

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Успех»
(МУ ДО «ЦДОД «Успех»)
«Успех» челядьлы содтөд төдөмлун сетан шөрин»
содтөд төдөмлун сетан муниципальной учреждение
(«Успех» ЧСТСШ» СТС МУ)

ПРИНЯТО:
ПС МУ ДО «ЦДОД «Успех»
Протокол № 1
от 31 » 08 20 23.



**Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
«Вальс»**

Направленность:
Художественная

Вид программы по уровню освоения:
(стартовый (ознакомительный))

Для учащихся:
16 - 18 лет

Срок обучения:
1 год

Составитель:
Воронцова Т.В.
педагог дополнительного
образования

г. Сыктывкар
2023 год

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная - дополнительная общеразвивающая программа «Вальс», художественной направленности, разработана на основе следующих нормативных правовых актов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>

- приказ Министерства просвещения РФ от 29.07. 2022 г. № 629 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425>

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>

- Постановление главного санитарного врача РФ от 28 сентября 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 молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [СП 2.4.3648–20 \(urfu.ru\)](http://sp2.4.3648-20.urfu.ru)

- постановление Правительства Республики Коми от 11 апреля 2019 г. № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>

- Решение Совета МО ГО "Сыктывкар" от 10.12.2019 № 44/2019-619 "О внесении изменений в решение Совета МО ГО "Сыктывкар" от 08.07.2011 № 03/2011-61 "О Стратегии социально-экономического развития МО ГО "Сыктывкар" до 2035 года" [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/438993064>

Флагманскими проектами Республики Коми являются «Спорт – норма жизни», «Укрепление общественного здоровья». Достижение высокого уровня физической культуры населения, увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни являются приоритетными направлениями социально-экономического развития РК и г. Сыктывкар. Поэтому программа «Вальс» способствует реализации данной стратегической цели, т.к. упражнения на основе танцевальных движений развивают не только физические качества, но и являются эффективным средством укрепления здоровья, обучения

здоровьесберегающим навыкам, воспитывают потребность в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, сознательном применении их во время занятия и отдыха.

Актуальность программы:

Вальс – это танец, который знают все. Его танцуют на выпускных вечерах и свадьбах, на знаменитых Венских балах. Это танец, который покоряет весь мир. Он царствует и сегодня, может быть, его реже танцуют, но он звучит постоянно. Программа обусловлена в связи с частым обращением выпускников 9-11 классов, не занимающихся ранее танцевальным искусством, разучить с ними школьный вальс к мероприятиям «Последний звонок» , «Выпускной вечер», а так же участие в других мероприятиях. Так возникла необходимость создания краткосрочной программы «Школьный вальс». Данная образовательная программа предусматривает развитие пластики, координации движений, постановку корпуса; она помогает воспитывать у учащихся чувство ритма и эстетического восприятия мира, оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры человека.

Дополнительная общеобразовательная -дополнительная общеразвивающая программа «**Вальс**» является модифицированной и разработана на основе программ: Архипова, Д.А. Полихудожественное развитие детей дошкольного возраста средствами бального танца. [Текст] / Д.А. Архипова // Фундаментальная и прикладная наука. – Челябинск: Изд-во ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ». – № 2 (6). – 2017. – С. 6-7. — Архипова, Д.А. Методическое обеспечение программы по бальному танцу для детей старшего дошкольного возраста. [Текст] / Д.А. Архипова // Достояние Южного Урала: традиции народной художественной культуры: Материалы II международной научнопрактической конференции. – Челябинск: Изд-во ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ».– 2018. – С. 20-25.

Отличительная особенность программы:

Данная программа сориентирована на работу с учащимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца. Содержание программы направлено на получение конкретного результата – выступления участников программы на различных концертах, последнем звонке и выпускном вечере школы с танцевальной программой среди 9-х и 11-х классов.

Новизна данной образовательной программы заключается в том, что занятия бальным танцем «Вальс» прививают основы этикета, которые немыслимы без выработки высокой культуры общения между людьми. Выдержка, вежливость, чувство меры, простота, скромность, внимание к окружающим, их настроению — вот те черты, которые воспитываются в процессе занятий танцем и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Занятия танцем формируют правильную осанку, дают представление об актёрском мастерстве.

Педагогическая целесообразность: проводя занятия по бальному танцу «Вальс», необходимо учитывать желания учащихся, их физические возможности. Такие занятия должны приносить учащимся радость, пробуждать в них желание общаться с музыкой, развивать творческие способности. Планируя занятия, необходимо учитывать анатомо-физиологические особенности детей, специфику восприятия музыки. Занятия по бальному танцу «Вальс», помогают учащимся снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкой, что необходимо для сценического выступления, а так же воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия по бальному танцу, но и для здоровья в целом.

В программе прослеживаются **межпредметные связи** с другими образовательными областями: физическая культура, музыка.

Адресат программы:

Возраст учащихся: 16-18 лет. Программа разработана для учащихся, которые хотят научиться танцевать, выступать с танцевальной программой на различных мероприятиях городского и муниципального уровня.

Количество учащихся в группе: 12 человек.

Учет индивидуальных способностей: программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся, без предъявления требований к подготовке учащихся в данной области и уровню образования.

Условия приема: зачисление учащихся осуществляется на основании письменного заявления от родителей (законных представителей) учащихся, или письменного заявления от учащегося. Зачисление учащихся осуществляется на основании сертификата, через сайт ПФДО

Вид программы по уровню освоения: одноуровневая программа стартового (ознакомительного) уровня

Формы обучения: очная, очно - заочная

Объем программы: запланированное количество учебных часов за весь период обучения – 72 часа.

Сроки реализации программы: продолжительность образовательного процесса – 1 учебный год.

Режим занятий: 2 часа в неделю (1 раз в неделю 2 часа), 72 часа в год.

Год обучения	Продолжительность занятия	средний возраст учащихся	Кол-во часов в неделю	Кол-во занятий в неделю	Кол-во учащихся в группе	Кол-во часов в год
1г.о.	45 мин×2	16-18 лет	2 ч	1	12	72

Формы организации образовательного процесса: групповая с элементами индивидуальной работы. Эта форма основополагающая, представляет собой творческий процесс, в котором избираются разнообразные варианты решения исполнительских задач, способствует достижению исполнительского мастерства коллектива в целом. Между занятиями предусмотрены 10 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха. В конце года обучения проводится отчетное занятие, выступление на последнем звонке и выпускном вечере, в котором принимают участие все учащиеся по данной программе.

Программа предполагает возможность участия родителей (законных представителей) в учебном процессе совместно с учащимися: посещение и участие в занятиях (по желанию родителей), анкетирование, родительские собрания, совместные мероприятия и походы. Большую роль играет индивидуальный подход к каждому ребенку, учитываются его природные хореографические данные, особенности характера и его поведения в объединении.

Цель программы: освоение учащимися основных элементов и движений фигурного и медленного вальса.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитать нравственный облик учащегося;
- воспитать чувство уважения к себе и к другим, толерантность.
- привить основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе.

Обучающие:

- овладеть разнообразием стилей и манер исполнения танца;
- выработать танцевальную технику, позы;
- развить и укрепить мышечный аппарат (развитие физических данных, исправление физических недостатков)
- развивать чувство ритма и координацию движения.
- передать в движении стилевые особенности музыки, разнообразия темпов и ритмов;
- дать представление об актёрском мастерстве.

Развивающие:

- развить музыкальность и выразительность исполнения движений;
- развить координацию, чувство ансамбля, умение распределять сценическую площадку;
- развить способность к самодисциплине, самоконтролю.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование разделов, тем.	Форма контроля	Общее Кол- во часов	В том числе	
				Теоре т	Практич .
1.	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.	Наблюдение, опрос .	2	1	1
1.1.	Введение в культуру хореографии. История		2	1	1

	возникновения вальса.				
2	Музыка и ее характер.	Контрольное занятие.	4	2	2
2.1	Характер музыки. Музыкальный размер. Динамические оттенки.		4	2	2
3.	Хореографические упражнения. Экзерсис.	Контрольное занятие.	6	2	4
4.	Виды современного вальса. Дорожка променада.	Наблюдение	8	2	6
5.	Вращение.	Наблюдение	6	1	5
6.	Повороты.	Наблюдение	8	2	6
7.	«Бальянсе».	Наблюдение	6	2	4
8.	Вальсовая дорожка.	Наблюдение	8	2	6
9.	«Окошечко» (фигура в паре)		8	2	6
10.	Воспитательные, досуговые мероприятия.	Наблюдение , отчетный концерт.	8	4	4
11.	Классический медленный и фигурный вальс.	Наблюдение	4	0	4
12.	Промежуточная аттестация.	Практическая работа.	2	0	2
13.	Заключительное занятие.	Наблюдение	2	0	2
Итог о			72	20	52

Самостоятельная работа

№ раздела. Название темы	Содержание	Задания	Всего кол-во часов по теме программы		В том числе, кол-во часов на самостоятельную Работу	
			теория	практика	теория	Практика
Р.3 Тема: «Понятие терминов хореографических упражнений»	Понятие хореографических упражнений	1. Через интернет источник, познакомиться с понятием «Классический экзерсис», просмотреть картинки, видео и выписать в тетрадь хореографические термины. 2. Выписать в тетрадь, термин, что такое «Экзерсис».	2	4	1	1
Р.3 Тема: «Хореографические упражнения»	Экзерсис.	1.тренировочный комплекс для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъем на полупальцы). 2. силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа);	2	4	0	2
Р.4 Тема: «Виды современного вальса»	Виды вальса	1. С помощью интернет источника составить презентацию на тему «Виды вальса» (венский вальс, медленный вальс, фигурные вальсы, вальс-	2	6	2	0

		бостон) 2. Выписать виды вальсового шага.				
Р.10 Тема «правила этикета». Тема о важности регулярной двигательной активности для человека. Тема правильный режим дня. Личная гигиена.	1. «Правил а этикета». 2. Значени е о важности регулярной двигательной активности для человека 3. Правиль ный режим дня. Личная гигиена.	1. Выписать правила этикета и его виды: как вести себя в обществе. 2. Составить реферат о значении двигательной активности в жизни человека. 3. Составить презентацию «Правильный режим дня. Личная гигиена.»	4	4	4	0

СОДЕРЖАНИЕ .

Раздел 1. Вводное занятие.

1.1 инструктаж по технике безопасности:

Теория:

- знакомство с учащимися, уточнение расписания занятий, изучение правил техники безопасности, правил поведения на занятии. Введение в культуру хореографии. История возникновения вальса.

Практика:

- Первичная диагностика (педагогический контроль, наблюдение).

форма контроля- наблюдение.

Раздел 2. Музыка и ее характер.

2.1 характер музыки, музыкальный размер, динамические оттенки:

Теория:

- понятие характера музыки: веселый, печальный, плавный, отрывистый, медленный и т.д.
- понятие музыкального размера $2/4$, $3/4$, $4/4$.
- знакомство с понятием динамического оттенка;
- сильные доли такта, слабые доли такта.

Практика:

- упражнения, направленные на развитие чувства ритма у учащихся (хлопки под музыку, четкое выстукивание ударов, выстукивание различных ритмических комбинаций).
- определение характера музыки.

Форма контроля- контрольное занятие.

Раздел 3. Хореографические упражнения. Экзерсис.

Теория:

- знакомство с хореографическими терминами, виды хореографических упражнений;
- понятие «экзерсис»;
- понятие «Техника танца».

Практика:

- знакомство с элементами классической хореографии;
- позиции ног I, II, III, VI, позиции рук I, II, III, подготовительной.

- экзерсис на середине зала.

-тренировочный комплекс для развития координации и равновесия (руки, подъем колена, подъем на полупальцы);

-силовые упражнения (для ног – выпады с переносом тяжести корпуса вправо и влево; для рук – «волна» в положении лежа);

-развитие быстроты выполнения элементов.

Самостоятельная работа:

Тема: «Понятие терминов хореографических упражнений». Через интернет источник, учащимся предлагается познакомиться с понятием «Классический экзерсис», просмотреть картинки, видео и выписать в тетрадь хореографические термины. Выписать в тетрадь, термин, что такое «Экзерсис».

Количество часов: 6ч.: из них: 1 час – теория, 1 час – практическая работа.

Тема: «Хореографические упражнения». Экзерсис. Учащимся предлагается выполнить комплекс упражнений для развития координации и равновесия, силовые упражнения представленные педагогом, по возможности предоставить видео материал. Количество часов: 6ч.: из них: 0 часов – теория, 2 часа – практическая работа.

Раздел 4. Виды современного вальса. Дорожка променад.

Теория:

- виды вальса: венский вальс, медленный вальс, фигурные вальсы, вальс-бостон.

- виды вальсового шага.

Практика:

- исполнение шага «Дорожка променад».

форма контроля- наблюдение.

Самостоятельная работа:

Тема: «Виды современного вальса». Учащимся с помощью интернет источника составить презентацию на тему «Виды вальса» (венский вальс,

медленный вальс, фигурные вальсы, вальс-бостон). Выписать виды вальсового шага. Количество часов: 8ч.: из них: 2 часа – теория, 0 часов – практическая работа.

Раздел 5. Вращение.

Теория:

- понятие основного шага «вращение», их виды.

Практика:

- исполнение вращения по III позиции (фигурные, ранние варианты венского) и по VI (современные венский и медленный).

форма контроля- наблюдение.

Раздел 6. Повороты.

Теория:

- понятие «поворот», «поворот правый», «поворот левый», «вальсовый поворот».

- «контактное ведение».

Практика:

- техника и правила исполнение правого вальсового поворота.

- отработка правого поворота в паре, техника поворотов, корпусное движение.

- отработка соло-поворота у девушек и вальсовой дорожки у юношей

форма контроля- наблюдение.

Раздел 7. «Бальянсе».

Теория:

- понятие «бальянсе» и правил его исполнение по одному и в паре.

Практика:

- Отработка движения «балянсе» вправо и влево по одному и в паре.
- Соединение «балянсе» и вальсовыми поворотами.
- Отработка движения ««балянсе» вперед и назад».
- Отработка соединения «балянсе» вперед и назад + связующий правый поворот (со сменой мест партнеров)
- Отработка связки «балянсе» вперед – назад со сменой мест + балансе в стороны.
- «балянсе» в стороны с поворотом + «балянсе» вперед-назад со сменой мест + вальсовая дорожка.

форма контроля- наблюдение.

Раздел8. Вальсовая дорожка.

Теория:

- понятие «вальсовая дорожка», техника ее исполнения.

Практика:

- исполнение дорожка вперед с правой ноги;
- исполнение дорожка назад с правой ноги.

форма контроля- наблюдение.

Раздел9 «Окошечко» (фигура в паре)

Теория:

- понятие исполнения движения «Окошечко».

Практика:

- исполнение фигуры «Окошечко» в паре, по одному.

Раздел10. Воспитательные, досуговые мероприятия.

Теория

- культура исполнителя, поведение на сцене.
 - беседа на тему «правила этикета».
 - беседа о важности регулярной двигательной активности для человека.
- Правильный режим дня. Личная гигиена.

Практика:

- участие учащихся в концертах различного уровня.
- мероприятие «Бал при свечах».

форма контроля- наблюдение, отчетный концерт.

Самостоятельная работа:

Тема «правила этикета». Учащимся предлагается выписать правила этикета и его виды: как вести себя в обществе. Тема о важности регулярной двигательной активности для человека. Учащимся предлагается составить реферат о значении двигательной активности в жизни человека. Тема правильный режим дня. Личная гигиена. Учащимся предлагается составить презентацию «Правильный режим дня. Личная гигиена.» Количество часов: 8ч.: из них: 4 часа – теория, 0 часов – практическая работа.

Раздел 11. Классический медленный и фигурный вальс.

Теория:

- понятие «лодочка», «до-за-до», «бальянсе –менуэт», «променад».

Практика:

- исполнение движений в композиции: «лодочка», «до-за-до», «балансе –менуэт», «променад».

форма контроля- наблюдение.

Раздел 12. Промежуточная аттестация.

Практика:

- выполнение творческого задания: самостоятельное составление танцевальной композиции, умения соединить движения, применять актерское мастерство.

форма контроля- практическая работа, творческое задание.

Раздел 13. Заключительное занятие.

Практика:

- подведение итогов за учебный год, награждение учащихся;
- праздник окончания учебного года.

форма контроля- наблюдение, открытый урок.

Планируемые результаты:

Личностные:

- развиты личностные качества: познавательная активность, самостоятельность, дисциплина, стремление к преодолению препятствий;
- наличие позитивного отношения к здоровому образу жизни и двигательной активности.

Предметные:

- знают правила техники безопасности на занятиях;
- знают основные понятия, терминологию бального танца;
- знают структуру классического фигурного , медленного вальса;
- знают, что такое вальс, история его возникновения и распространения, основные сферы применения получения двигательных навыков.
- умеют ритмично двигаться в разных темпах, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок, исполнять основные хореографические

упражнения, представлять себе заданный образ под заданную музыку, исполнять простые танцевальные комбинации.

- умеют грациозно и органично двигаться в паре, общаться с партнером.

Метапредметные:

- развито чувство ритма, координация движений, пластичность;

- развито воображение;

- развито физическое развитие через систему специальных упражнений.

Условия реализации программы:

Материально-технические условия:

- танцевальный класс с зеркалами или зал с хорошим освещением;

- аппаратура (музыкальный центр, акустическая колонка);

- ноутбук, аудио и видео материал;

- специальная репетиционная форма, обувь.

Информационно - методическое обеспечение образовательного процесса включает библиотечный фонд, фонд наглядных материалов, методические разработки, электронную библиотеку, видеоматериалы. (Приложение №1)

Методические материалы.

Форма занятий и работа с детьми: учебные занятия в объединении «Вальс» проходят в традиционных формах. Методика преподавания на всех этапах обучения сочетает в себе тренировочные упражнения, элементы хореографических и танцевальных движений. В плане работы предусмотрены индивидуальные беседы с учащимися по результатам, как творческой деятельности, так и воспитательной работы. Во время бесед уделяется большое внимание формированию у подрастающего поколения моральных принципов, общечеловеческих ценностей, правил поведения в обществе. Овладев

основными элементами движений вальса, учащиеся смогут уверенно исполнять их в различных комбинациях и связках. Таким образом, сформируется лексика танца, которая будет использоваться для выражения внутреннего эмоционального состояния исполнителя, а также развития сценического образа.

Основные дидактические правила построения занятий:

- единая педагогическая система в организации образовательного процесса;
- последовательное изучение материала,
- постепенное увеличение объёма и степени технической сложности при его освоении и закреплении изучаемого материала;
- не допускать чрезмерной нагрузки;
- использовать элементы движений в соответствии с возможностями учащихся.

Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его эффективности. Работа с родителями – это посещение открытых занятий, организация совместных занятий (по желанию родителей), собрания (отчет годовой работы). (План работы с родителями. Приложение № 4).

Образовательные технологии:

В учебном процессе учащихся применяется ряд современных образовательных технологий. **Технология коллективно - творческой деятельности** используется на занятиях по программе «Школьный вальс». Например: творческое задание сценического образа посредством понимания стиля, характера, манеры исполнения бального танца. Учащиеся могут выполнять как в группах, так и индивидуально. Центральным звеном коллективной творческой деятельности является коллективное творческое дело (КТД) – коллективный поиск, планирование и творческая реализация поставленной цели. Технология творческой деятельности становится основой для формирования социальной компетентности, как социальной

ответственности за себя, за коллектив, за общее дело. Используются **здоровьесберегающие технологии** – система мер, включая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья учащегося на всех этапах его обучения и развития. Забота о здоровье – важнейший труд педагога. От здоровья и жизнедеятельности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний и вера в свои силы. Их применение заключается в соблюдении СанПиН; в создании обстановки доброжелательности, положительного настроения, ситуации успеха и эмоциональных разрядок, т. к. результат любого труда зависит от настроения, от психологического климата; в использовании динамических пауз, физкультминуток, упражнений для правильной осанки и т. д.

Формы контроля:

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.

Этапы педагогического контроля

Вид контроля	Цель, задачи	Содержание	Форма	Критерии
Входящий	Уровень освоения	Выполнение	Наблюдение.	Количест

	правил по ТБ на занятии. Выявить уровень музыкальности, развития координационных способностей.	заданий: упражнения на ритмичность; упражнения на координацию; упражнения на ориентировку в пространстве.	Практическое задание.	во баллов (1-5 уровень) Приложение №2
Текущий	Диагностика личностных и метапредметных результатов.	Определение уровня личностных и метапредметных результатов.	Наблюдение	3 уровня (высокий средний низкий) Приложение №2
Текущий	Выявление уровня знаний основных элементов хореографических упражнений, экзерсиса.	Исполнение комплекса хореографических упражнений, исполнение упражнений на умение держать осанку.	Контрольное занятие	Количество баллов (1-5 уровень) Приложение №2
Текущий	Определение степени усвоения практических умений и навыков в соответствии с прогнозируемыми	Знание терминологии («Вальсовая дорожка», «Лодочка», «До-за-до»,	Отчетный концерт.	Количество баллов (1-5 уровень) Приложение

	результатами; выявление уровня усвоения теоретических знаний; определение уровня развития индивидуальных творческих способностей.	«Променад» и др.) основных элементов вальса, различных типов шагов и видов. Четкое исполнение танцевальной постановки.		ние №2
Промежуточная аттестация	Определение уровня развития индивидуальных творческих способностей.	Самостоятельное составление танцевальной композиции, подбор соответствующей музыки. Применение элементов актерской выразительности.	Творческое задание. Практическая работа.	не аттестован, аттестован Приложение №2

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Литература для педагога:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. М., Л., 1964. 213с.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических

- коллективов, балетных школ и студий. – Спб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС». -256 С.
3. Веденева И. Будь молодой и грациозной. М.: «Нова», 1986. – 112с.
 4. Ерохина О.В. Школа танцев для детей.- Ростов н/Д: Феникс,2003.
 5. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. Л.:»Лениздат», 2001 -193 с.
 6. Методические указания в помощь начинающему педагогу бального танца / сост. Блок Р.С..М. 1990 -39 с.
 7. Народные танцы/автор О.В. Иванникова.- М.:АСТ, 2007.
 8. Разрешите пригласить. Сборник популярных бальных танцев. Вып. 3, 4,5,6 (сост. В. Кудряков, Л. Школьников. М.: «Советский композитор».
 9. Уральская В.И., Гороховников Г.С. В ритме вальса (методическое пособие для руководителей коллективов бального танца). М.: «Нова», 2008

Литература для учащихся:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. Спб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС» -256с.
2. Люси Смит. Танцы начальный курс- М.: Астрель, 2001.
3. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
4. Уральский В.И. Рождение танца – М.: Советская Россия, 1992.

Интернет ресурсы:

- <http://dance123.ru/> - сайт Танцевальный словарь содержит информацию по истории развития танцевальных стилей и массовых танцевальных образцов, определение и описание техники исполнения многочисленных танцевальных терминов, характеристику танцев разных народов, эпох.
- <http://www.horeograf.com/knigi> - на сайте представлено всё для хореографов (методическая литература, публикации, статьи, видео и аудио материалы).
- <http://video-dance.ru/> - уроки танцев всех стилей и направлений онлайн.
- <http://dannece.ru/swing/rock-and-roll/> - уроки танцев онлайн.

- <http://need4dance.ru/> - энциклопедия по хореографии, сайт содержит информацию по истории появления и развития различных стилей и направлений хореографии, узнать основные движения разных танцев, ознакомиться с известными коллективами и людьми оказавшими большое влияние на развитие различных жанров хореографического искусства.
- <http://sport-lessons.com/> - спортивные уроки онлайн.
- http://www.youtube.com/channel/UCwdl_G0ghsXcRcVhRVCMzLQ - канал о гимнастике, состоящей из аэробных упражнений под ритмичную музыку, которая помогает следить за ритмом выполнения упражнений.
- <http://www.youtube.com/channel/UCu0op9WasZt-XUvtTY2GdPw/featured> - канал представляет видеоматериалы по различным сочетаниям и системам физических упражнений, составляющих основу и содержание видов спорта, входящих в программы физического воспитания в учебных заведениях.

Приложение №1

Перечень учебно- методического комплекта к дополнительной общеобразовательной программе – дополнительной общеразвивающей программе объединения «Вальс»:

- календарный учебный график;
- методические разработки (методические рекомендации)
- лекции на тему «правила этикета», о важности регулярной двигательной активности для человека. Правильный режим дня. Личная гигиена.
- - сценарий для праздника «Бал при свечах»
- литература по методике преподавания бального танца, словарь терминов.
- оценочные протоколы.
- дневник наблюдений.
- правила, инструкции по технике безопасности.

Информационно-методическое обеспечение программы

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>

- приказ Министерства просвещения РФ от 29.07. 2022 г. № 629 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425>

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>

- Постановление главного санитарного врача РФ от 28 сентября 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 молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [СП 2.4.3648–20 \(urfu.ru\)](http://www.fedresurs.ru/ru/act/2020/09/28/28)

- постановление Правительства Республики Коми от 11 апреля 2019 г. № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>

- Решение Совета МО ГО "Сыктывкар" от 10.12.2019 № 44/2019-619 "О внесении изменений в решение Совета МО ГО "Сыктывкар" от 08.07.2011 № 03/2011-61 "О Стратегии социально-экономического развития МО ГО "Сыктывкар" до 2035 года" [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/438993064>

Содержание критериев предметных результатов

Уровни	Содержание
	<i>Входящий контроль</i>
5 уровень (9-10 баллов)	Осознание и понимание правил по ТБ, умение самостоятельно их сформулировать. Хорошая выворотность, прогиб тела, чувство ритма, правильная осанка. Развит музыкальный и ритмический слух, проявляет интерес к занятиям. Умеет ориентироваться в пространстве, держать координацию движений.
4 уровень (8-7 баллов)	Понимание правил по ТБ, умение сформулировать их при помощи педагога. Средние показания подъема и выворотности ног, есть чувства ритма, нормальная осанка, проявляет интерес к занятиям. Умеет ориентироваться в пространстве, держать координацию движений.
3 уровень (5-6 баллов)	Понимание правил по ТБ, умение сформулировать их только при помощи педагога. У учащегося слабо развит музыкальный и ритмический слух, не всегда умеет концентрировать внимание, координация движений развита недостаточно. Не всегда проявляет интерес к занятиям. Ориентируется в пространстве.
2 уровень (3-4 балла)	Слабое знание правил по ТБ, неумение их сформулировать. Плохая ориентация в музыкальном ритме, неустойчивость, искривленная осанка. Слабый интерес к занятиям. Плохо ориентируется в пространстве, держит координацию движений.

<p>1 уровень (1 – 2 балла)</p>	<p>У учащегося нет знаний по правилу ТБ, не развит музыкальный и ритмический слух, минимальный уровень способностей к танцам, рассеянное внимание, не дисциплинирован, нет пластичности, движения угловатые. Нет интереса к занятию. Не умеет ориентироваться в пространстве, держать координацию.</p>
	<p><i>Текущий контроль.</i></p>
<p>5 уровень (9-10 баллов)</p>	<p>Повышенный интерес к данному виду деятельности. Знает и выполняет комплекс хореографических упражнений., упражнения на умение держать осанку. Свободно владеет теоретической информацией. Сочетает музыку с движениями, выполняет движения без ошибок, знает терминологию, ориентируется в пространстве.</p>
<p>4 уровень (8-7 баллов)</p>	<p>Есть интерес к данному виду деятельности. Учащийся отвечает на теоретические вопросы с небольшой помощью педагога, слышит музыку и ритм, согласовывает движения с музыкой, но допускает ошибки в исполнении движений, знает терминологию, ориентируется в пространстве. Знает и выполняет комплекс хореографических упражнений, с помощью подсказки педагога.</p>
<p>3 уровень (5-6 баллов)</p>	<p>Есть интерес к данному виду деятельности. Учащийся отвечает на теоретические вопросы с помощью педагога, не всегда слышит музыку и ритм, не всегда согласовывает движения с музыкой, допускает неточности в исполнении движений, знает терминологию с помощью педагога, ориентируется в пространстве. Знает ,но плохо выполняет комплекс хореографических упражнений.</p>

2 уровень (3-4 балла)	Слабый интерес к данному виду деятельности Учащийся не владеет теоретическими знаниями, слабо развит музыкальный и ритмический слух, не всегда сочетает музыку с движениями, выполняет движения с ошибками, знает терминологию, с помощью педагога, плохо ориентируется в пространстве. Плохо знает и выполняет комплекс хореографических упражнений.
1 уровень (1 – 2 балла)	Нет интереса к данному виду деятельности. Учащийся не владеет теоретическими знаниями, не развит музыкальный и ритмический слух, не сочетает музыку с движениями, выполняет движения с ошибками, не знает терминологию, не ориентируется в пространстве. Не знает и не выполняет комплекс хореографических упражнений.
	<i>Текущий контроль.</i>
5 уровень (9-10 баллов)	Владеет знаниями теоретического материала в полном объеме, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Знает хорошо специальную терминологию и правильно применяет ее. Движения выполняет качественно, присутствует творческий подход к выполнению работы. Исполняет хореографические композиции, показывая артистичность, чувство ритма и такта, гибкость тела. В полном объеме владеет основными движениями бального танца, соблюдает рисунок танца.
4 уровень (8-7 баллов)	Есть достаточные знания теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Знает специальную терминологию. Движения выполняет качественно. Исполняет хореографические композиции, показывая артистичность, чувство ритма и такта, не

	достаточная гибкость тела. Владеет основными движениями бального танца, соблюдает рисунок танца.
3 уровень (5-6 баллов)	Учащийся овладел не менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Учащийся знает специальную терминологию, применяет под руководством педагога. Допускает неточности в исполнении ритмических композиций. Не всегда применяет артистичность, чувство ритма и такта, не достаточная гибкость тела. Владеет основными движениями бального танца с помощью педагога, не всегда соблюдает рисунок танца.
2 уровень (3-4 балла)	Учащийся овладел менее $\frac{1}{2}$ объема теоретических знаний и практических умений, навыков предусмотренных программой. Есть знания терминологии, в процессе обучения их применяют редко. Неточное выполнение упражнений, рисунков, допускает ошибки в исполнении бальных танцев. Не всегда применяет артистичность, чувство ритма и такта, не достаточная гибкость тела.
1 уровень (1 – 2 балла)	Учащийся не овладел теоретическими знаниями и практическими умениями, навыками предусмотренных программой. Знания терминологии слабые, в процессе обучения их не применяет. Работу выполняет с нарушением технологии, небрежно. Неточное выполнение упражнений, допускает ошибки в исполнении композиций и этюдов. Не применяет артистичность, чувство ритма и такта, не достаточная гибкость тела.
	<i>Промежуточная аттестация</i>
аттестован	Сформирована способность к самостоятельной работе, к

	творческому выполнению практической деятельности. Развито творческое мышление, физические качества: выворотность, осанка, пластика. Творческое задание выполнено качественно, самостоятельно.
не аттестован	Не сформирована способность к самостоятельной работе, к творческому выполнению практической деятельности. Слабо развиты творческое мышление, физические качества: выворотность, осанка, пластика. Творческое задание выполнено не качественно или с помощью педагога.

Протокол результатов освоения дополнительной образовательной программы «Вальс» . Входящий контроль

группа _____ Педагог _____ уч. год _____

№п/п	ФИО учащегося	Уровень освоения правил по ТБ на занятии.	Уровень знаний основ музыкальной грамотности, выполнение упражнения на ритмичность. Соотношение движения с ритмом и характером музыки.	Уровень практических навыков в Ритмике. Упражнения на координацию, ориентировку в пространстве.	ИТОГ: результат входящего контроля.

1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

Протокол результатов освоения дополнительной образовательной программы
«Вальс» . Текущий контроль.

группа _____ Педагог _____ уч. год _____

№п/п	ФИО учащегося	Определены характер музыки, темпа.	Воспроизведены на хлопках разнообразные ритмические рисунки.	Исполнение комплекса упражнений для постановки корпуса,	ИТОГ: результат текущего контроля (средний результат)
------	---------------	------------------------------------	--	---	---

				рук, ног, . головы, умение держаться осанку.	
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

Протокол результатов освоения дополнительной образовательной программы
«Вальс». Текущий контроль.

группа _____ Педагог _____

уч. год _____

№п/п	ФИО учащегося	Знание терминологии «Вальсовая дорожка», «Лодочка», «До-за-до», «Променад» и др.	Типы и виды шагов. Знание основных элементов вальса.	Четкое исполнение танцевальной постановки.	ИТОГ: результат текущего контроля.
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

Протокол результатов освоения дополнительной образовательной программы
«Вальс» . Промежуточная аттестация. Творческое задание.

группа _____ Педагог _____ уч. год _____

№п/п	ФИО учащегося	Самостоятельное составление танцевальной композиции, подбор соответствующей музыки.	Пластика движения, выворотность, осанка, ритмичность движений.	Правильность исполнения движений, постановка рук, ног, корпуса.	ИТОГ: результат промежуточной аттестации.
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

Критерии оценки личностных результатов освоения программы.

1. Уровень развития личностных качеств, познавательной и жизненной активности, самостоятельности, дисциплины, стремления к преодолению препятствий, выработка положительного отношения к здоровому образу жизни и двигательной активности. Соблюдение правил этикета.

Высокий уровень:

- учащийся соблюдает дисциплину на занятии, на сцене.
- учащийся с удовольствием выполняет творческие задания.
- учащийся с удовольствием, активно посещает занятия.
- активно включается в учебную деятельность, стремится закончить начатую работу до конца.
- уверен в своих силах и способностях.
- соблюдает правила этикета.

Средний уровень:

- учащийся не всегда соблюдает дисциплину на занятии, на сцене, не всегда уважительно относиться к окружающим.
- учащийся выполняет творческие задания.
- учащийся регулярно посещает занятия.
- нет, активной потребности закончить начатую работу
- настойчив в выполнении задания.
- иногда соблюдает правила этикета.

Низкий уровень:

- учащийся не соблюдает дисциплину на занятии, на сцене, не вежлив, агрессивен в отношениях со сверстниками.
- учащийся не выполняет творческие задания.
- учащийся не стабильно посещает занятия.
- нет активного желания закончить начатую работу
- нет уверенности в своих силах и способностях
- не соблюдает правила этикета.

Критерии оценки метапредметных результатов освоения программы.

1. Уровень развития музыкально-ритмических способностей: музыкального слуха, чувства ритма; координации, гибкости, пластичности, физического развития через систему специальных упражнений.

Высокий уровень:

- учащийся двигается в такт музыки, самостоятельно передает хлопками и притопами заданный ритм.
- учащийся выполняет весь комплекс упражнений на координацию, гибкость, пластичность.
- учащийся самостоятельно выполняет комплекс упражнений для физического развития.

Средний уровень:

- учащийся двигается в такт музыки, с помощью педагога передает хлопками и притопами заданный ритм.
- учащийся частично выполняет весь комплекс упражнений на координацию, гибкость, пластичность.

- учащийся выполняет комплекс упражнений для физического развития.

Низкий уровень:

- учащийся не двигается в такт музыки, с помощью педагога передает хлопками и притопами заданный ритм.

- учащийся с трудом выполняет весь комплекс упражнений на координацию, гибкость, пластичность.

- учащийся не выполняет комплекс упражнений для физического развития.

Протоколы оценки личностных результатов освоения программы.

№п/п	ФИО учащегося	Соблюдает дисциплину на занятии и на сцене, активно включается в учебную деятельность.	Посещаемость занятия. Знание правила этикета.	Выполнение творческого задания. стремление закончить начатую работу до конца, есть уверенность в своих силах и способностях.	ИТОГ: результат личностного контроля.
1					
2					

Протоколы оценки метапредметных результатов освоения программы.

№п/п	ФИО учащегося	Исполнение движений в такт музыки, передача хлопками и притопами заданный ритм.	Исполнение комплекса упражнений на координацию, гибкость, пластичность.	Выполнение комплекса упражнений для физического развития.	ИТОГ: результат метапредметного контроля.
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

9					
10					
11					

Приложение №4

Планирование работы с родителями (законными представителями).

Сентябрь: Приглашение родителей на собрание в ЦДО и знакомство с ними.

Октябрь: Индивидуальные консультации для родителей по вопросам успеваемости, посещаемости. Анализ учебной работы за 1 четверть.

Ноябрь: Индивидуальные встречи с родителями. Поздравление с днем матери.

Декабрь: Приглашение родителей на новогоднее мероприятие.

Январь: Семейная гостиная с родителями.

Февраль: Проведение мероприятия «Папа, самый лучший», игры, конкурсы.

Март: Поздравление мам и бабушек с днем 8 марта.

Апрель: Посещение родителями открытых занятий. Приглашение родителей на творческий отчет и концерты.

Май: Награждение родителей за активную помощь. Родительское собрание – подведение итогов года.

Приложение №5

План воспитательной работы.

Дата	Название
15.09.2016	«История вальса», театрализованное представление
15.10.2016	«Правила личной гигиены для танцоров», беседа
15.11.2016	«История создания бальных танцев»

13.12.2016	«Бал при свечах», театрализованное представление
13.01.2017	«Посиделочки», проведение мастер классов
15.02.2017	«Мы с папой сила», спортивное мероприятие
15.03.2017	«За здоровый образ жизни!», интеллектуальная игра с элементами беседы и выступлением учащихся.
27.04-29.04.	«Всемирный день танца», выступление учащихся
4. 05.- 7.05	«Мы – наследники Великой Победы!», нравственно-патриотическая беседа
25.05-29.05	Выступление на последнем звонке.

Приложение № 6

Реперту

арный план.

Месяц	Репертуарный план	Примечания
ноябрь	Фигурный вальс	Выступление на «день матери»
Февраль- март	Медленный вальс	Выступление на 23 февраля и 8 марта
май	Вальс на последний звонок.	Выступление на последнем зонке.

Приложение № 7

Календарно – тематическое планирование.

№	№	Тема, содержание	Кол-во	Теория	Практи	Форма контроля	Выданные часы	Выданные
---	---	------------------	--------	--------	--------	----------------	---------------	----------

							по факту	часы по плану
1	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности на занятиях, правила дорожного движения. История возникновения вальса, выразительные средства.	2	1	1	наблюдение		
2	2 3	Музыка и ее характер. Понятие характера музыки, музыкального размера, динамические оттенки. Определение характера музыки, музыкального размера и динамического оттенка.	4	2	2	Контрольное занятие		
3	4 5 6	Хореографические упражнения. Экзерсис.	6	2	4	Контрольное занятие		
4	7	Виды современного вальса.	2	2	0			
4	8 9 10	Дорожка променад. Вальсовый шаг.	6	0	6	наблюдение		

5	11 12 13	Вращение.	6	1	5	Наблюдение		
6	14 15 16 17	Повороты	8	2	6			
7	18 19 20	Балянсе	6	2	4	наблюдение		
8	21 22 23 24	Вальсовая дорожка	8	2	6	наблюдение		
9	25 26 27 28	«Окошечко» (фигура в паре)	8	2	6	наблюдение		
10	29 30 31 32	<p>Воспитательные и досуговые мероприятия.</p> <p>1. Праздник «Бал при свечах»</p> <p>Беседы на тему «правила этикета», о важности регулярной двигательной активности для человека. Правильный режим дня. Личная гигиена.</p> <p>2. Концертная деятельность. Выступление на мероприятиях.</p>	8	4	4	наблюдение		
11	33 34	Классический медленный и фигурный вальс.	4	0	4	Наблюдение .		

12	35	Промежуточная аттестация. Самостоятельное составление танцевальной композиции, подбор соответствующей музыки. Применение элементов актерской выразительности.	2	0	2	Практическая работа		
13	36	Заключительное занятие. - награждение, подведение итогов за учебный год.	2	0	2	Наблюдение		
Все го			72	20	52			

