

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ «ПЕРСПЕКТИВА»**

**РАССМОТREНО**  
На заседании педагогического  
совета  
МБУ ДО «ЦО «Перспектива»  
Протокол № 3 от 05.06.2025

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБУ ДО «ЦО  
«Перспектива»  
С.В. Антонюк  
Приказ № 52 от «05» июня 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ОСНОВЫ ВАЛЬСА»**

**Танцевальный коллектив «МЕГАМИКС»**

**Возраст обучающихся: 15-17 лет**

**Срок реализации программы: 1 года**

**Направленность программы: художественная**

**Уровень программы: базовый**

**Форма реализации: очная**

**Автор-составитель:  
Ганькина Светлана Николаевна,  
педагог дополнительного образования**

**г. Зеленогорск  
2025 г.**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

	Стр.
<b>Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи	5
1.3. Содержание программы:	6
1.3.1. Учебные планы	6
1.3.2. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	8
<b>Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий программы</b>	
2.1 Календарный учебный график	9
2.2. Условия реализации:	10
2.2.1. Материально-техническая база	10
2.2.2. Информационное обеспечение	10
2.2.3. Кадровое обеспечение	10
2.3. Формы аттестации и оценочные материалы	11
2.4. Приложение: методическое обеспечение	12

## **Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Настоящая дополнительная общеобразовательная обще развивающая программа «Основы вальса» разработана с учетом:

- Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.12.2021) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2022);
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных обще развивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Лицензии на осуществление образовательной деятельности;
- Устава МБУ ДО «ЦО «Перспектива»;
- Положения об организации деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Программа имеет **художественную направленность**, уровень освоения программы – **базовый**.

Занятия проводятся в хореографическом классе, оснащенном необходимым оборудованием в МБУ ДО «ЦО «Перспектива» по адресу ул. Комсомольская, д. 17.

#### **Актуальность и новизна программы.**

Программа отражает разнообразие репертуара, его направленность, а также возможность индивидуального подхода к каждому учащемуся. В процессе реализации программы, обучающиеся получают первичные знания по фигурному вальсу, умение исполнять разученный номер рамках культурных мероприятий города и общеобразовательных школ. К освоению программы допускаются дети имеющих ОВЗ.

Программа включает в себя воспитательную работу, которая является неотделимой, тонко вплетенной в содержание деятельности на всех этапах

реализации программы. **Отличительной особенностью** ДООП «Основы вальса» является целенаправленная работа по постановке танцевального номера «Вальс выпускников» к последнему звонку в общеобразовательных школах.

**Адресат программы.** На программу зачисляются обучающиеся 9-11 классов среднеобразовательных школ города в возрасте 15-17 лет. Количество обучающихся в группе – 12-20 человек.

Набор осуществляется на добровольной основе через заявочную компанию в АИС «Навигатор дополнительного образования Красноярского края». Зачисление проходит на основании письменного заявления родителей (законных представителей, опекунов)

**Срок реализации программы – 4 месяца.**

**Формы обучения и режим занятий.** Программа рассчитана на 17 учебных часа в год. В соответствии с учебным планом Центра дополнительного образования «Перспектива» занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 1 академический час 45 минут. Формы организации деятельности обучающихся на занятиях – групповая.

## ***1.2. Цель и задачи программы.***

**Цель программы:** развитие танцевально-исполнительских способностей обучающихся через знакомство с основами вальса.

**Задачи:**

- познакомить обучающихся с базовыми движениями фигурного вальса;
- развивать специализированные исполнительские навыки;
- научить правильно распределять сценическую площадку, сохраняя рисунок танца;
- научить передавать стилевые и жанровые особенности танца;
- развивать чувство ансамбля, коллектива;
- способствовать применению коммуникативных навыков в совместной творческо-продуктивной деятельности.

### *1.3. Содержание программы*

#### *1.3.1. Учебный план*

№	Перечень разделов, тем	Количество часов		
		Теория	практика	всего
1.	Репетиционная работа	1.2	4.8	6
2.	Работа в парах	1.2	4.8	6
3.	Работа с готовым номером	0.8	4.2	5
<b>Всего часов:</b>		<b>3.2</b>	<b>13.8</b>	<b>17</b>

#### *1.3.2. Содержание учебного плана программы*

На протяжении всего срока реализации программы содержательная часть включает в себя постановочную работу, репетиционную работу, концертную. Данные виды деятельности, способствуют повышению уровня хореографического исполнительства, количество часов варьируется в зависимости от года обучения.

**Постановочная работа** предполагает изучение отдельных базовых движений, связок, работу в парах, постановку и отработку готовой композиции, выступление на концерте.

**Теория.** Перед разучиванием фигурного вальса педагог сообщает о нем некоторые сведения: история возникновения, характерные особенности музыки и хореографии.

Грациозность и плавность движений танцевальной пары, завораживающие звуки мелодий, которые уже на протяжении нескольких веков трогают струны человеческих душ – всё это отличительные черты вальса. Вальс на последнем звонке – традиция, которая делает праздник ещё более торжественным. Сегодня это дань красивой традиции. Вальс на последнем звонке танцуют все ученики класса. И поскольку танец парный, обойтись без совместных репетиций не получится. Часто заучивают простые движения вальса, добавляя оригинальные, а порой и сложные комбинации. Для вальса на последнем звонке обязательно выбирать классическую музыку, сегодня выпускники ставят оригинальные танцы, стилизованные под вальс, и выбирают проникновенные мелодии современных исполнителей.

**Практика.** Занятия в рамках **постановочной деятельности** имеют четкую структуру:

- разучивание лексического материала на середине зала;
- разучивание лексического материала по диагонали;

- разучивание лексического материала по точкам;
- работа по рисунку;
- индивидуальная работа с солистами;
- работа со смешанным составом;
- работа в подгруппах;
- работа с номером в целом.

**Форма контроля.** Педагогическое наблюдение. Контроль техники выполнения.

**Репетиционная работа** предполагает отработку лексического материала на середине зала; отработку лексического материала по диагонали; отработку лексического материала по точкам; закрепление рисунка танца; индивидуальную работу с солистами; работу со смешанным составом; работу в подгруппах; отработку номера в целом.

**Форма контроля.** Педагогическое наблюдение. Контроль техники выполнения.

**Концертная деятельность.** Данный вид деятельности предполагает подготовку и выступление на концерте, посвящённом последнему звонку в общеобразовательной школе.

#### ***1.4. Планируемые результаты.***

##### **Предметные:**

- знания об основных стилистических направлениях вальса и наиболее употребляемой терминологии;
- готовность технически точно применять специализированные исполнительские навыки;
- умения эмоционально раскрыть художественное своеобразие создаваемых сценических образов;
- умение правильно распределить сценическую площадку, сохраняя рисунок танца;
- умение передавать стилевые особенности танца.

##### **Личностные результаты:**

- готовность к самообразованию, саморазвитию и личностному самоопределению;
- сохранение и приумножение общекультурных и общечеловеческих ценностей;
- уважительное отношение к творчеству, как своему, так и других людей;
- способность к волевым усилиям для достижения результата.

##### **Метапредметные результаты:**

- способность предъявления результатов творческого труда;
- обретение коммуникативных навыков;
- умение работать в ансамбле;
- готовность к творческой деятельности.

## Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

### 2.1. Календарный учебный график.

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения итоговой аттестации
1 группа	1 год обучения	03.09.2025	24.12.2025	17	17	17	1 раз в неделю по 1 академическому часу	Итоговая аттестация 24.12.2025
2 группа	1 год обучения	14.01.2026	06.05.2026	17	17	17	1 раз в неделю по 1 академическому часу	Итоговая аттестация 06.05.2026

\* Академический час = 45 мин.

\* Праздничные дни по календарю.

\* Занятия проводятся согласно расписания:

I год обучения - в среду – 17 40 – 18 25 ч.

## ***2.2. Условия реализации программы.***

### ***2.2.1. Материально-техническое обеспечение.***

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>Количество</b>	<b>Примечание</b>
1.	Спортивный зал	-	С зеркалами
2.	Музыкальный центр	1 шт.	-

*\* Каждый обучающийся по программе должен иметь сменную спортивную обувь (туфли) и удобную форму одежды.*

### ***2.2.2 Информационное обеспечение:***

- компьютер с выходом в интернет;
- CD-диски;
- флэш – накопители;
- электронные ресурсы:
  - материал из Википедии — свободной энциклопедии- <http://ru.wikipedia.org> [http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika\\_raboty\\_s\\_detmi\\_metodicheskoe\\_posobie\\_quot\\_ot ritmiki\\_k\\_tancu\\_quot/2011-12-08-1-](http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot ritmiki_k_tancu_quot/2011-12-08-1-) о методике партерного экзерсиса «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу».
  - материалы с сайта для хореографов <https://dancehelp.ru/>

### ***2.2.3 Кадровое обеспечение***

Реализация программы обеспечивается педагогами дополнительного образования с высшим образованием, специальность (квалификация): Хореография. Преподаватель, руководитель хореографического коллектива; Балетмейстер-педагог по специальности хореография.

### ***2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.***

В процессе реализации Программы используются следующие виды и формы контроля.

**Входной контроль:** диагностика по критериям с целью определить стартовый уровень исполнительских навыков;

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся:

- педагогическое наблюдение;
- мониторинг достижения обучающимися планируемых результатов.

**Итоговый контроль** проводится в конце года по итогам выполнения программы в форме выступления на концерте.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** выступление на концерте (на празднике), посвящённом последнему звонку в общеобразовательной школе.

Оценка уровня освоения программы обучения в рамках итоговой аттестации осуществляется согласно следующим критериям.

**Базовый уровень:** имеет навыки участия в репетиционной работе.

**Повышенный уровень:** активно осуществляет подготовку концертных номеров, партий под руководством педагога. Выступает на показательных выступлениях.

**Творческий уровень:** понимает и исполняет рекомендации педагога, творчески работает над хореографическим произведением. Активно участвует в концертной деятельности и конкурсах.

## ***2.4. Методические материалы.***

Основные методы, направленные на достижение цели и выполнение задач:

- *словесный метод* - рассказ нового материала; беседа о коллективах, успешных танцовщиках и. т. д.; дискуссия о прошедшем выступлении на концерте;
- *наглядный метод* - личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения;
- *практический метод* - самый важный, это тренировка упражнений на середине зала, репетиции.
- *метод стимулирования деятельности и поведения* - соревнование, поощрение, создание ситуации успеха.

Основная форма занятия – групповая. Чаще всего это комплексное занятие, включающее в себя изучение нового материала, повторение пройденного, а также творческие задания по актёрскому мастерству и импровизации.

Процесс обучения строится на 3-х основных этапах усвоения учебного материала:

- *Ознакомительный*; объяснение правил изучаемого упражнения, либо рассказ о сюжете нового танца; демонстрация упражнения, либо движения в правильном исполнении.
- *Тренировочный*; процесс самостоятельного осмысления движения или упражнения учащимся, затем работа над техникой исполнения и работа над синхронностью исполнения движений всеми участниками группы.
- *Итоговый*; использование полученных знаний, умений и навыков, участие в конкурсах и фестивалях, выступление на концертах.

### ***Структура занятия.***

#### **Первая часть занятия (подготовительная):**

- построение в несколько линий и поклон;
- разминка, растяжка, прыжки.

#### **Вторая часть занятия (основная):**

- упражнения, предусмотренные темой занятия;
- разучивание танцевальных комбинаций и номеров.

***Список литературы для педагогов:***

1. Грамматика танцевального искусства и хореографии/ А. Цорн. – Санкт-Петербург: Лань, 2011. – 544с.
2. Анатомия и биомеханика в хореографии: учеб. пособие/Л.Д. Ивлева; авт. предисл. В.Е. Триодин; Челяб. гос.ин-т культуры.-Челябинск:ЧГИК,2017.- 81с.
3. Тело танцора: Медицинский взгляд на танцы и тренировки. Джозеф С. Хавилер. Издательство «Новое слово» 2004.
4. Лечебно-профилактический танец "ФИТНЕС-ДАНС": учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению "Педагогика" / Ж. Е. Фирилева, Е. Г. Сайкина. - Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2007. - 375
5. Свободное движение и пластический танец в России [Текст] / Ирина Сироткина. - Москва: Новое лит. обозрение, 2011. - 319

***Список литературы для обучающихся:***

1. Всеобщая история танца: [античная хореография, карнавальное средневековье, балет Западной Европы, реформы великих хореографов, знаменитые танцовщицы и танцоры] / С. Н. Худеков. - Москва: Эксмо, 2009. - 606