

Муниципальное образовательное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества» п. Кавалерово

Принята на заседании педагогического  
совета от «13» сентября 2019 года  
Протокол № 1 от 13.09.19 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОБУ ДО ЦДТ  
И. А. Привалихина  
13 сентября 2019 год  
Приказ № 15а-у от 13.09.19

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности

## **«Школьный вальс»**

Программа рассчитана на детей 7 - 17 лет

Срок реализации 1 год

Программа составлена педагогом  
дополнительного образования  
**Проконовой Александрой Евгеньевной**

п. Кавалерово, 2019



## Пояснительная записка

**Танец** – это искусство соединяющее пластику движения и музыку и имеет большое значение для развития творческой личности. Занятия танцами развивают координацию движений, пластику исполнения, гибкость, вырабатывается выносливость, чувство ответственности и собственной успешности.

С каждым годом возрастает потребность у школ оформлять свои выпускные праздничные мероприятия школьным выпускным вальсом. Исходя из возникшего спроса, была разработана программа «Школьный вальс». В ней материал доступен, упрощён и подобран так, чтобы освоить его могли даже те дети, которые никогда не обучались в танцевальных кружках, студиях, коллективах.

Обучаясь по направлению «Элементы бального танца – вальс» обучающиеся знакомятся с общей эстетической и танцевальной культурой, историей возникновения вальса и музыкально-ритмическим складом мелодии.

### **Основные дидактические правила:**

- ❖ Учитывать физические возможности обучающихся;
- ❖ Посмотри – осмысли увиденное;
- ❖ Осмысли увиденное – повтори;
- ❖ От простого – к сложному.

Продолжительность занятия 1 час – процесс обучения строится в динамичном темпе, повторяются пройденные движения и связки, изучаются новые два или одно движения в парах. Связано это с тем, что большинство желающих танцевать школьный вальс никогда не занимались в танцевальных кружках или коллективах (обычно это большинство составляют мальчики).

**Цель:** Приобщение детей к искусству хореографии, развитие художественного вкуса, фантазии.

### **Задачи:**

1. Познакомить с направлением бального танца «Вальс»
2. Выучить композицию «Выпускной вальс» на основе простых движений и комбинаций.
3. Воспитать в детях дисциплинированность, уверенность в своих силах, вежливость.

Программа рассчитана на 32 часа.

Для успешной реализации программы **необходимо:**

1. Танцевальный зал;
2. Музыкальное оборудование;
3. Желание детей заниматься.

К концу обучения дети **должны знать:**

1. Правила поведения партнёров в танце (танцевальный этикет);
2. Теорию техники исполнения в парах.

**Должны уметь:**

1. Правильно держать корпус;
2. Уметь правильно выполнять движения и комбинации;
3. Уметь работать по рисункам в танце.



## Планируемые результаты:

**Личностные:** развитие эстетических и устойчивого учебно-познавательного интереса, способность оценивать себя и свои действия, понимать чувства других людей и сопереживать им, формирование способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении.

**Метапредметные:** умение правильно осуществлять итоговый пошаговый контроль по результату: возможность научиться учитывать разные мнения и стремиться к сотрудничеству.

**Предметные:** правильно выполнять движения и связки (комбинации) в парах; работать и ориентироваться по рисунку танца в парах; получают знания танцевального этикета; познакомятся с историей возникновения вальса.

### Учебно-тематический план.

Название тем и разделов	Теория	Практика	Общее
I. Введение в программу. Знакомство с направлением бального танца «Вальс»	10 мин.	50 мин.	1 ч.
II. Элементы бального танца «Вальс» - движения и комбинации, работа в парах.	30 мин.	13 ч 30 мин.	14 ч.
III. Постановочная и репетиционная работа	1 ч.	15 ч.	16 ч.
IV. Диагностика обучения	-	1 ч.	1 ч.
Итого:	1 ч. 40 мин.	30 ч. 20 мин.	32 ч.



### Содержание учебного курса.

№ занятия количество часов	Тема, название раздела	Теория	Практика
№ 1 1 ч.	Вводное занятие. Знакомство с направлением бального танца – «Вальс»	Техника безопасности в классе. Знакомство с целями и задачами курса. Танцевальный этикет в парах.	Тестирование физических возможностей обучающихся. Разучить вальсовый шаг. Разучить вальсовый шаг по квадрату, правый поворот. Постановка корпуса в парах.
№ 2 1 ч.	Элементы бального танца - «Вальс»	Техника работы в парах. Совершенствование техники исполнения	Повторение и отработка вальсового шага по одному: правый поворот по квадрату по одному. Постановка корпуса в парах. Разучивание вальсового шага и правого поворота по квадрату в парах.
№ 3 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Техника работы в парах. Совершенствование техники исполнения.	Повторение и отработка выученного в парах. Разучивание в парах заворотов к партнёру и от него. Соединение движений в комбинацию.
№ 4 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Техника работы в парах. Совершенствование техники исполнения.	Разучивание в парах проходов под рукой. Повторение и отработка выученной комбинации на занятии № 3.
№ 5 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание в парах проходов под рукой с продвижением. Детальная отработка выученной комбинации на занятии № 3.
№ 6 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание комбинации на основе выученных заворотов и проходов под рукой. Повторение комбинации выученной на занятии № 3.

№ 7 1 ч.	Элементы бального танца - «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание движения «лодочка» в парах с зеркальным разворотом. Повторение и отработка выученных комбинаций.
№ 8 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание движения «Качели» с продвижением вперед и назад.
№ 9 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание связки «лодочка» с зеркальным разворотом + «качели». Повторение отработанных комбинаций.
№ 10 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание: полуповорот со скрещиванием рук и «лодочка» с положением партнёрши спиной к партнёру. Повторение комбинации и связок.
№ 11 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание вращения в пару и из пары по одному. Разучивание рисунка «коридор». Повторение комбинации и связок.
№ 12 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание вальсового поворота квадрат на разрыв и заход в пару; разучивание: партнёр на колено, партнёрша проходит вокруг партнёра. Повторение выученных комбинаций и связок.
№ 13 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание в парах подворот партнёрши под рукой с продвижением по кругу. Повторение выученных комбинаций и связок.
№ 14 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание в парах, вальсовый полный правый поворот с продвижением по кругу. Повторение выученных



			движений, комбинаций и связок.
№ 15 1 ч.	Элементы бального танца – «Вальс»	Совершенствование техники исполнения.	Повторение выученных движений, связок и комбинаций. Контрольный просмотр.
№ 16 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения.	Разучивание комбинаций к вступительной части вальса, развод выхода по парам под музыку.
№ 17 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения рисунков танца и переходов.	Разучивание вступительной части школьного вальса.
№ 18 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Техника правильного выполнения рисунков танца и переходов.	Детальная отработка вступительной части школьного вальса.
№ 19 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Техника правильного выполнения рисунков танца и переходов. Совершенствование техники исполнения.	Разучивание комбинаций к 1 части школьного вальса. Повторение вступительной части школьного вальса.
№ 20 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Техника правильного выполнения рисунков танца и переходов.	Развод по рисункам и разучивание 1 части школьного вальса. Повторение и отработка вступительной и 1 части постановки школьного вальса.
№ 21 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Детальная отработка вступительной и 1 части постановки школьного вальса.

№ 22 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Разучивание комбинации ко 2 части постановки школьного вальса.
№ 23 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Развод по рисункам и разучивание 2 части постановки школьного вальса. Повторение вступительной и 1 части постановки школьного вальса.
№ 24 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца. Совершенствование техники исполнения.	Детальная отработка вступительной, 1 и 2 частей постановки школьного вальса.
№ 25 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Разучивание комбинации к 3 части постановки школьного вальса.
№ 26 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Развод по рисункам и разучивание 3 части постановки школьного вальса.
№ 27 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Повторение вступительной, 1, 2 частей и отработка 3 части постановки школьного вальса.



№ 28 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Разучивание финальной части, развод по рисункам. Повторение вступительной, 1, 2 и 3 частей постановки школьного вальса.
№ 29 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Детальная отработка всей постановки школьного вальса – отработка рисунков танца.
№ 30 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа.	Совершенствование техники исполнения. Техника правильного выполнения переходов и перестроения рисунков танца.	Детальная отработка артистического образа.
№ 31 1 ч.	Диагностика обучения	Техника привального исполнения. Совместное обсуждение и оценка.	Повторение постановки «Школьный вальс». Контрольный показ постановки «Школьный вальс».
№ 32 1 ч.	Постановочная и репетиционная работа	Подготовка постановки к выступлению.	Репетиция постановки «Школьный вальс» на концертной площадке. Развод номера, отработка на сценической площадке, участие в концертной программе.

### **Список литературы:**

- Александрова Н. Лань. Планета музыки. 2013.  
Васильева А. Вальс. История и школа танца.  
Володина О. Самоучитель клубных танцев. – Ростов-на-Дону, 2005.  
«Закон об образовании».  
Кветная О. «Историко-бытовой танец» - М., 1997.  
Максин А. Учебное пособие. Изучение бальных танцев. Лань. Планета музыки,  
2010.  
Стриганов В., Уральская В., Современный бальный танец. – М., 1978.

### **Интернет источники:**

- [www.docme.ru](http://www.docme.ru)  
[www.gigabaza.ru](http://www.gigabaza.ru)



### Календарно-тематический план (2 группа)

№ п/п	№ занятия	Тема занятия	Сроки	Количество часов	Основные виды деятельности
1.	1	Вводное занятие. Знакомство с направлением бального танца «Вальс»	17.09.15	1	Беседа, наглядный показ.
2.	2	Элементы бального танца «Вальс». Постановка корпуса в парах. Разучивание вальсового шага и правого поворота по квадрату в парах.	24.09.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
3.	3	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание в парах заворотов к партнёру и от него. Соединение движений в комбинацию.	01.10.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
4.	4	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание в парах проходов под рукой.	08.10.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
5.	5	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание проходов под рукой с продвижением.	15.10.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
6.	6	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание комбинации на основе выученных заворотов и проходов под рукой.	22.10.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
7.	7	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание движений «лодочка» в парах с зеркальным поворотом.	12.11.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
8.	8	Элементы бального танца «Вальс».	19.11.15	1	Репродуктивный метод,

		Разучивание движения «качели» с продвижением вперед назад.			познавательная, практическая деятельность.
9.	9	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание связки «лодочка»+»качели».	26.11.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
10.	10	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание полуповорот со скрещиванием рук из положения «лодочка» партнёрша спиной к партнёру.	03.12.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
11.	11	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание вращений в пару и из пары, разучивание рисунка «коридор».	10.12.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
12.	12	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание поворота квадрат на разрыв и заход в пару; разучивание – партнёр на колено, партнёрша обход вокруг.	17.12.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
13.	13	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание поворот партнёрши под рукой с продвижением по кругу.	24.12.15	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
14.	14	Элементы бального танца «Вальс». Разучивание в парах вальсовый правый полный поворот с продвижением по кругу.	14.01.16	1	Репродуктивный метод, познавательная, практическая деятельность.
15.	15	Элементы бального	21.01.16	1	Самостоятельная,



		танца «Вальс». Повторение выученных движений и связок. Контрольный просмотр.			практическая деятельность.
16.	16	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание к вступительной части постановки «Школьный вальс» - развод выхода по парам под музыку.	28.01.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
17.	17	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание вступительной части «Школьного вальса» под музыку.	04.02.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
18.	18	Постановочная и репетиционная работа. Детальная отработка вступительной части.	11.02.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
19.	19	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание комбинации к 1 части «Школьного вальса».	18.02.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
20.	20	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание и развод по рисункам 1 части «Школьного вальса».	25.02.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
21.	21	Постановочная и репетиционная работа. Отработка вступительной и первой частей «Школьного вальса».	03.03.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
22.	22	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание комбинаций ко 2 части	10.03.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность,

		«Школьного вальса».			занятия-взаимообучения.
23.	23	Постановочная и репетиционная работа. Развод по рисункам и разучивание 2 части «Школьного вальса»	17.03.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
24.	24	Постановочная и репетиционная работа. Детальная отработка вступительной, 1 и 2 частей «Школьного вальса».	24.03.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
25.	25	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание комбинации к 3 части «Школьного вальса».	07.04.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
26.	26	Постановочная и репетиционная работа. Развод по рисункам 3 части «Школьного вальса»	14.04.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
27.	27	Постановочная и репетиционная работа. Разучивание финальной части.	21.04.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
28.	28	Постановочная и репетиционная работа. Детальная отработка всей постановки «Школьный вальс». Отработка рисунков танца.	28.04.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.
29.	29	Постановочная и репетиционная работа. Детальная отработка артистического образа в постановке «Школьный вальс».	05.05.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия-взаимообучения.



		«Школьный вальс». Отработка рисунков танца.			занятия- взаимообучения.
30.	30	Постановочная и репетиционная работа. Детальная отработка артистического образа в постановке «Школьный вальс».	25.04.16	1	Репродуктивный метод, практическая деятельность, занятия- взаимообучения.
31.	31	Диагностическая обучающая. Контрольный показ выученной постановки «Школьный вальс»	16.05.16	1	Исследования, практическая деятельность.
32.	32	Постановочная и репетиционная работа. Репетиция постановки «Школьный вальс» на контрольном показе.	23.05.16	1	Практическая деятельность.