

ВЫБОРГСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
**«РОЩИНСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»**  
**(МБОУ «РОЩИНСКИЙ ЦО»)**

РЕКОМЕНДОВАНА

к утверждению педагогическим советом,

протокол №1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом №284/ОД по МБОУ «Рощинский ЦО»  
от 29.08.2025г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Выпускной бал».**

Срок реализации программы: 1 год обучения  
Составитель: педагог дополнительного образования  
Мазитова Румия Равкатовна

пос. Рощино, 2022 год.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная дополнительная общеразвивающая программа имеет художественную направленность.

- Программа отредактирована в 2025 году в соответствии со следующими нормативными документами:
- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- - с ориентацией на методические рекомендации:
- Малыхина Л. Б., Осипова М. В. Проектирование сетевых дополнительных общеразвивающих программ: учеб.- метод. пособие / Л. Б. Малыхина, М. В. Осипова. – СПб.: ГАОУ ДПО «ЛОИРО», 2021. – 93 с.
- Проектирование разноуровневых дополнительных общеразвивающих программ: учебн.- метод. пособие / Л. Б. Малыхина, Н. А. Меньшикова, Ю. Е. Гусева, М. В. Осипова, А. Г. Зайцев / под ред. Л. Б. Малыхиной. – СПб: ГАОУ ДПО «ЛОИРО», 2019. – 155 с.
- Устав МБОУ «Рощинский центр образования», утвержденный постановлением №3968 от 09.10.2019г.

При определении содержания дополнительной общеразвивающей программы учтены возрастные и индивидуальные особенности детей (часть 1 ст.75 273 ФЗ)

**Новизна данной программы** состоит в том, что она представляет собой синтез музыкального и двигательного образования, где учащиеся, не имея специальных танцевальных навыков приобщаются к миру танца.

Чередование занятий классического и народного танца, занятий современного танца, танцевальной гимнастикой позволяет вносить разнообразие в учебный процесс и открывает новые возможности для самореализации. Итогом учебной работы являются постановки танцевальных номеров к выпускному вечеру.

**Основная цель:** Формирование и развитие индивидуальных возможностей, снятия физического и нервного напряжения, развития ритмичности и координации движения, развитие творческих способностей учащихся посредством хореографии.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- обучение учащихся приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
- совершенствовать двигательные способности;
- обучение навыкам правильного и выразительного движения в области бальной хореографии;

#### **Развивающие:**

- прививать необходимые навыки здорового образа жизни;
- расширять кругозор учащихся, активизировать познавательные процессы;
- развитие физических данных учащихся, улучшение координации движений;
- развитие у учащихся музыкально-ритмических навыков;
- развитие у учащихся активности и самостоятельности общения;
- создание базы для творческого мышления учащихся средствами хореографии;

#### **Воспитательные:**

- содействовать формированию навыков общения в коллективе и в паре с представителями противоположного пола;
- формирование общей культуры личности, способной адаптироваться в современном обществе;
- формирование потребности здорового образа жизни;

#### **Отличительная особенность:**

Данная программа ориентирована не только на усвоение учащимися знаний, представлений, но и на развитие уверенности в себе. Также готовность умения, танцевальные навыки использовать под мелодии различных ритмов в разнообразных условиях и в различном окружении.

Программа рассчитана на детей в возрасте 17- 18 лет

**Срок реализации** данной программы - 1 год

**Форма обучения** – очная

**Формы проведения** занятий – аудиторные

**Формы организации** образовательной деятельности является занятие, проводимое фронтальным, парными и групповым способами с учетом индивидуальных особенностей детей.

**Основными формами** занятия являются тренировка, беседа, выступления, праздник.

**Режим занятий:** Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 ак. часа согласно Сан ПиН 2.4.4.3172-14 (приложение № 3)

Общее количество часов по программе 216 ч...

**Материально-техническое обеспечение:** хореографический зал, зеркала, музыкальный центр, удобная одежда для занятий (девочки в юбках), обувь с зафиксированной пяткой.

#### **Ожидаемые результаты реализации программы:**

##### **По окончании 1 года обучения учащиеся должны знать:**

- правила безопасного поведения на занятиях.
- предупреждение травматизма.
- правила передвижения по линии танца.
- терминологию классического, народно-сценического, современного танца

-метроритмические раскладки исполнения движения.

**Владеть:** культурой исполнения, хореографической памятью, техникой движения.

**Уметь:**

передавать в движении сложные ритмические рисунки танца, исполнять технически сложные движения, вращения.

Основными формами подведения итогов за год являются выступления на праздниках школы, ДДТ и на выпускном вечере.

Ожидаемые результаты реализации программы:

**Предметные:**

- овладение несложными танцевальными и актерскими исполнительными навыками;
- самостоятельность выполнять разминочные упражнения;
- иметь представление об отличительных особенностях элементов хореографического искусства.

**Метапредметные:**

- уровень сформированности качественных универсальных способностей, проявляющийся в применении знаний и умений;
- владение способами наблюдения за своим здоровьем, физическим развитием и физической подготовленностью;

**Личностные:**

- доброжелательность, применение общепринятых норм вежливости в общении;
- уважительное отношение в паре, в коллективе;
- самостоятельность в приобретении и выполнении новых двигательных умений и навыков;

**Формы проведения промежуточной аттестации:**

В течение всего образовательного периода ведется отслеживание результатов педагогической деятельности с помощью следующих форм и методов диагностирования:

- наблюдение
- опрос
- анализ
- самостоятельная работа
- беседа

Результаты фиксируются в таблице результативности по форме Ф-1 в соответствии с разработанными критериями

### Учебно-тематический план Первый год обучения.

|    | Наименование разделов программ    | Количество учебных часов |        |          | Формы проведения промежуточной аттестации теории практики |
|----|-----------------------------------|--------------------------|--------|----------|---|
|    |                                   | Всего                    | теория | практика |   |
| 1. | Введение                          | 2                        | 2      | -        | Наблюдение, анализ.                                       |
| 2. | Коллективно-порядковые упражнения | 8                        | 3      | 5        | Наблюдение, анализ, зачет                                 |
| 3. | Основы классического танца        | 16                       | 4      | 12       | Наблюдение, анализ.                                       |

|    |  |     |   |    |  |
|----|--|-----|---|----|--|
| 4. | Основы современного танца                          | 16  | 4 | 12 | Наблюдение, анализ, зачет  |
| 5. | Основы народно-сценического танца                  | 8   | 3 | 5  | Наблюдение, анализ, зачет  |
| 6. | Ритмические упражнения и музыкально-подвижные игры | 12  | 4 | 8  | Наблюдение, анализ, соревнования Эстафета.                           |
| 7. | Постановочная работа и концертная деятельность     | 10  | - | 10 | Выступление на праздничных концертах, смотрах, конкурсах, фестивалях |
|    |  | 216 |   |    |  |

### **Содержание разделов программы.**

#### **1.Введение.**

Теория: Ознакомление с разделами программы, с режимом занятий.

Необходимая форма одежды. Проведение беседы по технике безопасности и предупреждения травматизма.

#### **2.Коллективно-порядковые упражнения**

Теория: Теоретическое обоснование и содержание комплекса перестроений

На шагах, прыжках, беге.

Практика: ходьба, бег, прыжки, галоп, шаг польки, тройной ход, шассе. Построений в шеренгу, колонну, круг, диагональ, шен.

#### **3. Основы бального танца**

Теория

История возникновения и развития бальных танцев. Европейская и латиноамериканская программы спортивных (бальных) танцев.

Практика

Позиции в паре, координация движений рук и ног, совместность корпусов при движении, скоординированность шагов в Стандарте.

Изучения элементов «Венского вальса»

- вальсовый шаг

- «глиссад»

- «до-за-до»

- смена пар

-балянсе

- шен

-«лодочка»

#### **4 Ритмические упражнения**

Теория:

Ознакомление с правилами музыкально-подвижных игр и исполнение ритмических упражнений.

Практика:

Выполнение игр на основе движений польки Игро –танец в паре «Немецкая полька», без перехода и с переходом со сменой пар «Полька дружба», с соло-паре «Шотланская закрутка», найти свою пару «Вальс и рок-н-ролл».

Элементы танцевальной азбуки, содействующие освоению основ музыкальной грамоты с произведениями акцентами сильной и слабой доли, с музыкой различных ритмов и темпов.

## 5. Постановочно-репетиционная, концертная работа

Теория

Понятие «постановка танца». Профессия «постановщик». Основные приемы соединения элементов в танец. Композиция. Драматургия номера. Значение музыкального сопровождения. Работа танцора со зрителем. Самовыражение, актерское мастерство.

Практика

Прослушивание и отбор музыкальных композиций. Репетиции. Показательные выступления на концертах и на выпускном вечере.

### Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы

| Первый год обучения. |  |  |   |  |                                  |
|----------------------|--|--|---|--|----------------------------------|
| №                    | Раздел, тема                                       | Форма организации и проведения занятий     | Методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса                  | Дидактический и наглядный материал, ТСО            | Форма диагностик и               |
| 1.                   | Введение   | Фронтальная                                | Объяснительно – иллюстративный<br>Беседа                                    | Методическая литература                            | Наблюдение, анализ.              |
| 2.                   | Коллективно-порядковые упражнения                  | Фронтальная<br>Групповая<br>индивидуальная | Объяснительно – иллюстративный, программированный<br>Практические занятия   | Методическая литература, магнитофон                | Наблюдение, анализ, тесты        |
| 3.                   | Основы бального танца                              | Фронтальная<br>парная                      | Объяснительно – иллюстративный, программированный,<br>Тренировочный процесс | Методическая литература, музыкальное сопровождение | Наблюдение, анализ.              |
| 4.                   | Ритмические упражнения и музыкально-подвижные игры | Фронтальная<br>Групповая<br>индивидуальная | Объяснительно – иллюстративный  | Методическая литература, музыкальное сопровождение | Наблюдение, анализ, соревнования |
| 5                    | Постановочная работа и                             | Фронтальная                                | Программированный   | Аудио и видео материал                             | Концерты,,                       |

|  |                         |           |  |  |                     |
|--|-------------------------|-----------|--|--|---------------------|
|  | концертная деятельность | Групповая |  |  | наблюдение, анализ, |
|--|-------------------------|-----------|--|--|---------------------|

**Критерии результативности освоения программы:**

| №<br>П/п | Критерии          | Показатели   |   |  |
|----------|-------------------|--|---|--|
|          |                   | Высший – 3 балла   | Средний – 2 балла   | Низкий-1 балл  |
| 1        | Информативность   | Прочные систематизированные знания танцевальной азбуки. Стремление к самостоятельному приобретению знаний. Свободное применение знаний в практической деятельности.                                | Имеются несущественные пробелы в системе знаний танцевальной азбуки, отдельные затруднения в применении знаний в практической деятельности. | Занятие не систематизированы. Имеются серьезные затруднения в применении знаний в практической деятельности.   |
| 2        | Мастерство        | Качественное исполнение танцевальных элементов разного уровня сложности. Высокий уровень самостоятельности при выполнении работ. Стремления участвовать в концертных номерах.                      | Качественное исполнение танцевальных элементов. Проявление самостоятельности. Участие в концертных номерах.                                 | Выполнение танцевальных элементов с помощью педагога. Невысокие качественные показатели работ. Крайне редкое участие в концертных номерах.                           |
| 3        | Творчество        | Наличие устойчивого познавательного интереса к хореографическому искусству. Способность к самостоятельному изучению и работе над собой.  | Присутствие познавательного интереса. Ограниченная способность к принятию собственной идеи и ее реализации.                                 | Неустойчивый познавательный интерес. Отдельные проявления работы над собой на основе поддержки руководителя.   |
| 4        | Коммуникативность | Хорошая способность общения на основе общепринятой этики. Доброжелательность, уважение друг к другу в сочетании с умением работы в коллективе на основе взаимовыручки, товарищества и взаимопомощи | Этическое воспитание присутствует. Недостаточное уважение к товарищам по учебной группе. Умение работы в коллективе слабое.                 | Низкое этическое воспитание, раздражительность, недоброжелательное отношение к другим учащимся. Низкий коллективизм, замкнутость. Взаимовыручка, поддержка находятся |

|   |  |   |  |  |
|---|--|---|--|--|
|   |  |   |  | на низком уровне.  |
| 5 | Способность к самоконтролю и самооценке.     | Развито умение оценки собственных сил и возможностей. Объективность в оценивание результатов своей деятельности и работы других. Развито чувство рефлексии. Восприятие критики - адекватное.  | Недостаточное развитие чувства самооценки (преувеличение) недостаточная объективность результатов своей деятельности и работы группы. Рефлексия занижена. Восприятие критики болезненное.                              | Низкий уровень самооценки. Необъективность в оценивание результатов деятельности группы и своей. Способность к рефлексии – отсутствует. Негативное восприятие критики  |
| 6 | Способность развития и самосовершенствования | Самостоятельная ориентация в поиске необходимой информации в различных источниках (компьютер, литература). Наличие стойкой потребности в повышении своей образовательной деятельности. Стремление к реализации своих способностей. Четкое представление своего последующего образовательного пути и места в обществе. | Недостаточное ориентирование в поиске информации. Средний уровень потребности в повышении своей образованности. Ограниченность в стремлении реализации своих способностей и выборе дальнейшего пути развития личности. | Нежелание повышения своей информированности, отсутствие ее поиска. Низкий уровень стремления к повышению образованности, отсутствие желания реализации собственных способностей и не виденье своего дальнейшего пути развития. |
| 7 | Отношение к занятиям                         | Регулярное посещение и добросовестное отношение к занятиям. Инициативность. Интерес, активность.  | Регулярное посещение и добросовестное отношение к занятиям. Присутствие интереса. Пониженный уровень активности.   | Нерегулярное посещение занятий. Участие в работе без выраженного интереса.   |

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ж.Е.Фирилева, А.И.Рябчиков, О.В.Загрядская «Ритмика в школе» 2014г.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнение у станка: Учеб. пособие для вузов искусств и культуры. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. — 208 с: ил.: ноты.
3. А.Я.Вагановой «основы классического танца»
4. Колсдницкий Г.Л. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. - М.: Гном-Пресс, 2000- 64 с.
5. Ж.Е.Фирилевой, Е.Р.Сайкиной «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей.
6. Пуртова Т.В., Беликова А.Н. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования, — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 256 с.



**Календарно-учебный график**  
**дополнительная общеразвивающая программа**  
**«Выпускной бал»**

**2025 - 2026 учебный год**

Комплектование групп: с 15.08- 15.09 (прием и оформление заявок на программы через сайт «Навигатор дополнительного образования»)

Начало учебного года: 01.09 2025 г.

Окончание учебного года: 31.05.2026 г.

Продолжительность учебного года: 36 недель.

Последний учебный день: 31.05.2026 г.

Продолжительность полугодий: 1-ое - 16 недель, 2-ое - 20 недель

Каникулы с 31.12.25 г- 11.01.26 г.

| Учебные периоды |                         | Количество недель |
|-----------------|-------------------------|-------------------|
| 1-ое полугодие  | 01.09.2025г.-30.12.25г. | 16                |
| 2-ое полугодие  | 09.01.26 г.- 31.05.26г. | 20                |
|                 |                         |                   |

|   |                       |
|---|-----------------------|
| Праздничные дни в течение учебного года | Перенос выходных дней |
|---|-----------------------|

|   |   |
|---|---|
| 04.11.2025г. «День народного единства».   | 03.11 2025г- нерабочий день с сохранением заработной платы в соответствии с <a href="#">Указом</a> Президента РФ от 23.04.2021 N 242    |
| 31.12.2025г. «Новогодний праздник»  |   |
| 23.02.2026, «День защитника Отечества»<br>08.03.2026 г. «Международный женский день»  | 9 марта 2025г.- нерабочий день с сохранением заработной платы в соответствии с <a href="#">Указом</a> Президента РФ от 23.04.2021 N 242 |
| 01.05.2026г. «Праздник весны и труда»   |   |
| 08.05.2026 г.- Предпраздничный день, в который продолжительность работы сокращается на один час<br>09.05.2026 г., «Праздник Победы ВОВ» | 11.05 - нерабочий день с сохранением заработной платы в соответствии с <a href="#">Указом</a> Президента РФ от 23.04.2021 N 242         |

| № п/п | месяц    | число | Время проведения занятия | Форма занятия | Количество часов | Тема занятия                  | Место проведения    | Форма контроля     |
|-------|----------|-------|--------------------------|---------------|------------------|-------------------------------|---------------------|--------------------|
| 1.    | сентябрь |       |                          | аудиторная    | 1                | Введение.Беседа тема:ТБ       | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 2     | сентябрь |       |                          | аудиторная    | 1                | ходьба,под разный темп        | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 3     | сентябрь |       |                          | аудиторная    | 1                | постановка корпуса, апломб.   | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 4     | сентябрь |       |                          | аудиторная    | 1                | изучение позиций ног: 1,2;3,6 | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ |
| 5     | сентябрь |       |                          | аудиторная    | 1                | позиций рук: постановка рук   | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |

|    |         |  |  |            |   |   |                     |                         |
|----|---------|--|--|------------|---|---|---------------------|-------------------------|
|    |         |  |  |            |   | (надуваем шары), 1,2,3;                         |                     |                         |
| 6  | октябрь |  |  | аудиторная | 1 | releve по 6 п.н.(подъем на полупальцы           | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ      |
| 7  | октябрь |  |  | аудиторная | 1 | Переступание с шагом вперед и назад             | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 8  | октябрь |  |  | аудиторная | 1 | Основной вальсовый шаг                          | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 9  | октябрь |  |  | аудиторная | 1 | Вальсовый шаг по кругу                          | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ      |
| 10 | ноябрь  |  |  | аудиторная | 1 | Вальсовый шаг с разворотом                      | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 11 | ноябрь  |  |  | аудиторная | 1 | Приставные шаги в парах                         | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 12 | ноябрь  |  |  | аудиторная | 1 | Переступание в сторону                          | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 13 | ноябрь  |  |  | аудиторная | 1 | Вальсовым шагом по кругу по линии танца в парах | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ      |
| 14 | декабрь |  |  | аудиторная | 1 | Вальсовый шаг по диагонали                      | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, Наблюдение, |
| 15 | декабрь |  |  | аудиторная | 1 | Балянсе. Покачивающ ее движение                 | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 16 | декабрь |  |  | аудиторная | 1 | Поклоны, в комбинации с переменным и шагами     | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ      |
| 17 | декабрь |  |  | аудиторная | 1 | Вальсовый поворот                               | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 18 | декабрь |  |  | аудиторная | 1 | Вальсовый поворот в парах со сменой мест        | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 19 | январь  |  |  | аудиторная | 1 | Положение рук свечка в паре                     | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ           |
| 20 | январь  |  |  | аудиторная | 1 | Расход друг от друга переменным шагом           | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ      |

|    |         |  |  |            |   |                                      |                     |                    |
|----|---------|--|--|------------|---|--------------------------------------|---------------------|--------------------|
| 21 | январь  |  |  | аудиторная | 1 | Переменный шаг с приставным шагом    | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 22 | февраль |  |  | аудиторная | 1 | Построение из круга в колонну        | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение,        |
| 23 | февраль |  |  | аудиторная | 1 | Постановка начала вальса             | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ |
| 24 | февраль |  |  | аудиторная | 1 | Работа над постановкой вальса        | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 25 | март    |  |  | аудиторная | 1 | Работа над постановкой вальса        | МБОУ «Рощинский ЦО» | викторина          |
| 26 | март    |  |  | аудиторная | 1 | Отработка танцевальных номеров       | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ |
| 27 | март    |  |  | аудиторная | 1 | Отработка бальянсе в парах           | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 28 | март    |  |  | аудиторная | 1 | Работа над постановкой вальса        | МБОУ «Рощинский ЦО» | викторина          |
| 29 | март    |  |  | аудиторная | 1 | Разворот партнёрши в вальсе          | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение,        |
| 30 | апрель  |  |  | аудиторная | 1 | Работа над постановкой               | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 31 | апрель  |  |  | аудиторная | 1 | Отработка танцевальных комбинаций    | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ |
| 32 | апрель  |  |  | аудиторная | 1 | Работа над постановкой               | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение,        |
| 33 | апрель  |  |  | аудиторная | 1 | Отработка поворотов в вальсе         | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 34 | май     |  |  | аудиторная | 1 | Отработка рисунка к танцу «вальс»,   | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 35 | май     |  |  | аудиторная | 1 | Репетиция вальса-работа над ошибками | МБОУ «Рощинский ЦО» | Опрос, анализ      |
| 36 | май     |  |  | аудиторная | 1 | Репетиция вальса-работа над ошибками | МБОУ «Рощинский ЦО» | Наблюдение, анализ |