

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 25 с углубленным изучением отдельных предметов»**

**ПРИНЯТО**  
**на заседании педагогического совета**  
**МБОУЦО №25**  
**протокол №1 от 29.08.2025 г.**

**УТВЕРЖДАЮ**  
**Директор МБОУЦО № 25**  
**Е.П. Алексеева**  
**приказ № 371-а от 29.08.2025 г.**



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Образовательное путешествие. Путешествие в мир прекрасного»**

**Разработчик рабочей программы:**

**Семочкина Т.А., педагог дополнительного  
образования**

**Возраст детей –16-17 лет**

**Срок реализации – 1 год**

**Направленность- художественная**

Тула, 2025

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я». Посредством хореографического искусства осуществляется процесс творческого развития личности. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Образовательное путешествие. Путешествие в мир прекрасного» 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.

Групповая форма работы учащихся на занятии позволяет ребятам избавиться от излишней стеснительности, позволяет обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движений, предоставить им возможность раскрыться в ином свете перед своими одноклассниками, сформировать крепкий и дружный коллектив.

Занятие в кружке позволяет выявить одарённых детей и направить их для совершенствования мастерства в клубы, спортивные школы.

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Образовательное путешествие. Путешествие в мир прекрасного» по форме организации кружковой, рассчитанной на 1 год., по содержанию является художественной,

**Актуальность** программы обусловлена потребностью общества в развитии нравственных, эстетических качеств человека для воспитания всесторонне-развитой личности и формированию у учащихся правильной осанки.

**Педагогическая целесообразность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Образовательное путешествие. Путешествие в мир прекрасного» для учащихся 16-17 лет обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал юношей и девушек, сформировать нравственно - эстетические чувства и основы двигательных навыков.

При планировании работы кружка учитываются основные **цели**:

- овладение учащимися основ танца;
- ознакомление с историей развития хореографии;
- формирование правильной осанки учащихся.

**Задачи:**

- в процессе обучения у учащихся развивать технические навыки в исполнении современного бального танца (вальса);

- использовать эстетические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства коллективизма, организованности;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движения;
- развивать умение согласовывать свои действия с другими детьми;
- воспитывать доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками;
- развивать чувство ритма и координацию движения.

Программа рассчитана на 1 год для работы с учащимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на привитие начальных навыков в изучении современного бального танца.

## **I. Формы и методы работы.**

**Форма занятий** - групповые занятия, со всей группой одновременно. Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме. Основное время отводится на практические занятия.

### **Режим занятий**

Расписание занятий строится из расчета 3 часа в неделю. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями ребят, что предполагает возможную корректировку времени и режима занятий.

## **IV. Планируемые результаты реализации программы**

### Учащиеся должны знать:

- основные понятия, терминологию бального танца;
- структуру Фигурного вальса;
- позиции рук, ног.

### Должны уметь:

- использовать полученные знания и навыки для участия в композициях и постановках;
- предлагаемый материал: воспринимать, запоминать, применять;
- грациозно и органично двигаться, общаться с партнером;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой.

А так же избавляются от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса "взгляда со стороны", приобретают общительность, открытость, бережное отношение к окружающему миру, ответственность перед коллективом.

## V. Содержание программы

### 1. Теоретическая часть (5 часов):

История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ . Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца.

### 2. Практическая часть (67 часов):

Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой. Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее). Вальсовая дорожка (променад). Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко». Раскрытия. Движение партнерши вокруг партнера стоящего на одном колене. Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти. Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти. Маленький квадрат в паре. Большой квадрат в паре. Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом. Движения в паре с поворотом (венский вальс). «Окошко» и смена мест. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой. Шаги вальса по кругу.

## VI. Учебный план:

Наименование разделов	Количество часов
История возникновения и развития современного бального танца;	<b>5</b>
Тренировочные упражнения на середине зала;	<b>15</b>
Разучивание отдельных движений и комбинаций;	<b>20</b>
Разучивание композиций.	<b>30</b>
Концертные выступления	<b>2</b>
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>

## VIII. Техническое обеспечение образовательного процесса

К техническим средствам обучения, которые могут и должны эффективно использоваться на занятиях «Фигурный вальс», относятся:

- цифровой фотоаппарат, цифровая камера (видеокамера);

- компьютер и т.д.

Безусловно, записи выступлений, созданные учителем с помощью DVD (видеотехники), могут с успехом применяться для того, чтобы анализировать удачи и промахи, что способствует развитию умений оценки и самооценки учеников.

Технические средства широко привлекаются также при создании:

- сценариев (компьютер);
- фотоальбомов (фотоаппарат);
- DVD- и видеозаписей (DVD- и видеокамера, DVD-плеер) праздников, конкурсов и т.д.

Тем самым повышается уровень их общей культуры, уровень владения универсальными действиями.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
2. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.
3. С.Казлаускас, Танцуем и играем, Шауляйский университет, 1997.
4. 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.
5. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.
6. Гребенкин А.В.Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М.:, 2003.

#### X. Информационные ресурсы:

Сайт: [esta.nm.ru/dance/fw.html](http://esta.nm.ru/dance/fw.html)

<http://chertkov.ucoz.ru/MetodMaterial/Muz/posobie.pdf>

Сайт: [www.valsis.ru](http://www.valsis.ru) (Учись танцевать вальс!)

<http://www.youtube.com/watch?v=GI37fUfGteY>

[http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln\\_8Q](http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln_8Q)

<http://4dancer.ru/index.php?nma=blog&fla=news&cat=20&ids=91>

[http://tancor.spb.ru/f\\_waltz.htm](http://tancor.spb.ru/f_waltz.htm)

[http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ\\_3QuP-Y](http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ_3QuP-Y)

<http://www.4dancing.ru/blogs/060910/266/>

<http://terpsihora.net/index.php/uroki/teoriya/131-pozitsii-ruk-i-nog-v-klassicheskem-tantse>