

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 «Рошинский 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 окончанию 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

-балинсе

- шен

-«лодочка»

#### **4 Ритмические упражнения**

Теория:

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

Практика:

Выполнение игр на основе движений польки Икро –танец в паре «Немецкая полька», без перехода и с переходом со сменой пар «Полька дружба», с соло-паре «Шотландская 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 диагностики
1.	Введение	Фронтальная	Объяснительно – иллюстративный Беседа	Методическая литература	Наблюдение, анализ.
2.	Коллективно-порядковые упражнения	Фронтальная Групповая индивидуальная	Объяснительно – иллюстративный, программирующий Практические занятия	Методическая литература, магнитофон	Наблюдение, анализ, тесты
3.	Основы бального танца	Фронтальная парная	Объяснительно – иллюстративный, программирующий, Тренировочный процесс	Методическая литература, музыкальное сопровождение	Наблюдение, анализ.
4.	Ритмические упражнения и музыкально-подвижные игры	Фронтальная Групповая 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:

№ 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 самостояльному изучению и работе на 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. Ограниченност 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. Колсдницкний 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
---	-----------------------

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

№ п/п	месяц	чи сло	Вре мя пров еден ия заня тия	Форма занятия	Ко л-во час ов	Тема занятия	Место проведени я	Форма контрол я
1.	сентябрь			аудиторная	1	Введение.Бесед а тема:ТБ	МБОУ «Рошинский ЦО»	Опрос, анализ
2	сентябрь			аудиторная	1	ходьба,под разный темп	МБОУ «Рошинский ЦО»	Опрос, анализ
3	сентябрь			аудиторная	1	постановка корпуса, апломб.	МБОУ «Рошинский ЦО»	Опрос, анализ
4	сентябрь			аудиторная	1	изучение позиций ног: 1,2;3,6	МБОУ «Рошинский ЦО»	Наблюдение, анализ
5	сентябрь			аудиторная	1	позиций рук: постановка рук	МБОУ «Рошинский ЦО»	Опрос, анализ

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

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