнего звонка.

Педагогическая целесообразность программы состоит в необходимости обучения учащихся 9-11 классов танцевальным композициям вальса и правилам общения на таких мероприятиях как «Последний звонок» и «Выпускной вечер». Органично сочетая в себе музыку, движение, социальное взаимодействие, программа является эффективным средством физического, музыкального, этического и художественно - эстетического воспитания и развития старшеклассников. В рамках обучения по данной программе каждый учащийся получает возможность раскрыть свой талант, проявить свои индивидуальные способности, почувствовать ситуацию успеха, ощутить себя на сцене настоящим артистом.

Программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

-принципах обучения (учёт индивидуальных особенностей учащихся, доступность предлагаемого теоретического материала, наглядность подачи практического материала, преемственность в обучении, достижение положительных результатов);

-формах и методах обучения;

-методах контроля и управления образовательным процессом.

Данная программа позволяет пробудить волевые качества: трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенность в себе; способствует воспитанию у учащихся самостоятельности, открытости, коммуникабельности.

Отличительные особенности программы.

Основная особенность данной Программы состоит в том, что главный акцент делается на освоение медленного и венского вальса. Новизна программы состоит в том, что учитывая требования современного основного и дополнительного образования, данная программа реализует основные идеи и цели системы дополнительного образования детей:

укрепление психического и физического здоровья в процессе создания благоприятного микроклимата в кругу молодежи;

развитие мотивации детей к познанию и творчеству;

приобщение подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусству;

создание условий творческой самореализации личности ребенка в процессе участия в школьных мероприятиях, балах.

Ведущими принципами дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школьный вальс» являются:

-принцип наглядности, который обеспечивается за счет показа изучаемых упражнений, доходчивого и образного объяснения;

-принцип доступности процесса обучения - достигается посредством учета состояния физической подготовленности учащихся, уровня двигательных навыков и умений;

-принцип сознательности и активности обеспечивается на основе получения эффективности результатов при развитии и совершенствовании физических качеств и двигательных навыков;

-принцип прочности овладения двигательными навыками достигается за счет многократных повторении приемов и действий.

Адресат программы.

В реализации программы «Школьный вальс» участвуют учащиеся от 15 до 18 лет. Старший школьный возраст - период самоопределения. Самоопределение - социальное, личностное, профессиональное, духовно-практическое - составляет основную задачу юношеского возраста. Ведущее место у старшеклассников занимают мотивы, связанные с самоопределением и подготовкой к самостоятельной жизни, с дальнейшим образованием и самообразованием. При работе со старшими подростками упор следует сделать на пробуждение интереса и развития доверия к самому себе, на понимание своих возможностей, способностей, особенностей характера.

Прием учащихся и формирование групп по данной программе осуществляется без вступительных испытаний. Обязательным условием приема является медицинская справка об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией. Учебные группы объединяют 10-20 учащихся, состав группы – постоянный.

Уровень освоения содержания данной программы – стартовый.

Объем и сроки реализации программы.

Срок реализации программы «Школьный вальс» - 1 год.

Объем программы составляет 72 часа.

Форма обучения - очная.

Режим занятий.

Год обучения	Количество во обучающихся	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Всего часов в год
1	10-20	1	2	72

Особенности организации образовательного процесса.

На занятиях по программе «Школьный вальс» используется групповая форма организации учебного процесса.

Учебные занятия по данной программе состоят из теоретических и практических занятий, которые подразделяются на учебные комбинированные, практические и репетиционные. Согласно сложившейся практике количество репетиционных часов часто увеличивается, обычно в период подготовки к массовым мероприятиям.

Очень важно, чтобы на занятиях соблюдался дресс-код. Необходимо помнить, что бальный танец - это всегда танец парный. Поэтому с первых же занятий нужно уделять большое внимание общению партнеров в танце, воспитывать у них внимательное и чуткое отношение друг к другу. В программе значительное место уделяется использованию здоровьесберегающих технологий: проведение инструктажей по технике безопасности; соблюдение правил личной и общественной гигиены, санитарно-гигиенических норм при работе с учащимися, чередование различных видов деятельности, контроль за физической и психологической нагрузкой на учебных занятиях и т.п. Состав группы – постоянный, разновозрастной.

В процессе обучения по данной программе допускается усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому учащемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения.

1.2. Цель и задачи программы:

Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы - создание условий для удовлетворения культурных потребностей старшеклассников, развития их духовного потенциала, художественно-творческих способностей через освоение основ медленного и венского вальса и участия в тематических мероприятиях.

Задачи программы:

Предметные:

- научить танцевальным элементам и движениям вальса, правильному исполнению движений, взаимодействию в паре;
- формировать опыт публичных выступлений и творческой деятельности;
- развить у учащихся чувства ансамбля (чувства партнерства), двигательнотанцевальные способности, артистизм.

Метапредметные:

- развить художественный вкус и творческие способности учащихся;
- сформировать потребность в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности;
- развивать культуру группового общения с детьми и взрослыми, умение работать в паре и группе.

Личностные:

- воспитать культуру поведения и общения на массовых мероприятиях;
- воспитать трудолюбие, терпение;
- привить навыки социального общения, этикета.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план 72 ч.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие				
1.1.	Вводное занятие	2	1	1	Первичная диагностика
2.	Упражнения для разминки				
2.1.	Ритмические упражнения	6	-	6	Текущий контроль
3.	Фигурный вальс				
3.1.	Беседа по хореографическому искусству. Поклон и реверанс. Положения в паре.	2	1	1	Текущий контроль
3.2.	Разучивание техники танцевального комплекса. Виды вальса.	4	1	3	Текущий контроль
3.3.	Основные движения бального танца	30	-	30	Текущий контроль
4.	Постановочная работа	12	-	12	Текущий контроль
5.	Репетиционная работа	12	-	12	Текущий контроль
6.	Открытое занятие	4	-	4	Итоговый контроль
	Итого:	72	3	69	

Соотношение количества часов, порядок последовательности тем могут варьироваться в зависимости от уровня способностей учащихся.

1.3.2. Содержание учебного плана

Содержание программы 1 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1.1. Вводное занятие

Содержание материала:

Теория. Знакомство с коллективом. Вступительная беседа, в которой раскрываются цели и задачи программы. Основные правила этики, безопасности и гигиены. Знакомство учащихся объединения с программой, требованиями к внешнему виду, форме одежды (обувь, костюм, прически).

Практика. Обучение поклону (приветствие - прощание). Тестирование

физических качеств учащихся. Упражнения, которые помогут определить уровень физической подготовленности детей (координация, гибкость, растяжка).

Методическое обеспечение. Специальная форма (футболка, юбка, брюки черные), обувь (ботинки, туфли).

Раздел 2. Упражнения для разминки

Тема 2.1. Ритмические упражнения (на середине и по кругу).

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышц тела. Основные понятия хореографии: поклон, точки зала, разметка зала (линии, диагонали). Музыка и ее характер – варианты музыкального сопровождения, характер музыки (веселый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый и т.д.), музыкальный размер: 2/4, 4/4, 3/4. Сильные доли такта, слабые доли, акцент. Основы хореографии: изучение позиций ног (I, II, III, VI), рук (подготовительное положение, I, II, III). Ритмические упражнения под музыку: разминка (спортивно- танцевальная, танцевально-образная) – упражнения по кругу, на середине зала.

Практика

1. Упражнения на гибкость и силу:

- пассивно- маховые, пружинные движения;
- мышцы шеи (повороты, расслабления, вращения);
- мышцы туловища (наклоны, круговые вращения, расслабления, прогибы);
- мышцы ног (сгибания, разгибания, отведения, приведения, растягивания, расслабления, маховые, круговые коленями);
- мышцы спины;
- мышцы брюшного пресса;
- мышцы голени и стопы;
- мышцы бедра.

Методическое обеспечение. Специальная форма (футболка, юбка, брюки черные), обувь (ботинки, туфли), магнитофон, диски.

Раздел 3. Фигурный вальс

Тема 3.1. Беседа по хореографическому искусству.

Содержание материала:

Теория. История возникновения и развитие вальса. Истоки зарождения вальса; его разновидности: «Бостон», Венский вальс, Медленный вальс, Фигурный вальс.

Практика. Поклон и реверанс. Положения в паре.

Методическое обеспечение. Специальная форма (футболка, юбка, брюки черные), обувь (ботинки, туфли), магнитофон, диски.

Тема 3.2. Разучивание техники танцевального комплекса.

Содержание материала:

Теория. Виды вальса. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Прослушивание различных видов вальса.

Практика. Позиции ног и рук. Положения в паре.

Методическое обеспечение. Специальная форма (футболка, юбка, брюки черные), обувь (ботинки, туфли), магнитофон, диски.

Тема 3.3. Основные движения бального танца.

Содержание материала:

Теория. Основной ритм, счёт, музыкальный размер. Особенности работы стопы. Подъем и снижение корпуса. Степень поворота. Положение корпуса, рук ног и головы в паре.

Практика. Исполнять танец на линии, по окружности. Знать положение в паре: лицом друг к другу (закрытое). Изучение основных элементов: правый поворот, левый поворот, шаг-перемена с правой ноги, шаг-перемена с левой ноги, дорожка, раскрытие, балансе в сторону, балансе вперед, натуральный и обратный флекерл, чек из обратного флекерла к натуральному. Разучивание и отработка комбинации из выученных элементов.

Методическое обеспечение. Специальная форма (футболка, юбка, брюки черные), обувь (ботинки, туфли), магнитофон, диски.

Раздел 4. Постановочная работа.

Содержание материала:

Теория. Понятие – танцевальный номер. Композиция построения, просмотр танцевальных номеров.

Практика. Поэтапное ознакомление: разработка движений для данной группы, разучивание комбинаций под счет, отработка комбинаций под музыку, работа над рисунком танца, работа над эмоциональной стороной исполнения композиции.

Методическое обеспечение. Специальная форма (футболка, юбка, брюки черные), обувь (ботинки, туфли), магнитофон, диски.

Раздел 5. Репетиционная работа

Содержание материала:

Практика. Отработка танцевальных номеров под музыку перед зеркалом, без зеркала, в репетиционном зале, на сцене.

Методическое обеспечение. Специальная форма (футболка, юбка, брюки черные), обувь (ботинки, туфли), магнитофон, диски.

Раздел 6. Открытые занятия

Содержание материала:

Теория. Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей, тестовые упражнения.

Практика. Открытые уроки для родителей.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки, танцевальные туфли), магнитофон, CD-диски.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Предметные.

- знание истории и характеристики фигурного вальса, особенности ритмики и музыкального сопровождения;
- умение исполнять движения и вариации фигурного вальса;
- умение взаимодействовать в паре.

Метапредметные.

- умение работать индивидуально и в группе, разрешать конфликты на основе согласования позиций; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач;
- владение основами самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Личностные:

- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, ответственности за свои поступки;
- развитие эстетического сознания через освоение программного материала, творческой деятельности эстетического характера;
- воспитание нравственно-волевых качеств: настойчивости, смелости, выдержки, силы воли.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Этапы учебного процесса	Начало учебного года	1 сентября
	Продолжительность обучения	36 недель
	Промежуточная аттестация	В течение учебного года
	Итоговая аттестация	В конце учебного года
	Окончание учебного года	31 мая
	Летние каникулы	-

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

1. Хореографический класс, имеющий пригодное напольное покрытие с зеркалами на одной стене - 1 помещение на группу;

2. Раздевалки (без душевых) - 2 помещения на группу;

3. Аудиомагнитофон (или музыкальный центр) - 1 шт.

Информационное обеспечение:

-специальная литература: журналы, книги и видео материалы по предмету;

-аудиодиски, флеш-носители с записями репертуара и музыкального сопровождения для занятий.

Кадровое обеспечение.

В реализации программы может принимать участие педагог дополнительного образования, имеющий специальное хореографическое образование, а также тренеры по физической подготовке (имеющие педагогическое образование).

2.3. Педагогический мониторинг

(Формы аттестации. Оценочные материалы)

С целью определения уровня усвоения общеобразовательной общеразвивающей программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества учебно-воспитательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Программа мониторинга включает три этапа: первичную диагностику, промежуточную и итоговую аттестацию.

С момента поступления ребенка в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования хореографических способностей, определения задач индивидуального развития: первичная диагностика (сентябрь), промежуточная аттестация (декабрь), итоговая аттестация (апрель — май). Результаты фиксируются в индивидуальных карточках, позволяющих отслеживать динамику образовательных, воспитательных и творческих результатов и оцениваются по 10-бальной системе. Формы выявления полученных знаний: собеседование, практические задания, открытые занятия.

2.5. Список Литературы

Для педагога:

1. Алекс Мур. Бальные танцы. – М., 2004.
2. Ги Денни, Люк Дасвиль., Все танцы. 1977г.
3. Люси Смит. Танцы - начальный курс. – М., 2001.
4. Мошкова Е.И., Ритмика и Бальные танцы. 1994г.
5. Пересмотренная техника исполнения Европейских танцев ,1996г.
6. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб. 2005.

Для учащихся и родителей.

1. Браиловская, Л.В. Самоучитель бальных танцев. Вальс, танго, самба. [Текст] – Ростов н/Д: Издательство. - 2005, - С.
2. Ермаков Д.А. Танцы на балах и выпускных вечерах. – М., 2004.
3. Учимся танцевать вальс. ООО «Попурри». 2002.