

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 « 29 » августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУ ДО «ЦДОД «Успех»  
И.Ф. Рюхова  
« 29 » августа 2025 г.

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

**Направленность:**

Художественная

**Вид программы по уровню освоения:**

базовый

**Для учащихся:**

7 - 17 лет

**Срок обучения:**

1 год

**Составитель:**

Саковец Татьяна Алексеевна  
педагог дополнительного  
образования

Сыктывкар,  
2025

# **I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной - дополнительной общеразвивающей программы.**

## **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Вальс» (далее - программа) разработана в соответствии с действующими нормативными правовыми актами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее СП 2.4.3648-20);
- Постановлением Правительства Республики Коми от 11.04.2019 № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года»;
- Решением 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 города Сыктывкара до 2030 года» и других законов и иных нормативных правовых актов Российской Федерации и Республики Коми в области образования.

В целях реализации Распоряжения Правительства РФ от 24 апреля 2015 г. № 729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей» (п.12,17,21); в соответствии с Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ) разработана дополнительная общеобразовательная - дополнительная общеразвивающая программа «Школа бального танца» (далее Программа), имеющая художественную направленность.

**Направленность программы:** художественная

**Актуальность программы:**

Занятия бальными танцами способствуют более глубокому эмоционально-осознанному восприятию себя в танце. По нынешним тенденциям и нормам все выпускники должны уметь танцевать выпускной вальс. Танец играет немаловажную роль в эстетическом и физическом воспитании детей.

**Отличительные особенности:** в процессе обучения все эти средства взаимосвязаны, взаимообусловлены. Плавные, ритмичные и энергичные движения под красивую и зажигательную музыку доставляют эстетическое наслаждение детям, которые в силу своих возрастных склонностей особенно стремятся к движениям, к ритмике. По программе «Вальс» выпускники осваивают основы ритмопластики, бальной хореографии и джаз-модерн танца. Изучают основные фигуры и позиции, технические приемы движения бальных танцев. Вместе с этим развивают физические, музыкальные и артистические способности, укрепляют здоровье и тренируют многие психические процессы.

**Адресат Программы.** Программа ориентирована на работу с детьми 7-17 лет независимо от наличия у них специальных физических данных. Набор в группу осуществляется на основе письменного заявления родителей (законных представителей) через сайт [komi.pfdo.ru](http://komi.pfdo.ru) (ПФДО Коми). Учащиеся закончившие курс Программы могут продолжить обучение в объединениях по профилю в других учреждениях дополнительного образования.

#### **Объем и сроки освоения Программы:**

Год обучения	Продолжительность годов обучения в часах	Режим занятий	
		Количество часов в неделю	Количество занятий в неделю
1 год	144	4	2
<b>Итого:</b>	<b>144</b>		

#### **Режим занятий**

Расписание составляется в соответствии с требованиями СанПиН. Продолжительность занятия - 2 академических часа с 10 минутным перерывом. Занятия проходят специально оборудованном учебном кабинете.

**Форма обучения:** очная

**Особенности организации образовательного процесса:**

- Состав группы - постоянный
- Виды занятий по организационной структуре - групповые.

**Формы организации учебной деятельности:** учебное занятие, мастер классы, выпускной вечер.

### **1.2.Цель и задачи программы**

**Цель** – способствовать воспитанию эстетической и хореографической культуры через средства бальной хореографии.

**Задачи:**

*обучающие*

- получить представления об элементах музыкальной грамотности и музыкально-ритмического материала;
- формировать устойчивый интерес к танцевальному искусству и приобщение детей к миру прекрасного;

- приобрести начальные навыки в искусстве бального танца;

***развивающие***

- развить основные музыкальные способности: музыкального слуха, ритма;
- развить познавательный интерес к ритмопластике, бальному танцу, джаз-модерн танцу.
- развить индивидуальные творческие способности учащихся;
- развить коммуникативные умения: умение взаимодействовать в коллективе; высказывать и обосновывать свою точку зрения, сопоставлять ее с мнением других; задавать вопросы.

***воспитательные***

- воспитать нравственно-коммуникативные качества личности;
- воспитать навыки трудолюбия, бережливости, уверенности в своих силах и возможностях (ситуация успеха), терпения и общения в коллективе;
- формировать дружеские отношения в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке;
- воспитать ценностное отношение к русской культуре.

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1. Учебный план

№ п/п	Раздел, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	-опрос;
1.1	Введение в предмет «Основы бального танца». Инструктаж по технике безопасности	2	2		-тренинг
<b>2.</b>	<b>Пластическая гимнастика</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	-опрос;
2.1.	Ритмопластика	4	1	3	-упражнения;
2.2.	Гимнастические и силовые упражнения	4	1	3	-тренинг;
2.3.	Упражнения на развитие внимания, реакции и координации движений.	4	2	2	-выступления.
2.4.	Упражнения на развитие чувства ритма и пластики тела.	4	2	2	
<b>3</b>	<b>Элементы музыкальной грамотности</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	-тест;
3.1.	Жанры танцевальной музыки	3	1	2	-оценивание педагогом и участниками коллектива;
3.2.	Характер и особенности танцевальной музыки.	4	2	2	
3.3.	Темп. Такт и ритм. Начало и конец музыкального отрывка.	3	1	2	

3.4.	Сильные и слабые доли.	4	2	2		
3.5.	Слушание и разбор музыкальных отрывков	4	2	2		
<b>4</b>	<b>Основы ритмики.</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>		
4.1.	Положение и направления частей тела	3	1	2		-опрос; -упражнения; -тренинг; -выступления.
4.2.	Позиции ног. Положение и движение ног	3	1	2		
4.3.	Позиции рук. Движения рук.	4	1	3		
4.4.	Различные виды танцевальных шагов	4	1	3		
4.5.	Различные виды бега.	3	1	2		
4.6.	Подскоки. Прыжки.	3	1	2		
<b>5</b>	<b>Основы бального танца</b>	<b>26</b>	<b>8</b>	<b>18</b>	-опрос; -упражнения; -тренинг; -выступления.	
5.1.	Знакомство с танцами народов России. Отечественный бальный танец.	2	2	-		
5.2.	Разучивание основ европейской и латиноамериканской программы.	16	4	12		
5.3.	Отработка танцевальных этюдов.	8	2	6		
<b>6</b>	<b>Школа бального танца.</b>	<b>28</b>	<b>6</b>	<b>22</b>	-опрос; -упражнения; -тренинг; -выступления.	
6.1.	Техника исполнения основ массового бального танца.	4	1	4		
6.2.	«Разучивание танцев, этюдов и вариаций»	14	3	11		
6.3.	Отработка танцевальных этюдов и вариаций.	10	3	7		
<b>7</b>	<b>Постановочные и репетиционные работы</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	-тест; -оценивание педагогом и участниками коллектива;	
7.1.	Постановка выпускного вальса.	6	2	4		
7.2.	Разводка концертного номера	4	2	2		
7.3.	Репетиционные работы	10	2	8		
<b>8</b>	<b>«Давайте жить дружно!»</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	-тест; -отчет коллектива в рамках мероприятия	
8.1.	Посвящение в кружковцы	2	1	1		
8.2.	Здоровый образ жизни	3	1	2		
8.3.	Празднование Нового года и других семейных праздников	2	1	1		
8.4.	День Победы в Великой Отечественной войне	2	1	1		
8.5.	Правила безопасности жизнедеятельности	3	2	1		
8.6.	Праздник наших успехов	2	1	1		
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>49</b>	<b>95</b>		

### Содержание учебного плана

№ п/п	Раздел, тема, содержание	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	

<b>1.1.</b>	<p><b>Тема:</b> «Введение в предмет «Основы бального танца». Инструктаж по технике безопасности.</p> <p><i>Теория:</i> Определение, что такое «ритмика», «ритмопластика», «бальный танец», «джаз модерн танец». Цели и задачи коллектива по программе на текущий учебный год.</p> <p>Правила внутреннего распорядка учащихся. Учебный календарный график. Техника безопасности в зале при проведении занятий и на сцене. Правила поведения на дороге и правила дорожного движения. Безопасный маршрут передвижения «Дом-Дворец-Дом». Правила поведения, эвакуации учащихся в ДТДиУМ при возникновении ЧС. Организационные моменты</p> <p><b>Требования к внешнему виду:</b> обувь, форма одежды для занятий; уточнение расписания занятий.</p>	2	2	-
<b>2.</b>	<b>Пластическая гимнастика</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>10</b>
<b>2.1</b>	<p><b>Тема:</b> <u>«Ритмопластика»</u></p> <p><i>Теория:</i> Значение пластической гимнастики и ритмопластики для танцев. Определения «Ритмопластика», «Разминка». Правила исполнения упражнений.</p> <p><i>Практика:</i> Упражнения на середине зала: для шейного отдела позвоночника, для плечевого пояса, для суставов рук, для корпуса, для бедер, ног и стопы.</p>	4	1	3
<b>2.2</b>	<p><b>Тема:</b> <u>«Гимнастические и силовые упражнения»</u></p> <p><i>Теория:</i> Правила исполнения упражнений и техника безопасности</p> <p><i>Практика:</i> Упражнения на растягивание мышц тела; Силовые упражнения (отжимания, выпрыгивания, планка, пресс)</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> выполнять силовые упражнения</p>	4	1	3
<b>2.3</b>	<p><b>Тема:</b> «Игровые упражнения на развитие внимания, реакции и координации движений»</p> <p><i>Теория:</i> Правила исполнения игровых упражнений и техника безопасности</p> <p><i>Практика:</i> упражнения на внимания; упражнения для координации движений; упражнения для быстрой реакции движений</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> выполнять упражнения на координацию движений</p>	4	2	2
<b>2.4.</b>	<p><b>Тема:</b> «Упражнения на развитие чувства ритма»</p> <p><i>Теория:</i> Правила исполнения упражнений и техника безопасности</p> <p><i>Практика:</i> Разнообразные ритмичные упражнения на шагах, притопах и хлопках.</p>	4	2	2
<b>3.</b>	<b>Элементы музыкальной грамотности</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>10</b>

<b>3.1.</b>	<b>Тема:</b> «Жанры танцевальной музыки» <i>Теория:</i> Понятие о жанрах музыки: песня-танец-марш. <i>Практика:</i> Игровые упражнения <i>Самостоятельная работа:</i> определить жанр мелодии	3	1	2
<b>3.2.</b>	<b>Тема:</b> «Характер и особенности танцевальной музыки» <i>Теория:</i> Понятие о характере и особенностях танцевальной музыки. <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение характера и особенностей музыкальных отрывков.	4	2	2
<b>3.3.</b>	<b>Тема:</b> «Темп. Такт и ритм. Начало и конец музыкального отрывка» <i>Теория:</i> Понятие о темпе, ритме, такте в музыке. Начало и конец музыкальной фразы <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение темпа, ритма музыкальных произведений. Игровые упражнения. <i>Самостоятельная работа:</i> просчитать ритм, определить темп мелодии	3	1	2
<b>3.4.</b>	<b>Тема:</b> «Музыкальный размер» <i>Теория:</i> Понятие о музыкальном размере 2/4; 4/4; 3/4 <i>Практика:</i> Задания и упражнения на определение музыкального размера музыкальных произведений. Игровые упражнения.	4	2	2
<b>3.5.</b>	<b>Тема:</b> «Слушание и разбор музыкальных отрывков и простых произведений» <i>Теория:</i> Прослушивание музыкальных отрывков <i>Практика:</i> Разбор простых музыкальных произведений и отрывков.	4	2	2
<b>4.</b>	<b>Основы ритмики.</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>
<b>4.1.</b>	<b>Тема:</b> «Положение и направления частей тела» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения <i>Практика:</i> Положение и построение в зале. Упражнения для правильного положение и направление частей тела	3	1	2
<b>4.2.</b>	<b>Тема:</b> «Позиции ног. Положение и движение ног» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения <i>Практика:</i> Позиции ног: 1,2,3,6, 1-естественная. Упражнение для движения ног по позициям.	3	1	2
<b>4.3.</b>	<b>Тема:</b> «Позиции рук. Движения рук» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения <i>Практика:</i> Позиции рук: подготовительная, 1,2,3. Упражнение для движения рук по позициям.	4	1	3

<b>4.4.</b>	<b>Тема:</b> «Различные виды шагов» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения шагов <i>Практика:</i> Бодрые шаги, тихие шаги; шаги с высоким подниманием бедра; приставной шаг, скрещивающийся шаг, скользящий шаг, тройной шаг; переменный и с притопом.	4	1	3
<b>4.5.</b>	<b>Тема:</b> «Различные виды бега» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения танцевального бега <i>Практика:</i> Легкий бег, ритмичный бег, бег с высоким подниманием бедра, с за хлестом назад, с ускорением.	3	1	2
<b>4.6.</b>	<b>Тема:</b> «Подскоки. Прыжки» <i>Теория:</i> Правила и техника исполнения подскоков и прыжков <i>Практика:</i> Подскоки на месте, вокруг себя, с продвижением; двойные подскоки; Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу; прыжки ноги врозь и вместе.	3	1	2
<b>5.</b>	<b>Основы бального танца</b>	<b>26</b>	<b>8</b>	<b>18</b>
<b>5.1.</b>	<b>Тема:</b> «Знакомство с танцами России и Республики Коми». Отечественный бальный танец. <i>Теория:</i> История возникновения и развития.	2	2	-
<b>5.2.</b>	<b>Тема:</b> «Разучивание танцев и этюдов» <i>Теория:</i> техника исполнения и характер танцев <i>Практика:</i> разучивание основных шагов и элементов, постановка танцевальных этюдов. •Вальс дружбы •Коми-бальный •Полька.	16	4	12
<b>5.3.</b>	<b>Тема:</b> «Отработка танцевальных этюдов» <i>Теория:</i> разбор и разработка танцев: что получается, что не получается, и почему. <i>Практика:</i> работа над техникой танцев и позицией в паре, исправление ошибок - отработка конкретных движений: рук, ног, корпуса, головы. Семинарская работа с парами <i>Самостоятельная работа:</i> отработать танцевальный этюд.	8	2	6
<b>6.</b>	<b>Школа бального танца</b>	<b>28</b>	<b>6</b>	<b>22</b>
<b>6.1.</b>	<b>Тема:</b> «Техника исполнения основ массового бального танца». <i>Теория:</i> История возникновения и развития вальса.	4	1	4

<b>6.2.</b>	<p><b>Тема:</b> «Разучивание танцев, этюдов и вариаций»  <i>Теория:</i> техника исполнения и характер танцев  <i>Практика:</i> освоение основных движений и фигур танцев; разучивание танцевальных этюдов и вариаций</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Диско -подготовительные и основное движение: шассе вправо, влево</li> <li>•Медленный вальс -подготовительное движение: «Качелька» вправо – влево; вперед - назад -закрытая перемена вперед-назад или «маленький квадрат» -правый поворот и «большой квадрат»</li> </ul> <p>Все фигуры исполняются по одному, затем в паре; без музыки - под счет; с музыкой в пол темпа и в темп.</p>	14	3	11
<b>6.3.</b>	<p><b>Тема:</b> «Отработка танцевальных этюдов и вариаций».</p> <p><i>Теория:</i> разбор и разработка танцев: что получается, что не получается, и почему.  <i>Практика:</i> работа над техникой танцев и позицией в паре, исправление ошибок - отработка конкретных движений: рук, ног, корпуса, головы. Семинарская работа с парами  <i>Самостоятельная работа:</i> отработать танцевальную вариацию.</p>	10	3	7
<b>7.</b>	<b>Постановочные и репетиционные работы</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>
<b>7.1.</b>	<p><b>Тема:</b> «Постановка выпускного вальса»  <i>Теория:</i> знакомство с историей танца, с музыкальным материалом, с манерой исполнения, с костюмами</p>	6	2	4
<b>7.2.</b>	<p><b>Тема:</b> «Разводка концертного номера»  <i>Теория:</i> рисунок танца - описание танцевального номера на сцене: кто, откуда выходит, куда идет и что делает.  <i>Практика:</i> композиционные рисунки, построения, перестроения и переходы.</p>	4	2	2
<b>7.3.</b>	<p><b>Тема:</b> «Репетиционные работы»  <i>Теория:</i> выбор наиболее сложных этюдов и вариаций из концертного номера  <i>Практика:</i> отработка концертного номера; работа над техникой, стойкой, положением в паре; отработка синхронности и эмоциональности.</p>	10	2	8
<b>8.</b>	<b>«Давайте жить дружно!»</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	<b>7</b>

<b>8.1.</b>	<b>Тема:</b> «Посвящение в кружковцы» <i>Теория:</i> история, традиции и факты из жизни Дворца и своего объединения; символика Дворца (Гимн, эмблема, бренд); детские коллективы Дворца; достижения и успехи старших учащихся. <i>Практика:</i> участие в мероприятии объединения и Дворца, «Открытие танцевального сезона»	2	1	2
<b>8.2.</b>	<b>Тема:</b> «Здоровый образ жизни» <i>Теория:</i> понятия «Здоровье», «ЗОЖ», «Организм»; значимость соблюдения здорового образа жизни; роль укрепления здоровья: закаливание, зарядка, режим дня, правильное питание, витаминизация; <i>Практика:</i> участие в соревнованиях и турнирах; спорт в лицах (известные спортсмены танцевального спорта)	3	1	2
<b>8.3.</b>	<b>Тема:</b> «Празднование Нового года и других семейных праздников» <i>Теория:</i> история, традиции, символы, главные герои празднования Нового года в России; история возникновения праздника: «День семьи, любви и верности», Международного дня семьи, Дня матери, Дня отца (др. праздников посвященных маме, папе), Дня пожилого человека; <i>Практика:</i> песенный и танцевальный репертуар, литературный материал; участие в мероприятиях	2	1	1
<b>8.4.</b>	<b>Тема:</b> «День Победы в Великой Отечественной войне» <i>Теория:</i> история, события, факты Великой Отечественной войны: (города-герои, ветераны ВОВ, Танцевальные номера военной тематикой.	2	1	1
<b>8.5.</b>	<b>Тема:</b> «Правила безопасности жизнедеятельности» <i>Теория:</i> правила поведения во дворце, на занятиях, переменах и массовых мероприятиях.	3	2	1
<b>8.6.</b>	<b>Тема:</b> «Праздник наших успехов» <i>Теория:</i> успех как условие для достижения личного результата и результата объединения; работа в группе для достижения результата, командный дух, взаимопомощь и взаимовыручка; достижения и успехи старших учащихся. <i>Практика:</i> Танцевальные этюды для участия в мероприятии объединения и Дворца: «Заккрытие танцевального сезона»	2	1	1
	<b>Всего</b>	<b>144</b>	<b>49</b>	<b>95</b>

## 1.4. Планируемые результаты

### **Предметные: знают,**

- Имеют представление представления об элементах музыкальной грамотности и музыкально-ритмического материала;
- Имеют начальные навыки в искусстве бального танца;
- Сформирован интерес к потребности в движении под музыку;
- знают основные танцевальные фигуры;
- создают танцевальные композиции.
- имеют первоначальные навыки исполнения массового бального танца;
- знают терминологию бального танца;
- умеют взаимодействовать в паре (ведение, стойки);
- имеют понятие о бальном танце как одном из спортивных направлений.

### **Личностные:**

- воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности;
- воспитание навыков трудолюбия, бережливости, уверенности в своих силах и возможностях (ситуация успеха), терпения и общения в коллективе;
- формирование дружеских отношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке;
- приобретение опыта участия в мероприятиях объединения, школы, города;
- воспитание ценностного отношения к русской культуре.

### **Метапредметные:**

- развитие основных музыкальных способностей: музыкального слуха, ритма;
- развитие познавательного интереса к ритмопластике, бальному танцу, ритмике.
- развитие индивидуальных творческих способностей учащихся;
- развитие двигательных качеств и умений;

## **II. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2 Условия реализации программы.**

#### **2.1. Материально-техническое обеспечение:**

- кабинет со специальным половым покрытием. – 1 штука
- музыкальная калонка;

#### **2.2 Информационно обеспечение:**

- нормативно-правовые документы (Приложение 1);
- учебно-методический комплект;
- дидактические материалы (методические пособия, игры, плакаты, схемы иллюстрации, репродукции картин художников, муляжи фруктов, фотоматериалы, изображения природы разных времен года, таблицы раздела «Цветоведение», «Композиция», «Ошибки компоновки» и т.д.).

### **2.3. Методы и технологии обучения и воспитания**

Методологической основой Программы является идея личностно-ориентированного обучения, способствующего самоопределению и самореализации личности на основе принципов ее деятельностного развития, которая реализуется в учебно-воспитательном процессе посредством применения следующих *педагогических технологий*:

*Личностно-ориентированные педагогические технологии.* В центре личностно-ориентированной образовательной системы находится учащийся, что, в свою очередь, требует тщательной проработки технологии педагогического процесса, который в максимальной мере учитывал бы особенности и возможности каждого учащегося, создавал условия для раскрытия и развития его потенциальных возможностей. Работа по данной методике дает возможность развивать индивидуальные творческие способности учащихся.

*Элементы здоровьесберегающих технологий:* система мер, направленных на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье, как ценности, мотивации на ведение здорового образа жизни (беседы о здоровом питании, профилактике заболеваний, роли физических упражнений в сохранении и укреплении здоровья, поддержка благоприятного психологического климата в группе).

Основные дидактические принципы программы: доступность и наглядность, последовательность и систематичность обучения и воспитания, учет возрастных и индивидуальных особенностей детей. Во время обучения по программе дети проходят путь от простого к сложному, с учетом опоры на пройденный материал на новом, более сложном творческом уровне.

Программой предусмотрено, чтобы каждое занятие было направлено на овладение основами бального танца, на приобщение детей к активной познавательной и творческой работе. Процесс обучения основам бального танца строится на единстве активных и увлекательных методов и приемов учебной работы, при которой в процессе усвоения знаний, законов и правил хореографического искусства у учащихся развиваются творческие начала.

### Формы занятий для реализации программы:

№ п/п	Тип занятия	Форма занятия
1	Усвоение новых знаний и способов действия	Беседа, объяснение с демонстрацией наглядных пособий (иллюстраций, видеоматериал) мастер-класс, педагогический показ, выполнение упражнений.
2	Комплексное применение знаний и способов действия (урок закрепления).	Объяснение и самостоятельная работа, выполнение упражнений. Составление вариаций по заданной теме. Домашние задания.
3	Контроль знаний и способов действия	Исполнение вариации. Тесты, опросы. Концертные выступления.

### Приемы и методы организации образовательного процесса и воспитательной работы.

Для качественной организации образовательного процесса программой предусмотрены следующие приемы и методы:

- наглядный (наблюдение, мастер-классы);
- практический метод (упражнения,);
- групповая технология обучения - групповой опрос, общественный смотр итоговых танцевальных вариаций;
- профессиональный подход в обучении - большое значение придается выявлению технических ошибок;
- система постоянно усложняющихся заданий, которая обеспечивает овладение приемами творческой работы всеми учащимися;
- деятельностный подход в обучении - использование различных тематик с целью поддержания интереса учащихся, побуждения в нем желания узнать что-то новое, самостоятельно создать продукт (вариацию) своей творческой деятельности. В каждом задании предусматривается исполнительский и творческий компонент;

### Используемые педагогические технологии

Для организации воспитательной работы используются следующие **приемы и методы**:

- методы формирования сознания личности с целью выработки умений анализировать и оценивать свои поступки, действия, поведение в целом (обучение рефлексии). Формирование адекватной самооценки (беседы, разъяснения, дискуссии, пример).
- метод стимулирования деятельности и поведения (соревнование, поощрение);
- метод педагогической оценки - открытой (одобрение, похвала, замечание).

### Формы подведения итогов по темам или разделам:

- основы бального танца;

- основы ритмики;
- основы европейского танца;
- Выступление на последнем звонке номера «Вальс».

#### 2.4. Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Вид аттестации
1.	Выявление уровня освоения программного материала	Тестирование, просмотр творческой работы	Проверка усвоения теоретических знаний и практических умений по основам бального танца.	контрольная работа Приложение 4	Подробно критерии представлены в Приложении 3	Текущий контроль
2.	Выявление уровня освоения программного материала после освоения программы	Просмотр концертных номеров.	Проверка усвоения теоретических знаний и практических умений по основам латиноамериканского и европейского танца.	Промежуточная контрольная работа Приложение 5	Подробно критерии представлены в Приложении 2	Промежуточная аттестация
3.	Личностные результаты	Наблюдение	Уровень освоения личностных и метапредметных результатов	Отношение (мотивация) учащегося: - К труду - К коллективу - К социуму - К Культуре и искусству - К Здоровому образу жизни - К самовоспитанию - К конкурентности личности	Подробно критерии представлены в Приложении 6	Текущий контроль

## **II. Список используемой литературы**

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. Методические указания. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС». – 256 с., ил.
2. - Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – Москва.: «ИД «Один из лучших»». - 2006г.
3. Бахто С.Е., Боголюбская М.С., Уральская В.И., Бархатов З.А., Елинек Ю.Е., Шмидт Л.Н. Бальный танец // Художественные кружки: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. – М.: «Просвещение», 1981.
4. Боголюбская М.С. Консультанты: Воронина И., Молякина О., Лихачева Л. Хореографический кружок // Художественные кружки: Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. – М.: «Просвещение», 1981.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца: Учебник. 5-е изд. – Л.: Искусство. 1980. – 192 с.
6. Захаров Р.В. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта.- М: Искусство, 1983. – 237 с., ил.
7. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: в 2 частях. Учебно-методическое пособие. – М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2001. – 112 с.: ноты и 104 с.: ноты
8. Мур Алекс. Техника бальных танцев. – Англия: «Имперское общество учителей» – 136 с.
9. Немов Р.С. Общие основы психологии. – М: ГИЦ ВЛАДОС, 1999. – 688 с.
10. Шереметьевская Н.В. Танец на эстраде. – М: Искусство, 1985. – 416 с., ил.

## **Учебные пособия, методические рекомендации**

1. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. Учебно-методическое пособие. – М.: ВНМЦ, 1982. – 101 с.
2. Буренина А.И. Коммуникативные танцы для детей. Учебное пособие. – СПб.: Издательство «Музыкальная палитра», 2004. – 36 с.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. Учебное пособие для студентов. - М.: ГИЦ–ВЛАДОС, 2004. – 232 с.: ил., ноты.

4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. Учебное пособие для студентов. - М.: ГИЦ-ВЛАДОС, 2003. – 208 с.: ил., ноты.
5. Скляр И.Г., Чисталев П.И. Коми народные танцы. – Сыктывкар: Коми книжное издательство, 1990. – 188 с.: ил., ноты.
6. Иванова О.А., Шарабарова И.Н. Занимайтесь ритмической гимнастикой. – М.: Советский спорт, 1988. – 64 с.: ил.
7. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2004. – 352 с.: фото.
8. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: в 2 частях. Учебно-методическое пособие. – М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2001. – 112 с.: ноты и 104 с.: ноты
9. Кристи Г. Основы актерского мастерства. – М., 1971 // Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности».
10. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия Холдинг, 2004. – 112 с., ил
11. Останко Л.В. Оздоровительная гимнастика для школьников. – СПб.: Издательский дом «Литера», 2006. – 32 с.: ил.
12. Парыгин Б.Д. Социальная психология. Учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2003. – 616 с., 4 с.ил.
13. Пидкасистый П.И. Педагогика. Учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей. – М: Педагогическое общество России, 1998. – 640 с.
14. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Цветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М.: Гум. Центр ВЛАДОС, 2003. – 256 с.
15. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ. – М., 1981 // Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности»
16. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей. Учебное пособие в 7 частях. – СПб.: «Музыкальная палитра», 2004-2008 – по 44 с., ил.
17. Томпсон В.Каланетика для красоты и здоровья. – Ростов н/Д.: издательство «Феникс», 2004. – 208 с., ил.
18. Филирева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «Детство-Пресс», 2006. – 352 с., ил.

19. Шутиков Ю.Н. Учебно-методические рекомендации по организации работы с целым классом в начальной школе по ритмике, ритмопластике и бальным танцам: Учебно-методическое пособие. – СПб: изд. ООО «Синус Пи», 136 с., ил.

#### **Интернет литература**

1. <https://nsportal.ru/> Социальная сеть работников образования «Наша сеть»
2. <http://avidreaders.ru/book/balnye-tancy-metodicheskoe-posobie.html> Бальные танцы. Методическое пособие.
3. [https://abc.vvsu.ru/Books/sportivnyj\\_tanets\\_prog/page0001.asp](https://abc.vvsu.ru/Books/sportivnyj_tanets_prog/page0001.asp) Спортивный танец.
4. <http://ball-dance.narod.ru/> Бальные танцы и все о них
5. [http://danceshop.ru/literatura\\_dlya\\_tantsev](http://danceshop.ru/literatura_dlya_tantsev) Литература для бальных танцев

#### **Литература для детей и родителей**

1. Агапова И.А., Давыдова М.А. Веселые праздники в школе и дома. – М: ООО ИКТЦ «ЛАДА», 2006 – 256 с.
2. Вступление в балет. Фотоальбом/Сост. Жданов Л.Т. – М.: Изд. «Планета», 1986. – 165 с., ил.
3. Государственный Ансамбль «Ася кыа».: Внешторгиздат, 1989. – 30 с., ил.
4. Детские народные подвижные игры: Кн. Для воспитателей д/с и родителей/ Сост.А.В.Кенеман, Т.Н.Осокина, 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, ВЛАДОС, 1985. – 224 с., ил.
5. Иванова О.А., Шарабарова И.Н. Занимайтесь ритмической гимнастикой. – М.: Сов.спорт, 1988. – 64 с., ил.// Физкультурная библиотечка школьника.
6. Карташова Н.Н. Воспитание танцем. Заметки балетмейстера. – Челябинск: Южно-Уральское кн.изд, 1976. – 111 с.
7. Михайлова М.А., Горбина Е.В. Поем, играем, танцуем дома и в саду. Популярное пособие для родителей и педагогов/ Худ. Думин М.В., Куров В.Н. – Ярославль: «Академия развития», 1997. – 240 с., ил. – (Серия: «Игра, обучение, развитие, развлечение»).
8. Нашхоев Р. Махмуд Эсамбаев – чародей танца. Документальная повесть. – М.: «Маренго-Принт», 2001. -150 с.; 50 л.ил.
9. Пожидаев Г.А. Повесть о танце. – М.: «Мод.гвардия», 1972. – 176 с., с ил.
10. Рубштейн Н.В. Что нужно знать, что бы стать первым. Танцор. Пара. – Севастополь: Экспресс-печать, 2007. – 196 с.
11. Слонимский Ю.И. Балетные строки Пушкина. – Л.:Искусство, 1974. – 184 с.; 4 л.ил.

#### **Интернет литература**

1. <https://nsportal.ru/> Социальная сеть работников образования «Наша сеть»
2. <http://avidreaders.ru/book/balnye-tancy-metodicheskoe-posobie.html> Бальные танцы. Методическое пособие.
3. [https://abc.vvsu.ru/Books/sportivnyj\\_tanets\\_progr/page0001.asp](https://abc.vvsu.ru/Books/sportivnyj_tanets_progr/page0001.asp) Спортивный танец.
4. <http://ball-dance.narod.ru/> Бальные танцы и все о них
5. [http://danceshop.ru/literatura\\_dlya\\_tantsev](http://danceshop.ru/literatura_dlya_tantsev) Литература для бальных танцев

**Приложение**  
**к дополнительной общеобразовательной**  
**программе – дополнительной общеразвивающей**  
**программе «Вальс»**

**Нормативно-правовые документы**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://clck.ru/C7fwL>
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>
3. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания на период до 2025 года» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>
5. 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>
6. ПРИКАЗ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» [Электронный ресурс]. –Режим доступа: [https://preobrschool24.gosuslugi.ru/netcat\\_files/32/50/Prikaz\\_Mintruda\\_Rossii\\_ot\\_22.09.2021\\_N\\_652\\_n\\_Ob\\_utverzhenii\\_1\\_.pdf](https://preobrschool24.gosuslugi.ru/netcat_files/32/50/Prikaz_Mintruda_Rossii_ot_22.09.2021_N_652_n_Ob_utverzhenii_1_.pdf)
7. ПРИКАЗ Министерства Просвещения РФ о 03 сентября 2019 года №467 «Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/561232576>
8. Стратегия социально-экономического развития Республики Коми до 2035 года [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://clck.ru/TjJbM>
9. 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>
10. 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://urfu.ru))
11. Устав МУ ДО ЦДОД «Успех»//Дата регистрации 05.08.2020г.

12. Положение по составлению дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы в МУ ДО ЦДОД «Успех»