

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного
образования
«Дом детского творчества г.Свирск»**

Рекомендована
Методическим советом
МБОУ ДО «Дом детского
творчества г.Свирск»
Протокол № 1
«27» августа 2024 года

Утверждена
Приказом МБОУ ДО «Дом
детского творчества г. Свирск»
№ 75
от «27» августа 2024 года

Супряго
Елена

Подписан цифровой
подписью: Супряго Елена
DN: O="МБОУ ДО ""Дом
детского творчества г.
Свирск""", CN=Супряго
Елена, E=ddt.2012@mail.ru
Основание: Я являюсь
автором этого документа
Расположение:
Дата: 2025.04.04
14:39:55
+08'00'

**Дополнительная общеобразовательная программа
«Вальс»**

**Адресат программы: для детей от 14 до 16
лет**

Срок реализации: 1 год

**Разработчик программы Волкова
Валерия Александровна, педагог
дополнительного образования.**

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Вальс» разработана в соответствии с разработана в соответствии с действующим законодательством в сфере образования Российской Федерации и на основе типовой программы «Хореографический кружок» авт. Боголюбская М.С., М., Просвещение, 1989.

Направленность: художественная.

Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы. В ходе ее освоения дети приобщаются к богатству танцевального и музыкального искусства, приобретают практические навыки хореографической культуры, развивают творческие умения.

Хореография — искусство танца. Познать, ценить искусство – одна из величайших радостей человека, обогащающая его духовный мир. Стремление к прекрасному, не всегда даже осознанное, живет в каждом человеке. А вот умению видеть, слышать и вникать в смысл и красоту произведения искусства следует учиться. Как и другие виды искусства, хореография отражает социальные проблемы взаимоотношения людей, формирует целостное восприятие окружающего мира. Специфика её в том, что чувства, переживания человека, она передаёт в пластической образно-художественной форме.

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений учащихся, формирует его художественное «я». Посредством хореографического искусства осуществляется процесс творческого развития личности. Программа позволяет ознакомиться с историей развития танца, практически овладеть основами «Фигурного вальса», что позволит учащимся выступать на различных мероприятиях. Занятия танцем формируют правильную осанку, совершенствуют координацию движений, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе.

Программа направлена на бесконечный творческий поиск, позволяя одновременно осуществлять три части педагогического воздействия - воспитание, обучение, оздоровление.

Акцент в работе делается на:

- воспитание у детей любви к танцевальному творчеству;
- пропаганду здорового образа жизни;
- организацию досуга и выступлений детей.

Учащиеся включены в различные виды деятельности: репродуктивную, поисковую, художественную, творческую, познавательную, практическую и др.

Структура программы предполагает обучение по спирали с непременным совершенствованием, повышением качественного уровня и изменения пропорции при распределении предполагаемого учебного материала.

Отличительные особенности программы: В данную программу внедрена система наставничества, которая в последнее время активно тиражируется и аккумулируется в системе дополнительного образования.

Наставник – носитель значимого опыта, духовно-нравственных и гражданско-патриотических ценностей, осуществляющий наставничество, помимо своей основной трудовой/образовательной деятельности, в отношении наставляемого.

В данной программе применена одна из предложенных форм наставничества «ученик-ученик-учитель». В качестве наставников выступает группа учеников из трех человек (учеников 10 класса), которые наиболее успешно показали и зарекомендовали себя в 9 классе, выступая в качестве обучающихся при подготовке к своему выпускному вальсу. Каждому наставнику отводится одинаковое число наставляемых танцевальных пар.

Программа «Вальс» предназначена для детей в возрасте от 14 до 16 лет.

Срок освоения программы: программа рассчитана на 1 год обучения, 34 недели, 9 месяцев.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: программа рассчитана на 1 год обучения, занятия проводятся 2 раза в неделю, по 1,5 учебных часа. перерыв между занятиями 10 минут.

При планировании работы кружка учитываются основные цели:

1. Овладение учащимися основ вальса, создание композиции для выступления на последнем звонке.
2. Ознакомление с историей развития вальса (король танца);
3. Формирование правильной осанки учащихся, оздоровление через двигательную активность, профилактика вредных привычек.
4. Подготовка наставников к самостоятельной, осознанной и социально продуктивной деятельности в современном мире;

Задачи деятельности:

1. Развивать технические навыки в исполнении вальса в процессе обучения у учащихся;
2. Использовать эстетические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства коллективизма, организованности;
3. Обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движения;
4. Согласовывать свои действия с другими детьми, работа в паре, в группе;

5. Воспитывать доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками;

6. Развивать чувство ритма и координацию движений.

Образовательные:

- сформировать практические умения и навыки;
- дать определенные теоретические знания;
- научить лучше прочувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
- научить самостоятельно, пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

Воспитательные:

- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;
- создать дружный коллектив;
- сформировать нравственную культуру;
- выработать у учащихся чувство энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации.

Развивающие:

- приобщить детей к танцевальному искусству;
- сформировать определенную эстетическую танцевальную культуру;
- развить выраженное желание и сформировать умения самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
- сформировать умение терпимо относиться к любым видам искусства;
- развить нравственно – эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное жизни и в искусстве;
- укрепить здоровье и развить физическую выносливость.
-

2.Комплекс основных характеристик программы

2.1 Объем, содержание программы

Объем программы – всего 102 часа

Раздел 1. «Вводное занятие» - 1,5 часа

История возникновения и развития вальса. Музыка вальса. Размер, темп вальса.- 1,5
часа

Раздел 2. «Ориентирование в зале» - 3 часа

Упражнения на пространственное мышление – 1,5 часа

Упражнения в паре – 1,5 часа

Раздел 3. «Разминка. Тренировочные упражнения»- 15 часов

Партнерская гимнастика – 15 часов

Раздел 4. «Разучивание техники танцевального комплекса» – 12 часов

Терминология в хореографии – 3 часа

Позировки – 7,5 часа

Парная работа – 1,5 часа

Раздел 5. «Основные движения бального танца» – 27 часов

Фигурный вальс – 27 часов

Раздел 6. «Постановочная работа» - 24 часа

Постановка фигурного вальса- 24 часа

Раздел 7. «Репетиционная работа» - 18 часов

Закрепление материала -9 часов

Репетиционная работа – 9 часов

Раздел 8. «Последний звонок» - 1,5 часа

Выступление – 1,5 часа

2.2. Планируемые результаты освоения курса

В результате изучения программы «Вальс» обучающиеся будут знать:

-Основные понятия, терминологию бального танца;

-Структуру Фигурного вальса;

-Позиции рук, ног;

-Схему изучаемой композиции;

Обучающиеся будут уметь:

-Использовать полученные знания и навыки для участия в композициях и постановке;

-Применять изученный материал;

- Грациозно и органично двигаться, общаться с партнером;
- Соотносить свои движения с услышанной музыкой;
- Научиться самостоятельно работать с младшими школьниками по программе «Вальс»;

Наставники будут знать:

- Методы работы с группой;
- Методы оценивания наставляемых;
- Технику преподавания танцевальных движений

Наставники будут уметь:

- Контролировать процесс и результаты деятельности наставляемых;
- Устанавливать контакт с наставляемым;
- Обучить наставляемого танцевальной программе

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3.1 Учебный план

1 год обучения

№	Название разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Вводное занятие. Цели и задачи обучения вальсу в общеобразовательной школе. История возникновения вальса.	1,5	1,5		
1.1.	История возникновения и развития вальса. Музыка вальса. Размер, темп вальса.		1,5		
1.2	Промежуточная аттестация				Опрос
2.	Раздел 2. Ориентирование в зале.	3		3	
2.1	Упражнения на пространственное мышление			1,5	
2.2	Упражнения в паре * работа наставников			1,5	
2.3	Промежуточная аттестация				Демонстрационный показ
3.	Раздел 3. Разминка. Тренировочные упражнения.	15		15	
3.1	Партерная гимнастика			15	
3.2	Промежуточная аттестация				Демонстрационный показ

4.	Раздел 4. Разучивание техники танцевального комплекса.	12	1,5	10,5	
4.1	Терминология в хореографии		1,5		
4.2	Позировки * работа наставников			9	
4.3	Парная работа			1,5	
4.4	Промежуточная аттестация				Демонстрационный показ
5.	Раздел 5. Основные движения бального танца	27		27	
5.1	Фигурный вальс. * работа наставников			27	
5.2	Промежуточная аттестация				Демонстрационный показ
6.	Раздел 6. Постановочная работа.	24	-	24	
6.1	Постановка фигурного вальса * работа наставников	24	-	24	
6.2	Промежуточная аттестация				Демонстрационный показ
7.	Раздел 7. Репетиционная работа.	18	-	18	
7.1	Закрепление материала		-	9	
7.2	Репетиционная работа * работа наставников		-	9	
7.3	Промежуточная аттестация				Демонстрационный показ
8.	Раздел 8. Последний звонок.	1,5	-	1,5	

8.1	Выступление		-	1,5	
-----	-------------	--	---	-----	--

3.2 Календарный учебный график

1 год обучения

Раздел/ месяц	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Раздел 1	1,5								
Промежуточная аттестация	Опрос								
Раздел 2	3								
Промежуточная аттестация	Демонстрационный показ								
Раздел 3	7,5	7,5							
Промежуточная аттестация		Демонстрационный показ							
Раздел 4		4,5	7,5						
Промежуточная			Демонстрационный показ						

аттестация									
Раздел 5			4,5	12	10,5				
Промежуточная аттестация					Демонстрационный показ				
Раздел 6					1,5	12	10,5		
Промежуточная аттестация							Демонстрационный показ		
Раздел 7							1,5	12	4,5
Промежуточная аттестация									Демонстрационный показ
Раздел 8									1,5
Промежуточная аттестация									Последний звонок
Всего	12	12	12	12	12	12	12	12	6

3.3 Оценочные материалы

На протяжении всего обучения промежуточная и итоговая аттестация будут проводиться в форме:

- Опрос
- Демонстрационный показ
- Выступление на Последнем звонке.

3.4 Методические материалы

Тесты:

1. «История возникновения и развития вальса»
2. «Виды бальных танцев»

Презентация:

1. «Вальс»
2. «Исторический танец Вальс»

Опрос:

1. «Классический вальс»

4. Иные компоненты

4.1. Условия реализации программы

Для работы по программе необходимо:

- Проектор
- Музыкальный центр, DVD плеер,
- Музыкальные и видео записи на CD и DVD носителях;
- Специальная танцевальная обувь;

4.2 Список литературы

1. ФГОС Примерные программы начального образования. - «Просвещение», Москва, 2009.
2. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования.—«Просвещение», Москва. 2009.
3. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
4. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.
5. С.Казлаускас, Танцуем и играем, Шауляйский университет, 1997.
6. 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.
7. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.
8. Гребенкин А.В.Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М.:, 2003.
9. Зуева И.А. Современные танцы 2008г.
10. И.В. Макарова, В.П. Созонов Учитель и ученик: от воспитания к самовоспитанию. - Ижевск,2017г.

4.3 Календарный учебно-тематический план

1 год обучения

№	Дата	Название раздела, темы раздела, темы занятия	Объём часов	Форма занятия	Форма аттестации (контроля)
1.		Раздел 1. Вводное занятие. Цели и задачи обучения вальсу в общеобразовательной школе. История возникновения вальса.	1,5		
1.1	Сентябрь	История возникновения и развития вальса. Музыка вальса. Размер, темп вальса.	1,5	Беседа	
1.2		Промежуточная аттестация			Опрос
2.		Раздел 2. Ориентирование в зале.	3		
2.1	Сентябрь	Упражнения на пространственное мышление	1,5	Практика	
2.2	Сентябрь	Упражнения в паре.	1,5	Практика	
2.3		Форма аттестации			Демонстрационный показ
3.		Раздел 3. Разминка. Тренировочные упражнения.	15		

3.1	Сентябрь	Фигурная маршировка: движения по кругу, по линиям, по диагонали.	1,5	Практика	
3.2	Сентябрь	Упражнения на развитие ориентации: поворот вправо, влево; построение в колонну по одному, по два в движении на месте; построение в шеренгу, построение в круг, расширение, сужение круга; положение в парах.	1,5	Практика	
3.3	Сентябрь	Упражнения на развитие мышечного чувства: сгибание кистей рук вниз, вверх, отведение их вправо, влево, круговые вращения; те же движения, но постепенно; напряжение и расслабление мышц рук и ног, упражнения для ступней: подъёмы, отведение от себя, к себе.	1,5	Практика	
3.4	Сентябрь	Танцевально- тренировочные упражнения: разучивание позиций рук и ног. Положение	1,5	Практика	

		рук на поясе, за платье (у девочек). Поднимание рук из подготовительного положения в 1, 3 позиции и обратно			
3.5	Сентябрь	Движение в парах по кругу, сохраняя расстояние между парами.	1,5	Практика	
3.6	Октябрь	Отработка передачи движением смены динамики музыки.	1,5	Практика	
3.7	Октябрь	Передача в движениях смены частей музыкального произведения.	1,5	Практика	
3.8	Октябрь	Движение в парах	1,5	Практика	
3.9		Форма аттестации			Демонстрационный показ
4.		Раздел 4. Разучивание техники танцевального комплекса.	12		
4.1	Октябрь	Терминология в хореографии. Бальный танец и его виды.	1,5	Беседа	
4.2	Октябрь	Позировки	3	Практика	
4.3	Октябрь	Фигура: Правый поворот	1,5	Практика	
4.4	Октябрь	Фигура: Левый поворот	1,5	Практика	

4.5	Ноябрь	Парная работа	3	Практика	
4.6	Ноябрь	Медленный вальс в паре	1,5	Практика	
4.7		Промежуточная аттестация			Демонстрационный показ
5.		Раздел 5. Основные движения бального танца	27		
5.1	Ноябрь	Танцевальный шаг .	3	Практика	
5.2	Ноябрь	Вальсовые повороты	3	Практика	
5.3	Ноябрь	Правый поворот	1,5	Практика	
5.4	Декабрь	Первая половина поворота	1,5	Практика	
5.5	Декабрь	Вторая половина поворота	1,5	Практика	
5.6	Декабрь	Поворот в паре	1,5	Практика	
5.7	Декабрь	Дорожка променад	1,5	Практика	
5.8	Декабрь	"Бальянсе"	1,5	Практика	
5.9	Декабрь	Вальсовая дорожка (променад)	1,5	Практика	
5.10	Декабрь	Вращение в паре вокруг правой оси	1,5	Практика	
5.11	Декабрь	«Окошечко» (Фигура в паре)	1,5	Практика	
5.12	Январь	Поддержки различной сложности	7,5	Практика	
5.13		Промежуточная аттестация			Демонстрационный показ
6.		Раздел 6. Постановочная работа.	24		
6.1	Январь	Движения в паре вперед-назад.	1,5	Практика	

6.2	Январь	Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом.	1,5	Практика	
6.3	Январь	«Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием.	1,5	Практика	
6.4	Февраль	«Окошко» и смена мест.	3	Практика	
6.5	Февраль	I Комбинация: выход и поклон; «Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием; «Окошко» и смена мест.	3	Практика	
6.6	Февраль	I Комбинация: выход и поклон; «Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием; «Окошко» и смена мест.	1,5	Практика	
6.7	Февраль	II Комбинация: движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колени; раскрытия с поворотом партнерши под рукой и «Променад».	1,5	Практика	
6.8	Февраль	II Комбинация: движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колени; раскрытия с поворотом партнерши	1,5	Практика	

		под рукой и «Променад».			
6.9	Февраль	III Комбинация: маленький квадрат в паре; большой квадрат в паре; венский вальс и поклон.	1,5	Практика	
6.10	Март	III Комбинация: маленький квадрат в паре; большой квадрат в паре; венский вальс и поклон.	1,5	Практика	
6.11	Март	I и II комбинация.	3	Практика	
6.12	Март	I и II комбинация.	3	Практика	
6.13		Промежуточная аттестация			Демонстрационный показ
7.		Раздел 7. Репетиционная работа.	18		
7.1	Март	Закрепление 1,2,3 комбинации.	1,5	Практика	
7.2	Март	Закрепление выученного фигурного вальса.	1,5	Практика	
7.3	Март-Апрель	Закрепление пройденного материала	3	Практика	
7.4	Апрель-Май	Репетиционная работа	12	Практика	
7.5		Промежуточная аттестация			Демонстрационный показ
8.		Раздел 8. Последний звонок.	1,5		

8.1	Май	Итоговая аттестация	1,5		Выступление на Последнем звонке
-----	-----	---------------------	-----	--	------------------------------------