

Департамент образования и молодёжной политики администрации города
Ялта Республики Крым
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ялтинская средняя школа №12 с углубленным изучением иностранных
языков»
муниципального образования городской округ Ялта Республики Крым

РАССМОТРЕНО

На заседании МО педагогов
дополнительного образования

Протокол № 1
от 29.08.2023 г

Руководитель МО Мартынишин А .В.

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МБОУ «ЯСШ № 12»

Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «ЯСШ № 12»
В.Н. Кабанова

Приказ № 322 от 30.08.2023 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Крымский вальс»

Направленность-художественная
Срок реализации-1 год
Вид программы-модифицированная
Уровень-базовый
Возраст обучающихся: 15-17 лет
Объем программы: 136 часов

Автор-составитель:
Багаутдинов А.Я.,
педагог дополнительного образования
МБОУ «ЯСШ №12»

Республика Крым, г. Ялта
2023 год

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Танец (вальс) обладает большими резервами для развития и воспитания обучающихся. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на подростков, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения плавными и красивыми.

Вальс ориентирован на воплощении в хореографической форме окружающей жизни, ее ритмы, манеры, создает неподражаемую пластику. Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально-организованное движение. Особенность искусства танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью человека. В глубокой древности танцевальные жесты являлись своеобразным «языком общения». Уже в наскальных рисунках встречаются изображения пляшущих людей. Ни одно значительное событие в жизни наших предков не обходилось без ритуальных танцев – обрядов, будь то сбор урожая, охота, свадьба, жертвоприношение и т.д. Танцы первобытных людей сменили сценические танцы древних греков и римлян, затем «хороводы», «бранли», «менуэты», появились первые балеты.

Социально-экономические и культурные перемены в обществе влекли за собой изменения в танцевальном искусстве. XX век принес с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец – искусство многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы.

Занятия по танцу (вальс) способствуют созданию творческого пространства, в котором у обучающихся формируются универсальные умения и навыки, развивается познавательная активность и личностная мотивация достижения успеха, что соответствует идеям образовательных стандартов нового поколения.

Программа позволяет организовать обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение в порядке, установленном локальными нормативными актами МБОУ «ЯСШ №12». В рамках программы допускается работа по индивидуальным образовательным маршрутам с одаренными детьми и детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Основой разработки дополнительной общеобразовательной программы «Крымский вальс» является следующая нормативно-правовая база:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204
- «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474
- «О национальных целях развития России до 2030 года»;

- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - Приложение к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической

реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09

- «О направлении методических рекомендаций»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;
- Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04
- «О направлении методических рекомендаций»;
- Устав МБОУ «ЯСШ №12».
- **Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению обучающихся к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление их психического и физического здоровья, воспитание культуры жизненного и профессионального самоопределения является востребованной педагогической темой, а также получение общего эстетического, духовного и физического развития.

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Движение и музыка, одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают учащихся к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит учащихся слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. В танце находит выражение жизнерадостность и активность учащегося, развивается его творческая фантазия, творческие способности: учащийся учится сам создавать пластический образ. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Поэтому главная задача педагога – помочь обучающимся проникнуть в мир музыки и танца.

Направленность программы – художественная.

Новизна программы состоит в том, что данная программа направлена не только на разучивание хореографических композиций, но и на интеграцию танцевального и

театрального искусства, для чего в программу включены занятия по выработыванию пластики тела, основам обучения дыханию в хореографии, знакомству с основами актерского мастерства, развитию способностей к импровизации и сочинению танцевальных движений, комбинаций, используемых в танце.

Педагогическая целесообразность программы выражается в взаимосвязи обучения и развития, взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности обучающихся, дает им возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает развитию основополагающих качеств личности, активности, самостоятельности, трудолюбия и т.д. Программа нацелена на приобщение обучающегося к здоровому образу жизни через развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений, театрализации танца, развитие в себе эстетических и нравственных качеств, посредством выполнения различных упражнений.

Отличительной особенностью программы является ее построение на основе достижений развития современного танца, где танец рассматривается как возможность понять свои физические возможности, ритм, динамику своего «тела»; проекция и выражение своего видения, мировоззрения, ощущения своего «Я» через движение и как основа создания сценического образа, отражающий настроение и характер.

Большая часть урока опирается на партерный экзерсис, также предусмотрен отдельный блок – сценическое движение, в котором расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

В процессе обучения значимое место уделяется методу интеграции, который позволяет соединить элементы различных предметов: музыки, театра, физкультуры, что способствовало рождению качественно новых практических знаний и умений. Повсеместно используется игровой метод. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений, при наличии специального оборудования можно организовать просмотр видео.

Объем и срок реализации программы: запланированное количество учебных часов за весь период обучения 136 часов. Продолжительность образовательного процесса – 1 учебный год

Адресат программы: Программа разработана для учащихся 15-17 лет, которые хотят научиться танцевать, выступать с танцевальной программой на различных мероприятиях муниципального и регионального уровня.

Наполняемость группы: до 20 человек.

Уровень освоения – базовый.

Форма и режим занятий. Обучение осуществляется в очной форме, допускается применение дистанционного обучения в условиях пандемии. Формы занятий: репетиционные; постановочные; информационные (беседа, лекция). Формы организации деятельности: индивидуально-групповые.

Режим занятий: занятия групповые по 2 ч., согласно расписанию.

Особенности организации образовательного процесса. Организация образовательного процесса происходит в соответствии с индивидуальными учебными планами в объединениях по интересам, сформированных в группы учащихся одного возраста (одновозрастные), разных возрастных категорий (разновозрастные группы) или индивидуально; состав группы постоянный.

1.2. Цель и задачи

Цель программы: создание условий для гармоничного развития обучающихся средствами хореографии, включения их в активные творческие практики, овладение обучающимися основ вальса, ознакомление с историей развития этого танца.

Задачи:

Образовательные:

- обучение новым танцевальным приемам владения своим телом;
- ознакомление обучающихся с многообразием направлений хореографии, их отличительными признаками;
- обучение навыкам постановочной и концертной деятельности.

Развивающие:

- развитие у обучающихся чувства вкуса и стиля в искусстве танца (вальса);
- развитие художественных, психомоторных и социальных способностей обучающихся (пластичность, координация, артистичность, способность работать в коллективе), поддержка их двигательной активности;
- формирование и развитие познавательного интереса к хореографическому искусству и общей культуре личности;
- формирование и развитие способностей к самостоятельной и коллективной работе.

Воспитательные:

- воспитание устойчивого интереса к выбранному виду творчества (создание собственных танцевальных постановок, расширение танцевального опыта через обучение вальса);
- воспитание трудолюбия, бережного отношения к духовным и материальным ценностям, ответственности, аккуратности, терпения, предприимчивости, доброжелательности в отношении к людям;
- воспитание эстетического восприятия.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа в рамках программы «Крымский вальс» направлена на формирование дисциплины, чувства коллективизма, через использование эстетических особенностей танца, культуры межличностных отношений в коллективе, выработку навыков коллективной творческой деятельности.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных конкурсных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к творческим занятиям и уровня личностных достижений учащихся (победы в конкурсных программах), формирование благотворной эмоциональной обстановки, привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание программы

Инвариантная часть

Тема 1. Вводное занятие. Хореография как вид искусства.

Теория. Знакомство с обучающимися. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу: цели, задачи, режим занятий. Просмотр презентации «Хореография как вид искусства», ознакомление с историей танца, показ примеров знаменитых танцоров, презентация стилей танца (классический танец, балетный танец), знакомство с основами вальса, показ видеоматериала с примером театрализованного вальса.

Тема 2. Музыкальное воспитание.

Теория. Обсуждение вопроса «Что такое музыкальное воспитание?». Разбор ритма и счета в музыке. Главная мысль танца. Чувства в движении.

Практика. Разучивание связки с определенным жанром (трагедия, драма, юмор и др.). Игра «Покажи эмоцию» – смысл игры в том, чтобы с помощью движений показать какую-либо эмоцию или чувство.

Тема 3. Вспомогательно – тренировочные упражнения. Разминка.

Теория. Вводные упражнения в начале урока нацеленные на подготовку двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогревание мышц и активация 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 правильное дыхание при выполнении физических упражнений. Вдох на расслаблении, выдох на момент напряжения.

Практика. 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 4. Разучивание техники танцевального комплекса.

Практика. 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 5. Вальс.

Теория. История возникновения стиля. Презентация видеоматериала по особенностям вальса, дискуссия по увиденному.

Практика. Разминка. Практические занятия с музыкальным сопровождением. Погружение в особенности стиля. Отработка обучающимися определенных видов движений, согласование с музыкой.

Отработка базовых движений хип-хоп. Стречинг, дыхательные упражнения. Рефлексия занятия.

Тема 6. Разучивание танцевальных связок.

Практика. Разминка. Практические занятия с музыкальным сопровождением. Разучивание танцевальных связок и подготовка к отчетным номерам по направлению бальный танец.

Тема 7. Актерское мастерство в хореографии.

Теория. История возникновения актерского мастерства. Содержание и формы актерского мастерства в хореографии. Актерское мастерство и система К.С. Станиславского, ее применение в сфере хореографии.

Практика. Тренинги, направленные на развитие чувства ритма, познание возможностей своего тела, физическое и духовное раскрепощение. Упражнения «Зеркало», «Импульс», «Роза», «Эмоция».

Тема 8. Основные движения бального танца - Фигурный вальс.

Теория. История возникновения фигурного вальса. Просмотр видеоматериала с иллюстрацией особенностей стиля.

Практика. Танцевальный шаг. Вальсовые повороты. Правый поворот. Первая и вторая половина поворота. Поворот в паре. Дорожка променад. Pas balance. Вальсовая дорожка (променад). Вращение в паре вокруг правой оси. «Окошечко». Поддержки различной сложности.

Тема 9. Классический танец.

Теория. Презентация на тему «Что такое классический танец», разбор характера танца, история возникновения, просмотр видеоматериала с иллюстрацией особенностей стиля.

Практика. Разминка. Растяжка. Разучивание основных движений стиля. Разучивание танцевальной связки.

Тема 10. Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.

Теория. Просмотр видеоматериала с иллюстрацией особенностей вальса. Обсуждение увиденного, выявление схожих и отличительных черт изучаемых стилей.

Практика. Разминка: изоляция, координация 3-х центров, упражнения для позвоночника, передвижение в пространстве. Разучивание танцевальной связки. Стречинг. Дыхательные упражнения. Рефлексия занятия.

Тема 11. Танцевальная импровизация.

Теория. Объяснение основной задачи танцевальной импровизации. Видеоматериал с примером танцевальной импровизации, обсуждение увиденного.

Практика. Работа в группах. Каждой группе дается музыкальная композиция одного из стилей. Задача обучающихся – добавить к уже изученной связке часть импровизации и станцевать под одну из музыкальных композиций.

Тема 12. Сценическая практика. Творческий номер.

Практика. Все изученные танцевальные связки в течение всех занятий являются частями одного большого танцевального номера. На итоговом занятии исходя из особенностей номера будут подобраны костюмы и место для съемки. Такая работа является одним из лучших способов рефлексии всех занятий.

Вариативная часть

Тема 13. Бальный танец.

Практика. Демонстрация ключевых элементов по стилю. Отработка базовых движений. Совмещение стилей «классический» и «бальный». Тренировка по отработке манеры.

Тема 14. Вальс.

Теория. Беседа: определение взаимосвязей между музыкой и движением, рассмотрение хореографического искусства в неразрывной связи с музыкой, обсуждение хореографического образа во взаимодействии с музыкальным произведением.

Практика. Ритмопластика (комплексы гимнастических упражнений). Упражнения по контролю за правильным дыханием; движения, способствующие психоэмоциональному расслаблению; сюжетные танцы.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Учебный план

№ п/п	Наименование раздела (модуля) \ темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
Инвариантная часть					
1.	Вводное занятие. Хореография как вид искусства	5	1	4	педагогическое наблюдение, анкетирование
2.	Музыкальное воспитание	5	1	4	педагогический анализ проведения занятий
3.	Вспомогательно – тренировочные упражнения. Разминка.	5	1	4	педагогическое наблюдение
4.	Разучивание техники танцевального комплекса.	9	1	8	самооценка обучающихся своих знаний и умений
5.	Вальс	11	1	10	педагогическая диагностика

6.	Разучивание танцевальных связок.	15	1	14	педагогическая диагностика
7.	Актерское мастерство в хореографии	12	2	10	педагогическая диагностика
8.	Основные движения бального танца - Фигурный вальс.	18	2	16	педагогический анализ проведения занятий
9.	Классический танец	6	1	5	
10.	Углубленная работа над техникой выразительностью пройденного материала.	10	2	8	
11.	Танцевальная импровизация	6	1	5	творческий отчет
12.	Сценическая практика. Творческий номер	8	–	8	публикация видео
Итого:		110	14	96	
Вариативная часть					
13.	Бальный танец	13	–	13	педагогическое наблюдение\ диагностика
14.	Вальс	13	-	13	
Итого:		26	-	26	
Всего по программе:		136	14	122	

3.2. Календарный учебный график

Срок реализации программы	Учебный период	Режим занятий	Объем программы (час.)	Кол-во групп
2023-2024 учебный год	1-4 четверти	по расписанию	136	1 группа

Ф.И.О	Понедельник						Среда							
	7		8		9		7		8		9		10	
	Класс	Кабинет	Класс	Кабинет	Класс	Кабинет	Класс	Кабинет	Класс	Кабинет	Класс	Кабинет	Класс	Кабинет
"Крымский вальс» Багаутдинов А.Я. 4ч.	11	с/з	11	с/з	11	с/з	10	с/з	10	с/з				

3.3. Планируемые результаты программы

Ожидаемые результаты. По результатам освоения программы, обучающиеся будут **знать:**

- основы танцевальной школы-вальса;
- основные термины в хореографии, названия движений и формы их перевода на язык пластики;
- основы культуры танцевального поведения на выступлениях;
- основы сценического мастерства;
- ряд танцевальных композиций.

Уметь:

- применять хореографические знания в импровизации при создании хореографических этюдов, композиций;
 - определять музыкальный размер, ритм, темп;
 - участвовать в танцевальных выступлениях;
 - различать современные стили танцев, их стилистику и особенности;
- выражать свое личностное отношение и мировоззрение через танец и доносить его до зрителя.**

3.4. Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы:

- специально оборудованное помещение вместимостью до 30 человек для индивидуальных и групповых занятий, проведения мастер-классов;
- ноутбук и колонка для педагога;
- телевизор/проектор – для демонстрации презентаций, просмотра фото/видео;
- стол для преподавателя;
- стулья;
- доска для рисования;
- специальная репетиционная форма, обувь.

Информационно - методическое обеспечение образовательного процесса включает библиотечный фонд, фонд наглядных материалов, методические разработки, электронную библиотеку, видеоматериалы.

Кадровое обеспечение программы:

Образовательный процесс обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю программы или опыт деятельности в соответствующей профессиональной.

Должность	Должностные обязанности	Уровень квалификации
Педагог дополнительного образования	Осуществляет дополнительное образование обучающихся в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой (ДООП)	высшее или среднее профессиональное образование

Методические и оценочные материалы

Тема программы	Форма организации занятия	Методы и приёмы	Дидактический материал, техническое оснащение	Форма подведения итогов
Вводное занятие. Хореография как вид искусства.	Беседы, лекции практические занятия	Объяснительно-иллюстративный и практический.	Ноутбук, колонка, проектор, авторская презентация	Обсуждение, дискуссия
Музыкальное воспитание	Беседа, дискуссия, презентация, практические занятия	Объяснительно - иллюстративный и практический.	Ноутбук, колонка, проектор, авторская презентация	Анализ приобретенных знаний и навыков, съемка видео
Вспомогательно-тренировочные упражнения.	Беседа, дискуссия, практические	Объяснительно - иллюстративный и практический.	Ноутбук, колонка, проектор, авторская	Обсуждение

Разминка.	занятия		презентация	
Разучивание техники танцевального комплекса	Практические занятия	Практический.	Колонка	Обсуждение, съемка видео
Вальс	Практические занятия	Практический.	Колонка	Обсуждение, съемка видео
Разучивание техники танцевальных связок	Практические занятия	Практический.	Колонка	Обсуждение, съемка видео
Актерское мастерство в хореографии	Беседа, лекция, практические занятия, тренинги	Объяснительно - иллюстративный практический.	Колонка	Анализ приобретенных знаний и навыков
Основные движения бального танца - Фигурный вальс.	Презентация, дискуссия, практические занятия	Объяснительно - иллюстративный практический.	Ноутбук, колонка, проектор, авторская презентация	Анализ приобретенных знаний и навыков, съемка видео
Классический танец	Лекция, практические занятия	Объяснительно - иллюстративный практический.	Ноутбук, колонка, проектор, авторская презентация	Анализ приобретенных знаний и навыков, съемка видео
Углубленная работа над техникой и выразительностью пройденного материала.	Беседа, дискуссия, практические занятия	Объяснительно - иллюстративный практический.	Ноутбук, колонка, проектор, авторская презентация	Анализ приобретенных знаний и навыков, съемка видео
Танцевальная импровизация	Беседа, дискуссия, практические занятия	Практический.	Колонка	Анализ приобретенных знаний и навыков
Бальный танец	Лекция, практические занятия, беседа	Объяснительно - иллюстративный практический.	Колонка	Анализ приобретенных знаний и навыков
Ритмика	Беседа, дискуссия, практические занятия	Практический.	Колонка	Анализ приобретенных знаний и навыков
Сценическая практика. Творческий номер	Беседа, практические занятия	Практический.	Фотоаппарат, штатив, ноутбук, колонка	Стилизованное выступление, съемка видео, публикации видео в

				соцсетях.
--	--	--	--	-----------

Оценочный лист
<p>Дополнительная общеразвивающая программа «Крымский вальс» освоена на стартовом уровне, если обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> – научился выражать свое личностное отношение и мировоззрение через танец и доносить его до зрителя; – научился определять музыкальный размер, ритм, темп; – научился применять хореографические знания в импровизации при создании хореографических этюдов, композиций; – научился различать современные стили танцев, их стилистику и особенности; – смог участвовать в танцевальных постановках и выступлениях; – узнал основные термины в современной хореографии, названия движений и формы их перевода на язык пластики; – узнал основы культуры танцевального поведения на выступлениях; – узнал основы сценического мастерства; – узнал основы танцевальной школы современного танца; – узнал ряд танцевальных композиций.

3.5. Форма аттестации:

За период обучения в танцевальном коллективе учащиеся получают определенный объем знаний и умений, качество которого проверяется в течение учебного года. С момента поступления учащегося в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня обучения и развития, формирования танцевальных способностей, определения задач индивидуального развития: входящий контроль, текущий контроль, промежуточная аттестация для учащихся. Результаты фиксируются в протоколах, позволяющих отслеживать динамику образовательных, воспитательных и творческих результатов.

Данная программа ориентирована на работу с обучающимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на привитие начальных навыков в изучении вальса. Способами определения результативности являются: 1) по этапам обучения (входящий, промежуточный, итоговый) 2) по организационным формам (индивидуальный, групповой) Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы В период обучения по программе обучающиеся получают определённый объем знаний и умений, проверкой качества которого является показ – выступление на значимом для обучающихся мероприятии-республиканском фестивале-конкурсе «Крымский вальс».

Текущий контроль проводится в течение года, возможен на каждом занятии; определяет степень усвоения учащимися учебного материала, готовность к восприятию нового материала, выявляет учащихся, отстающих или опережающих обучение; позволяет педагогу подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения. Производится с использованием устных опросов по отдельным темам пройденного материала, бесед, тестирования, наблюдения, выполнения практических заданий. Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на освоение программы.

Промежуточная аттестация – процедура, проводимая с целью оценки качества усвоения программы за контрольный период (полугодие). Изучается динамика освоения предметного содержания ребенком, личностного развития, взаимоотношений в коллективе. Проводится в формах: опрос, выполнение практических заданий.

Итоговый контроль проводится на завершающем этапе обучения по программе. Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока, а так же публичного выступления с

номером «Вальс». По итогам контрольных процедур выставляются баллы, соответствующие уровню освоения программы: 5(высокий уровень), 4(допустимый уровень), 3(базовый уровень), 2(низкий).

Содержание всех видов контроля, условия его проведения, критерии оценок разработаны МБОУ «ЯСШ№12» самостоятельно.

3.6. Список литературы

3.6.1. Список использованной литературы для педагогов

1. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. – 2-е изд., испр. – СПб.: Планета музыки, Лань, 2011.

2. Лоза О. Актерский тренинг по системе Станиславского. Упражнения и этюды. – М.: АСТ, 2009.

3. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.

4. Станиславский К.С. Актерский тренинг. Работа актера над собой в творческом процессе переживания: Дневник ученика. – М.: АСТ, 2009.

3.6.2. Список литературы, рекомендованной обучающимся

1. Александрова Н.А. Танец модерн: пособие для начинающих. – Изд. 2-е, стер. – СПб. [и др.]: Лань: Планета музыки, 2011.

2. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце: учебное пособие – М.: Лань, 2016.

3. Стуколкина Н.М. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. Учебное пособие. – М.: Лань, 2017.

4. Театр танца Аллы Духовой «Todes»: официальный сайт. – URL: <https://todes.ru/> (дата обращения 02.03.2021).

4. Приложение

4.1. Оценочные материалы

Приложение №1

Вопросы для собеседования по теме «Вальс»

1. История возникновения вальса
2. Виды вальса
3. Линия танца в фигурном вальсе
4. Позиции рук и ног
5. Правила техники безопасности на занятиях и мероприятиях.

Карта наблюдения «Разминка»

ФИО	Статическая гимнастика	Динамическая гимнастика	Правильное дыхание	Техника выполнения упражнений

Критерии:

- **высокий уровень** – правильное и точное выполнение упражнения, правильная постановка дыхания;
- **средний уровень** - выполнение упражнения с небольшими погрешностями, незначительные ошибки в постановке дыхания;
- **низкий уровень** - выполнение упражнения с погрешностями, ошибки при постановке дыхания.

Карта наблюдения «Основные движения фигурного вальса»

ФИО	Положения рук, позиции ног	Владение основными элементами техники	Знание основных движений и фигур	Пластичность и эмоциональная выразительность

Критерии:

- **высокий уровень**- правильное и точное выполнение движений, хорошо ориентируются в пространстве, исполнение выразительное;
- **средний уровень** - выполнение упражнения с незначительными погрешностями, невыразительно;
- **низкий уровень** – движения выполняются неуверенно, допускаются значительные ошибки.

Карта наблюдения «Постановочная работа. Выступление»

ФИО	Ориентация в пространстве. Взаимодействие в паре	Эмоциональная выразительность	Знание основных движений и фигур танца	Владение чувством ритма и темпа

Критерии:

- высокий уровень – правильное и точное выполнение упражнений, хорошо ориентируются в пространстве; исполнение выразительное, технически качественное и художественно осмысленное;
- средний уровень - грамотное исполнение с небольшими недочетами как в техническом так и в художественном плане.
- низкий уровень – выполнение с большим количеством недочетов, слабая техническая подготовка, незнание техники исполнения изученных движений, движения выполняются неуверенно и невыразительно, допускаются значительные ошибки.

Критерии оценивания исполнения вальсовой композиции

- **высокий уровень** – точное исполнение движений фигурного вальса, все движения выполняются в темпе музыки с нужной четкостью; передает в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки; чувствует себя комфортно;
- **средний уровень** – выполняет в темпе музыки половину и более движений; но отсутствует чистота в движениях, допускает погрешности, в некоторых моментах не чувствует себя комфортно;
- **низкий уровень** – учащийся самостоятельно не выполняет движения, повторяет за другими, путается, мимика бедная, движения не выразительные, чувствует дискомфорт, зажат.

4.2. Методические материалы

Предметные результаты
Текущий/итоговый контроль

Год обучения _____

Группа № _____

Дата проведения контрольного урока _____

ФИ учащегося	Теоретические знания	Практические знания	Сумма баллов	Уровень

Каждому уровню соответствует определенное количество баллов:

- низкий уровень - 2 балла;
- допустимый уровень – 3 балла;
- средний уровень – 4 балла;
- высокий уровень – 5 балла.

Вопросы промежуточной диагностики (1 полугодие)

1. Сколько танцев входит в Европейскую программу?
2. Назовите танцы Европейской программы?
3. Музыкальный размер вальса?
4. Как иначе называется медленный вальс?
5. Самый быстрый танец Европейской программы?
6. Самый медленный танец Европейской программы?
7. В каком веке появились первые вальсовые мелодии?
8. Какие композиторы написали первые вальсовые мелодии?
9. Родина венского вальса?
10. Из каких движений состояли первые композиции вальса?

Вопросы итоговой диагностики (2 полугодие)

1. Как двигаться по линии танца (против линии танца)?
2. Перечислить изученные базовые движения вальса.
3. Основные рисунки в Венском вальсе?
4. Правильная постановка корпуса в паре?
5. По какой позиции танцует вальс?
6. Каким по счету на конкурсах исполняется медленный вальс?
7. Как во Франции именовали Венский вальс?
8. Какой танец был наиболее близким предшественником вальса?
9. В какой стране в 18 веке вальс танцевали в открытых позициях?
10. Какой бальный танец был создан на основе историко-бытового танца?

Практические задания промежуточной диагностики (1 полугодие)

1. Продемонстрировать под музыку умение ускорять и замедлять движения в соответствии с музыкой.
2. Продемонстрировать под музыку основные фигуры вальса.
3. Продемонстрировать комбинации и связки вальса.

Практическое задание итоговой диагностики (2 полугодие)

Исполнить Венский вальс на празднике Последний звонок.

Тест на владение знаниями

о культурном поведении артиста и зрителя

Цель: выявить уровень знаний по сценической и зрительской культуре поведения, как должен вести себя культурный, грамотный и воспитанный артист и зритель

Выбери правильный ответ

1. Культурный, грамотный и воспитанный артист тот, кто
 - А) комментирует со снисходительным видом выступления других артистов;
 - Б) умеет незаметно передвигаться за кулисами, готовясь к своему выходу;
 - В) выглядывает из-за кулис, чтобы лучше видеть, как выступают другие;
 - Г) приходит на концерт заранее, имея при себе всё необходимое для выступления.
2. Быть готовым к выступлению, это:
 - А) знать наизусть и без ошибок свою партию;
 - Б) просто привести себя в порядок и прийти в чем есть;
 - В) приготовить костюм (выгладить, подшить, почистить, сложить в специальный пакет);
 - Г) знать, что должен исполнять партнёр и как взаимодействовать с другими исполнителями в номере;
 - Д) сделать причёску, которая тебе нравится;
 - Е) иметь с собой, расчёску, лак, шпильки, невидимки, резинки.
3. Культурный, грамотный и воспитанный зритель тот, кто
 - А) разговаривает, громко комментирует выступления, чтобы показать свои знания;
 - Б) если не нравится выступление встает с места до окончания номера, входит и выходит во время выступления из зала;
 - В) перед входом в зрительный зал обязательно выключает сотовый телефон;
 - Г) всегда благодарит за выступления артистов аплодисментами;
 - Д) может перекусить во время выступления, если проголодался;
 - Е) ждет полного окончания спектакля или номера, чтобы выйти из зала.
4. Продолжи правила поведения:
 - А. Вставать с места до окончания номера...
 - В. За выступление артистов благодарят...
 - С. Перед входом в зрительный зал необходимо выключить ...
 - Д. Разговаривать, перешептываться, шуршать фантиками, жеваться и употреблять еду во время выступления....
 - Е. Вставать с места до конца представления ...
 - Ф. На концерт приходиться...

4.3. Календарно-тематическое планирование

№	Тема	К-во часов	Дата проведения
	Модуль 1. «Базовое знакомство с хореографией»		
1.	Первые шаги в миртанца	2	
2.	Ритмические упражнения	6	
3.	Партерная гимнастика	15	
4.	Укрепление мышц	6	
5.	Развитие данных	10	
6.	Изоляция.	6	
	Модуль 2. «Основные танцевальные шаги в вальсе и его основы»		
7.	Основные танцевальные шаги в вальсе	10	
8.	Основы вальса	10	
9.	Разучивание танцевальной комбинации	15	
	Модуль 3. «Хореографические постановки»		
10.	Импровизация	10	
11.	Постановка хореографического номера	26	
12.	Репетиционная работа	20	
Итого		136	

4.5. Воспитательная работа

Цель воспитательной работы, проводимой в коллективе – подготовка учащихся к ответственной и самостоятельной жизнедеятельности в гражданском обществе демократического правового государства через создание условий для формирования социальной компетентности личности, владеющей системой ценностей, которая определяет ее поведение, интересы и поступки позволяет ей активно и ответственно реализовывать свои права, обязанности и свой творческий потенциал.

Воспитательная работа в коллективе осуществляется посредством реализации воспитательных задач как всего курса обучения в целом, так и задач каждого учебного занятия.

Конспект урока

Тема: «Европейские танцы. Танец Медленный вальс».

Образовательные задачи:

1. Создать представление и обеспечить основами знаний о технике исполнения танца «Медленный вальс».
2. Изучить технику исполнения подъема и снижения в танце «Медленный вальс».
3. Изучить технику выноса ноги вперед и назад для исполнения шагов в танце «Медленный вальс»
4. Закрепить постановку рук и корпуса для европейских танцев.

Оздоровительные задачи:

1. Формирование правильной осанки.
2. Укрепление ОДА и повышение физической подготовленности учащихся.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание сознательного отношения к занятиям бальными танцами.
2. Воспитание самостоятельности.
3. Воспитание чувства коллективизма.

Развивающие задачи:

1. Способствовать развитию координации.
2. Способствовать закреплению навыков ориентации в зале во время исполнения танцевальных фигур.

Место проведения: актовый зал МБОУ «ЯСШ №12».

Время проведения: 40 минут.

Инвентарь и оборудование: музыкальный проигрыватель, MP3 плеер, видеоматериал с записью Чемпионов России по европейской программе.

Часть урока	Частные задачи	Средства	Дозировка	Методические приемы организации обучения и воспитания.
<p style="text-align: center;">І П О Д Г О Т О В И Т Е Л Ь Н А Я</p>	<p>1. Организовать учащихся к проведению урока.</p> <p>2. Создать целевую установку на урок.</p> <p>3. Организовать учащихся на проведение разминки</p> <p>4. Подготовить организм к основной части урока: - выработать правильную осанку;</p>	<p>а) Построение в одну шеренгу; б) Приветствие учащихся, Поклон.</p> <p>а) Сообщить задачи урока: - ознакомимся с техникой исполнения танца «Медленный вальс» - разучим основные элементы техники выполнения подъема и снижения в танце «Медленный вальс»; - разучим технику выноса ноги вперед и назад для исполнения шагов в танце «Медленный вальс» - закрепим постановку рук и корпуса для европейских танцев.</p> <p>а) Выполнить команду « Напра-во, за направляющим в обход по залу шагом марш!»</p> <p>а) Ходьба по залу: - на носках, руки вверх; - ходьба без задания; - перекаты с пятки на носок; - ходьба без задания;</p>	<p>10 минут</p>	<p>Соблюдать интервал; обратить внимание на внешний вид учащихся</p> <p>Следить за дистанцией</p> <p>Следить за правильностью выполнения задания, спина прямая, взгляд направлен вперед.</p>

	<p>- способствовать укреплению голеностопного сустава; - способствовать укреплению мышц ног.</p> <p>5. Организовать группу к проведению ОРУ:</p>	<p>- ходьба на внешней стороне стопы; - ходьба без задания.</p> <p>б) Бег по залу с заданием и без задания: - бег без задания в медленном темпе; - бег приставным шагом правым боком; - бег без задания; - бег приставным шагом левым боком; - бег без задания; - бег с высоким подниманием бедра; - бег без задания; - бег с захлестыванием голени; - бег без задания; - бег с выносом прямых ног; - бег без задания в медленном темпе.</p> <p>Бег, переходящий на ходьбу.</p> <p>а) Упражнения на восстановление дыхания в ходьбе. б) Выполнить команду: «Направляющий, на месте! Класс, стой! На первый, второй</p>		<p>Во время бега следить за правильностью постановки ноги. Во время бега приставным шагом ноги в коленном суставе слегка согнуты, руки в стороны. Взгляд направлен вперед. Следить за высотой подъема бедра. Корпус слегка наклонен вперед, нога ставится на носок. Ноги в коленях не сгибать. Спина прямая. Нога ставится на носок.</p> <p>Следить за четкостью выполнения команд, за соблюдение интервала.</p>
--	--	--	--	--

	<p>- способствовать укреплению мышц плечевого пояса;</p> <p>- способствовать укреплению локтевого сустава;</p> <p>- способствовать укреплению кистей рук;</p> <p>- способствовать укреплению мышц спины;</p>	<p>рассчитайсь! В две шеренги стройся! Первая шеренга на зарядку становись! Вторая шеренга на зарядку становись! Руки в стороны, разомкнулись приставными шагами!»</p> <p>а) И. п.- руки к плечам; 1.2.3.4- вращение вперед; 1.2.3.4- вращение назад.</p> <p>б) И.п.- руки в стороны, ноги на ширине плеч; 1.2.3.4- вращение рук в локтевых суставах вперед; 1.2.3.4- вращение рук в локтевых суставах назад.</p> <p>в) И.п.- руки в стороны, ноги на ширине плеч; 1.2.3.4- вращение кистей вперед; 1.2.3.4- вращение кистей назад.</p> <p>г) И.п.- о.с. 1- левую ногу на носок, руки на пояс; 2- наклон влево, руку вверх; 3.4- вернуться в и.п.</p> <p>д) И.п.- о.с. 1. шаг левой, руки в стороны; 2- наклон к левой ноге правой рукой;</p>		<p>Следить за амплитудой движений.</p> <p>Следить за амплитудой движений.</p> <p>Следить за амплитудой движений.</p> <p>Спина прямая, наклон четко в сторону.</p> <p>Ноги не сгибать.</p>
--	--	---	--	---

<p style="text-align: center;">П. О С Н О В Н А Я</p>	<p>- способствовать укреплению мышц тазобедренного сустава;</p> <p>- способствовать укреплению мышц ног.</p> <p>1.Создать зрительное представление о технике исполнения европейских танцев.</p>	<p>3.4- вернуться в и.п.</p> <p>е) И.п.- о.с. 1- присесть, руки вперед; 2- и.п. 3- присесть, руки вперед; 4- и.п.</p> <p>ж) И.п.- о.с. 1- шаг левой ногой в сторону, руки вперед; 2- мах левой ногой к правой руке; 3.4- и.п.</p> <p>з) И.п.- упор присев; 1- прыжком в упор лежа; 2- и.п. 3- прыжком в упор лежа; 4- и.п.</p> <p>и) И.п.- о.с., руки на поясе; 1.2.3.4- прыжки на двух ногах; Поворот на 180 градусов</p> <p>Восстановить дыхание.</p> <p>а) Краткий рассказ учителя. В Европейскую программу входят 5 танцев: квикстеп, медленный вальс ,танго, медленный фокстрот и венский вальс. Мы с</p>	<p>5 минут</p>	<p>Спина прямая, взгляд вперед.</p> <p>Спина прямая, не приседать, нога прямая.</p> <p>Следить за правильностью выполнения упражнения.</p> <p>Следить за тем, чтобы каждый ученик внимательно слушал.</p>
---	---	--	----------------	---

	<p>2. Обеспечить основами знаний о технике снижения и подъема для танца «Медленный вальс»</p>	<p>вами будем изучать только два танца – Медленный вальс и Квикстеп. Для этих танцев используется характерная постановка рук и корпуса для мальчиков и девочек, а также работа ног (стопы и колени). На первом этапе изучения европейских танцев мы начнем с изучения техники исполнения подъема и снижения в танце «Медленный вальс».</p> <p>б) Демонстрация учителем видеоматериала с Чемпионами России по европейской программе Жарков-Куликова исполняющих танцы – Медленный вальс, Квикстеп.</p> <p>а) Объяснение учителем об основных элементах исполнения упражнения.</p> <ul style="list-style-type: none"> - И.п.- ноги вместе, руки на пояс. - на первый музыкальных такт (счет 1, 2, 3) снижение без отрывания пяток от пола - на второй музыкальный такт (счет 1, 2, 3) выпрямить ноги. - на третий музыкальный такт (счет 1, 2, 3) подъем на высокие полупальцы. 	<p>1 мелодия</p>	<p>Следить за тем, что бы при исполнении упражнения пятки были всегда вместе. Ученики должны снижаться постепенно, движение должно быть непрерывное и плавное. Корпус при снижении не должен наклоняться вперед.</p>
--	---	---	------------------	--

	<p>4. Организовать учащихся для исполнения фигур «Маленький квадрат», «Большой квадрат».</p> <p>6. Обучить технике снижения и подъема при исполнении фигур «Маленький квадрат», «Большой квадрат»</p>	<p>- на третий музыкальный размер (счет 1, 2, 3) Снижение на левой ноге, правая выносится назад, пятка смотрит вверх. - на четвертый музыкальный размер (счет 1, 2, 3) принять И.п.</p> <p>Построение учащихся в центре зала лицом к учителю в две шеренги. а) Выполнить команду: « Класс, в две шеренги становись, руки в стороны, разомкнись!»</p> <p>И.п. – ноги вместе, руки на пояс. 1 – шаг вперед с правой ноги, снижение на левой ноге 2 – шаг левой ногой в сторону, начинается подъем на левой ноге 3 – правую ногу приставить к левой ноге, продолжается подъем на двух ногах, снижение.</p>	<p>10 секунд</p> <p>2 мелодии</p>	<p>Следить за четкостью выполнения команд, следить за соблюдением интервала.</p> <p>Следить за дисциплиной. При выполнении шагов корпус не наклоняется вперед или назад. Следить за правильным исполнением танцевальных фигур.</p>
--	---	---	-----------------------------------	--

		<p>1 – шаг назад с левой ноги, снижение на правой ноге 2 – шаг правой ногой в сторону, начинается подъем на правой ноге 3 – левую ногу приставить к правой ноге, продолжается подъем на двух ногах, снижение.</p> <p>И.п. – ноги вместе, руки на пояс. 1 – шаг правой ногой вперед, снижение на левой ноге 2 – шаг левой ногой вперед в сторону, начинается подъем на левой ноге. 3 – правую ногу приставить к левой ноге, продолжается подъем, снижение.</p> <p>1 – шаг левой ногой назад, снижение на правой ноге 2 – шаг правой ногой назад в сторону, начинается подъем на правой ноге 3 – левую ногу приставить к правой, продолжается подъем на двух ногах, снижение.</p> <p>1 – шаг правой ногой вперед, снижение на левой ноге</p>	2 мелодии	
--	--	---	-----------	--

<p style="text-align: center;">Ш. З А К Л Ю Ч И Т Е Л Ь Н А Я</p>	<p>7. Организовать учащихся для самостоятельного исполнения танцевальных фигур танца «Медленный вальс» под музыкальное сопровождение.</p>	<p>2 – шаг левой ногой вперед в сторону, начинается подъем на левой ноге. 3 – правую ногу приставить к левой ноге, продолжается подъем, снижение.</p> <p>1 – шаг левой ногой назад, снижение на правой ноге 2 – шаг правой ногой назад в сторону, начинается подъем на правой ноге 3 – левую ногу приставить к правой, продолжается подъем на двух ногах, снижение.</p> <p>Построение учащихся в центре зала лицом к учителю в две шеренги. а) Выполнить команду: «Класс, в две шеренги становись, руки в стороны, разомкнись!»</p>	<p>10 секунд</p>	<p>Следить за четкостью выполнения команд, следить за соблюдением интервала.</p>
---	---	---	------------------	--

	<p>8. Закрепить технику исполнения снижения и подъема в танце «Медленный вальс»</p>	<p>Самостоятельное исполнение учащихся фигур «Маленький квадрат», «Большой квадрат» танца «Медленный вальс»</p>	<p>1 мелодия</p>	<p>Воспроизведение соревновательного процесса. Следить за тем, что бы ученики не останавливались во время звучания музыкального сопровождения.</p>
	<p>9.Закрепить постановку рук и корпуса в европейских танцах.</p>	<p>Удержание танцевальной рамки на время</p>	<p>3 минуты</p>	<p>Следить за тем, что бы ученики не опускали пятки на пол, руки держали сою позицию. Если ученик не может выполнить упражнение, то он отходит в сторону.</p>
	<p>1.Организовать учащихся к</p>	<p>И.п. – ноги на ширине плеч на высоких полупальцах, руки в танцевальной рамке.</p>	<p>10 секунд</p>	<p>Следить за четкостью выполнения команд,</p>

	<p>выполнению упражнений на восстановление дыхания.</p> <p>2.Способствовать восстановлению дыхания посредством выполнения упражнения.</p> <p>3.Организовать учащихся к подведению итогов.</p>	<p>а) Выполнить команду: «Класс, в одну шеренгу становись, руки в стороны, разомкнись!»</p> <p>И.п. – стойка ноги вместе. 1 – руки вверх, вдох 2 – и.п., выдох 3 – руки вверх, вдох 4 – и.п., выдох</p> <p>а) Выполнить команду: «Класс, в одну шеренгу становись! Равняйся! Смирно! Вольно!»</p>	<p>3 раза</p> <p>10 секунд</p> <p>1 минута</p>	<p>следить за соблюдением интервала.</p> <p>Следить за дисциплиной. Ноги не сгибать, корпус не наклоняется вперед.</p> <p>Следить за четкостью выполнения команд, следить за соблюдением интервала.</p> <p>Следить за дисциплиной.</p>
--	---	--	--	--

	4.Подвести итоги урока.	а) Подвести итоги урока, выделить наиболее активных учеников. Поклон учащимся.		
--	-------------------------	--	--	--