

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Уруссинская гимназия»  
Ютазинского муниципального района Республики Татарстан

Рассмотрено  
Принято на заседании  
педагогического совета  
протокол №\_1\_  
от «25» 08 2025г.

Утверждаю  
Директор МБОУ «Уруссинская  
гимназия»  
\_\_\_\_\_/Г.Н.Белалова/  
Приказ № 125 от «25» 08 2025



Подписано цифровой подписью:  
Белалова Гулдания Нурлыгаяновна  
DN: cn=Белалова Гулдания  
Нурлыгаяновна, o=МБОУ  
"Уруссинская гимназия",  
ou=Директор,  
email=urussugimnszia@mail.ru, c=RU  
Местонахождение: пгт Уруссу, ул. Ф.  
Каримова, д. 16  
Дата: 2025.09.16 08:22:19 +0300

Дополнительная образовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности

**Вальс**

Срок реализации: 1 год , для детей 14-17 лет

п.г.т. Уруссу

**Раздел 1.**  
**Комплекс основных характеристик дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вальс» *художественной направленности* разработана в соответствии:

Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Уруссинская гимназия»;

Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями **от 15 октября 2025 года;**

Приказ Минобрнауки России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226);

Устав МБОУ «Уруссинская гимназия».

**Актуальность программы** обусловлена социальным заказом обучающихся 9-11 классов, не занимающихся ранее танцевальным искусством, разучить с ними школьный вальс к мероприятиям «Последний звонок» и «Выпускной вечер». Так возникла необходимость создания программы «Вальс». Результат достигается при условии желания обучающихся украсить вальсом свой выпускной вечер, праздник последнего звонка.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что содержание программы, формы, методы и технологии обучения помогают наиболее эффективному решению комплекса обучающихся, развивающих и

воспитательных задачи достижению поставленной цели. А так же при реализации программы у обучающихся вырабатываются технические и танцевальные навыки. На занятиях применён коллективный способ обучения, при котором обучение осуществляется путем общения в динамических парах, когда каждый учит каждого.

**Адресат программы:** учащиеся 14-17 лет.

**Возрастные особенности:** 14-17 лет - старшие подростки не только познают действительность, но и вырабатывают к ней соответствующее отношение.

Представление о жизни, требования к себе и другим превращаются в убеждения, формирующие мировоззрение, которое начинает выступать в качестве основных мотивов в поведении и деятельности. Как отмечают психологи, мышление подростков полно увлечений и страсти. Особенно остро эмоциональность характера проявляется в спорах, в отстаивании своих взглядов. Выражено стремление объединить свои знания в единую систему и тем самым определить смысл своего существования. Это возраст между детством и юностью, когда осуществляются основные процессы физического созревания. Работая с этой возрастной группой, педагогу необходимо воспитывать волевые качества, поощрять выдержку, упорство, настойчивость. В этом периоде учащимся доступна сложная координация, точность, отчетливость движений. Развивается художественный вкус: не всегда интересны конкретные, приземленные характеры, образы, сюжеты.

**Срок реализации программы:** 1 год (180 часов.).

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2,5 академических часа.

**Форма обучения:** очная

**Форма организации деятельности:** групповая. **Количество детей в группе:** 20-26 человек.

## **1.2. Цель и задачи программы:**

**Цель:** развитие творческих способностей учащихся, средствами хореографии через овладение техникой исполнения вальса.

**Задачи программы:**

*Обучающие:* научить танцевальным элементами движениям вальса, уметь правильно исполнять движения, взаимодействовать в паре.

*Развивающие:*

развить художественный вкус и творческие способности учащихся.

*Воспитательные:* сформировать культуру группового общения с детьми и взрослыми, уметь работать в паре и группе.

## **1.3. Планируемые результаты Предметные**

**результаты:** знание основных понятий, танцевальных элементов и движения вальса,  
 умение правильно исполнять движения, взаимодействовать в паре.  
**Метапредметные результаты:**  
 развитие художественного вкуса и творческих способностей учащихся.  
**Личностные результаты:**  
 формирование культуры группового общения с детьми и взрослыми,  
 уметь работать в паре и группе

#### 1.4. Содержание программы Учебный план

№	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		Формы аттестации/контроля
			Теория	Практика	
	Вводное занятие, инструктаж по ТБ	1	1		
I	Введение. Вальс и его особенности.	2	1	1	Опрос, Демонстрационный показ.
	Виды вальса. Музыкальный размер. Прослушивание различных видов вальса.	3	1	2	
	Вальсовый шаг вперед и назад.	10	-	10	Показ.
	Позиция рук и ног	1		1	
	Положения в паре	2		2	
	Вращение	1		1	
	Повороты	1		1	
	Разворот впереди назад.	2	-	2	Практическая работа.

	Основной вальсовый ход. Движение качели. Вальсовый квадрат.	10	-	10	Показ.
	Разворот друг от друга с раскрытием	5		5	
	Вальсовая дорожка «Променад»	5		5	
	Маленький квадрат вальса	1		1	
	Большой квадрат вальса	1		1	
	Движения «лодочка», «окошко»	1	-	1	Показ.
	Кружение парой.	10	-	10	Соревнование на Лучшее исполнение.
	Вращения в паре на носках вокруг своей оси	1		1	
	Движение в паре с поворотом (венский вальс)	10		10	
	Классический медленный и фигурный вальс	10		10	
II	Постановочная работа. Выход. Соединение вальсового квадрата и движений вальса.	10	-	10	Практический показ.
	Связка из движений и связка из фигур.	10	-	10	Коллективный показ.

	Четкость исполнения движений.	10	-	10	Показ.
--	-------------------------------	----	---	----	--------

<b>III</b>	Чистота исполнения фигур.	10	-	10	Практический показ.
	Синхронность в исполнении.	20	-	20	Практический показ.
	Выразительность исполнения.	20	-	20	Практический показ.
	Эмоциональность исполнения.	20	-	20	Показ.
	Контрольное занятие.	3	-	3	Исполнение вальса На мероприятии «Юнармейский бал» «Последний звонок», «Выпускной вечер».
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>3</b>	<b>177</b>	

### Содержание учебного плана. I.

#### Введение.

**Теория.** Вводное занятие: цели и задачи. История возникновения и развития. Данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи данного курса обучения (стоящие перед учащимися) и требования к учащимся в процессе обучения. Рассказывается об истории возникновения и развития вальса.

**Практика.** Позиции рук, ног. Положение рук, головы и корпуса в паре. Вальсовый шаг вперед, назад. Вальсовая дорожка, развороты. Движение «качели», вальсовый квадрат. Разучивание диагонали, движение «лодочки» и «окошко». Фигуры «прямоугольник» и волна. Кружение парой. Итоговое занятие.

### II. Постановочная работа.

**Теория.** Объяснение схемы танца и связок. Составление танцевальной композиции из ранее проученных элементов и комбинаций. При постановке танцевальной композиции следует учесть уровень восприятия, эмоционального и физического развития, интересов учащихся.

**Практика.** Соединение вальсового квадрата и диагонали, составление связки из двух движений и двух-трех фигур. Соединение кружения парой с основным ходом. Соединение связок в танцевальную композицию. Итоговое занятие.

### **III. Репетиционная работа**

**Теория.** Объяснение танцевальной композиции.

**Практика.** Добиваться чёткости исполнения движения, чистоты исполнения фигур. Отрабатывать синхронность исполнения. Техника танца. Добиваться выразительности и эмоциональности исполнения. Контрольное занятие.

## **1.5. Форма аттестации планируемых результатов программы и их периодичность**

Оценка качества реализации программы включает в себя текущий контроль успеваемости и итогов аттестации учащихся.

*Текущий контроль*—осуществляется регулярно педагогом на занятиях. Текущий контроль направлен на поддержание учебной дисциплины и учитывает темпы продвижения учащегося, инициативность на уроках, качество выполнения заданий.

*Итоговая аттестация*—обеспечивает оперативное управление учебной деятельностью учащегося и проводится с целью определения:

- качества подготовки по программе;
- уровня умений и навыков, сформированных у учащегося за время обучения. Формой итоговой аттестации служит публичное выступление на последнем звонке и на выпускном вечере.

## **Раздел 2.**

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

#### **2.1. Методическое обеспечение**

Особенности организации образовательного процесса. Форма обучения: очная. Методы обучения— словесный, наглядный, практический.

*Словесный метод* - позволяет в кратчайшие сроки передать учащимся информацию, ставить перед ними задачу и указывать пути ее решения.



*Наглядный метод* - исполнение педагогом музыкального материала, показ видеоматериала.

*Практический метод* - выполнение практического действия с целью овладения им или повышения его качества исполнения.

Метод практических работ - для формирования навыков самостоятельной деятельности.

Педагогические технологии используемые в предоставлении программного материала: технология группового обучения, технология обучения в сотрудничестве, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология.

## **2.2. Условия реализации программы**

Программа «Школьный Вальс» обеспечивается учебно-методической документацией. В образовательном процессе используются учебнометодические пособия, аудио-, видеоматериалы.

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее профессиональное образование, соответствующее профилю данной программы.

### 2.3. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школьный вальс»

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Форма аттестации/контроля</b>
1	Вводное занятие, инструктаж по ТБ	1	Актальный зал Школьная площадка	Опрос, упражнения	Демонстрационный показ.
2	Введение. Вальс и его особенности.	2	Актальный зал Школьная площадка	Изучение движений	Показ.
3	Виды вальса. Музыкальный размер. Прослушивание различных видов вальса.	3	Актальный зал	Изучение движений	Практическая работа.
4	Вальсовый шаг вперед и назад.	10	Актальный зал	Изучение движений	Показ.
5	Позиция рук и ног	1	Актальный зал	Изучение движений	Показ.
6	Положения в паре	2	Актальный зал	Изучение движений	Соревнование на лучшее исполнение.
7	Вращение	1	Актальный зал	Танец	Контрольный показ
8	Повороты	1	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.

9	Разворот впереди назад.	2	Актальный зал	Изучение движений	Коллективный показ.
10	Основной вальсовый ход. Движение качели. Вальсовый квадрат.	10	Актальный зал	Танец	Соревнование на лучшее исполнение.
11	Разворот друг от друга с раскрытием	5	Актальный зал	Изучение движений	Показ.
12	Вальсовая дорожка «Променада»	5	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.
13	Маленький квадрат вальса	1	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.
14	Большой квадрат вальса	1	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.
15	Движения «лодочка», «окошко»	1	Актальный зал	Изучение движений	Показ.
16	Кружение парой.	10	Актальный зал	Танец	Практический показ.
17	Вращения в паре на носках вокруг своей оси	1	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.
18	Движение в паре с поворотом (венский вальс)	10	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.

19	Классический медленный и фигурный вальс	10	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.
20	Постановочная работа. Выход. Соединение вальсового квадрата	10	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.

	и движений вальса.				
21	Связка из движений и связка из фигур.	10	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.
22	Четкость исполнения движений.	10	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.
23	Чистота исполнения фигур.	10	Актальный зал	Изучение движений	Практический показ.
24	Синхронность в исполнении.	20	Школьная площадка	Изучение движений	Практический показ.
25	Выразительность исполнения.	20	Школьная площадка	Изучение движений	Практический показ.
26	Эмоциональность исполнения.	20	Школьная площадка	Изучение движений	Практический показ.
27	Контрольное занятие.	3	Школьная площадка	Изучение движений	Исполнение на «Последнем звонке»
	<b>Итого</b>	<b>180</b>			

## **2.4. Оценочные материалы**

### **Критерии определения результативности программы:**

1. Музыкальность—способность воспринимать и передавать в движении образ и основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами, темпом, ритмом.
2. Эмоциональность—выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позах, жестах характер вальса.
3. Гибкость, пластичность — мягкость, плавность и музыкальность движений рук в исполнении элементов вальса.
4. Координация, ловкость движений—точность исполнения упражнений, правильное сочетание движений рук и ног в танце.
5. Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения(выполнять композиции самостоятельно, без подсказок) 6. Память—способность запоминать музыку и движения.

## **2.5. Список литературы**

### **Список литературы для педагога**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебнометодическое пособие. 2-е изд.- Л.: Искусство. 1983.-207 с.
2. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала.- М.: Владос, 2003
3. Курников Д.В. Современная хореография как средство саморазвития личности.//Вестник новосибирского государственного педагогического университета.2012. № 2.Том 6. С.87-91.
4. Современный бальный танец. Под ред. М. В. Стриганова и В. И.Уральской. М., «Просвещение»,1978. 5. Хамзин Х.Х. Опытный распорядитель и преподаватель бальных танцев. Правильная осанка.-М.,1999.

### **Список литературы для учащихся**

#### **Интернет-ресурсы**

1. <https://ikt.ipk74.ru>

2. <https://horeografiya.com>
3. [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com) Сайт посвящен хореографам и танцорам
4. <http://www.ballet.classical.ru/> - Маленькая балетная энциклопедия
5. <https://studwood.ru/760190/kulturologiya/zaklyuchenie/>