

Министерство образования и науки Мурманской области  
Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение  
Мурманской области «Центр образования «Лапландия»

ПРИНЯТА

Методическим советом

Протокол

от 18.04.2025 № 26

Председатель [подпись] О.А. Бережняк

УТВЕРЖДЕНА

Приказом

ГАНОВ МО «ЦО «Лапландия»

от 18.04.2025 № 551

Директор [подпись] С. В. Кулаков



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
**Школа историко-бытового танца «Кадетский бал»**

Возраст учащихся: **12-17 лет**

Срок реализации программы: **1 год**

Составители:

**Хотько Алексей Владимирович,**  
педагог дополнительного образования,  
**Метан Роза Павловна,**  
методист

Мурманск  
2025

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность программы** – художественная

**Уровень программы** – стартовый.

**Область применения программы:** программа может применяться в учреждениях дополнительного образования с участием образовательных организаций, в которых организованы кадетские классы.

Программа составлена в соответствии с требованиями следующих **нормативных правовых актов:**

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р. «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р».

- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;

- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

**Актуальность** программы обусловлена запросом образовательной организации, где организованы кадетские классы, т.к. хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве. Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер. Танцевальный материал дается в элементах и движениях, разучивается по правилам школы классического, народного и бального танца. Показателем танцевальной культуры является эмоциональное восприятие хореографического искусства, способность самостоятельно оценить хореографическое произведение, музыкальность и выразительность, благородство манеры исполнения, понимание выразительности отдельных элементов, чувство товарищества и взаимопомощи.

**Отличительные особенности** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Кадетский бал»: программа направлена на подготовку учащихся к мероприятиям историко-бытовой направленности (балы, ассамблеи, исторические реконструкции) способностей к творчеству в сфере хореографии и навыков применения их на практике. Программа предполагает интенсивную подготовку учащихся в каникулярный период 3 раза в год (осенние каникулы и февральские оздоровительные каникулы, весенние каникулы).

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в использовании следующих принципов воспитания:

- принцип личностного подхода в воспитании предполагает отношение к каждому ребенку, как к личности, учитывая его психологические особенности;

- принцип гуманистической направленности воспитания предполагает отношение педагога к воспитанникам как к ответственным субъектам собственного развития;

- принцип природосообразности воспитания;

- принцип культуросообразности предполагает воспитание, которое основывается на общечеловеческих ценностях, строится в соответствии с ценностями и нормами национальной культуры и региональными традициями, не противоречащим общечеловеческим ценностям;
- принцип эффективности социального взаимодействия предполагает осуществление воспитания в системе дополнительного образования в коллективах различного типа, что позволяет учащимся расширить сферу общения, создает условия для конструктивных процессов социокультурного самоопределения, адекватной коммуникации, а в целом – способствует формированию гармонически развитой личности.

**Цель программы:** подготовка обучающихся к участию в региональном кадетском бале и массовых школьных мероприятиях.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- методически правильное исполнение элементов и основных комбинаций историко-бытового и бального танца;
- формирование знаний об особенностях постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;
- формирование знаний о программных хореографических произведениях «Кадетского бала»
- формирование арсенала опорных знаний, умений и способов хореографической деятельности, обеспечивающих в совокупности необходимую начальную базу для последующего самостоятельного знакомства с хореографией, самообразования и самовоспитания.

**Развивающие:**

- развитие личностной эмоциональной сферы через творческое самовыражение;
- пополнение арсенала знаний в области мировой культуры и искусства;
- развитие художественного вкуса;
- формирование навыков самостоятельной творческой деятельности;
- развитие способностей к продуктивной индивидуальной и коллективной деятельности.

**Воспитательные:**

- формирование устойчивого интереса к ассамблейному танцу;
- воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности;
- формирование духовно-нравственных позиций;
- воспитание трудолюбия, самоотдачи, самоорганизации;
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- формирование ответственности за результаты индивидуального и коллективного творчества.

**Адресат программы:** программа ориентирована на работу с кадетами общеобразовательных организаций Мурманской области в возрасте от 12 до 17 лет (потенциальными участниками кадетского бала).

**Форма реализации программы** - очная

**Срок освоения программы** – 1 год

**Объем программы:** 48 часов.

**Форма организации занятий** – очная

**Периодичность занятий** – 3 учебные сессии в каникулярное время (очно).

**Режим занятий** – занятия проводятся во время каникул.

- 1 сессия - 4 дня, по 2 занятия по 2 часа с перерывами по 10-15 минут;
- 2 сессия - 4 дня по 2 занятия по 2 часа с перерывами по 10-15 минут и в период генеральной репетиции,
- 3 сессия (3 дня по 2 занятия по 2 часа с перерывами по 10-15 минут).

**Виды занятий:** лекционно-практические занятия, практикумы.

**Количество участников** – минимальное — 12, максимальное - 16 учащихся.

**Набор в группу.**

Набор в группу осуществляется по запросу общеобразовательной организации и зачисляются в учебные группы с письменного заявления родителей (законных представителей).

## Ожидаемые результаты обучения

### Предметные:

- формирование знаний об историко-бытовом и бальном(ассамблейном) танце как виде сценического искусства;
- формирование знаний о специальной терминологии историко-бытового и бального танца (в соответствии с содержанием программы);
- формирование знаний о правилах исполнения танцевальных движений и упражнений (в соответствии с содержанием программы бала)
- формирование знаний об особенностях ассамблейного танца и истории его развития.
- формирование знаний о правилах исполнения танцевальных движений и упражнений основных структурных разделов ассамблейного танца;

### Метапредметные:

- развитие мотивации личности к творчеству и познанию;
- формирование навыка организации совместной деятельности в группе;
- развитие потребности в самостоятельности и ответственности.

### Личностные:

- развитие интереса к занятиям по программе;
- воспитание культуры общения и культуры поведения на репетициях и выступлениях;
- воспитание эстетического вкуса;
- развитие коммуникативных навыков.

**Формы аттестации на завершающем этапе реализации программы:** обучающиеся являются участниками областного конкурса «Кадетский бал», где представляют своё исполнительское мастерство (танцы).

## Учебный план

| №<br>п/п | Перечень разделов, тем                           | 1 год обучения |           |             | Форма контроля                                       |
|----------|--------------------------------------------------|----------------|-----------|-------------|------------------------------------------------------|
|          |                                                  | теория         | практика  | всего часов |                                                      |
| 1.       | Вводное занятие                                  | 1              | 1         | 2           | Наблюдение, собеседование                            |
| 2.       | Тренаж на разогрев мышц                          | 1              | 6         | 7           | Наблюдение                                           |
| 3.       | Постановка корпуса, рук, головы на середине зала | 1              | 4         | 5           | Наблюдение                                           |
| 4.       | Танцы в парах                                    | 1              | 18        | 19          | Обсуждение, анализ, наблюдение,                      |
| 5.       | Танцевальные шаги                                | 1              | 12        | 13          | Обсуждение, анализ, наблюдение,                      |
| 6.       | Заключительное занятие                           |                | 2         | 2           | Анализ творческих выступлений, итоговая диагностика. |
|          | <b>Всего:</b>                                    | <b>5</b>       | <b>43</b> | <b>48</b>   |                                                      |

### Содержание программы

| №<br>п/п | Наименование<br>программного<br>раздела | Содержание программного раздела                                                                                                                                                                                                                                                                   |                  |                                                                                                                                          |                     |
|----------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
|          |                                         | Теоретический<br>блок                                                                                                                                                                                                                                                                             | Количество часов | Практический блок                                                                                                                        | Количество<br>часов |
| 1        | Вводное занятие                         | Гигиенические требования к занятиям спортивным танцем. Требования к форме для занятий. Беседа о правилах поведения и гигиены на занятиях хореографии. Рассказ о искусстве бального танца. Разучивание танцевального приветствия (поклона). Разучивание понятий «простой шаг», «танцевальный шаг». | 2                | Входная диагностика.<br>Игра «Путешествие в страну Танца».<br>Исполнение поклона.<br>Исполнение танцевального шага по кругу и диагонали. | 13                  |
| 2        | Тренаж на разогрев мышц                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1                | Исполнение в соответствии с методическими правилами:                                                                                     | 14                  |

|   |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |
|---|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|   |                                                       | <p>Объяснение методических правил исполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для развития стопы;</li> <li>- упражнений для развития выворотности в коленном суставе;</li> <li>- упражнений для развития выворотности в тазобедренном суставе;</li> <li>- упражнений для развития пресса, гибкости и укрепления мышц спины;</li> <li>- упражнений для развития танцевального шага.</li> </ul> |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для развития стопы;</li> <li>- упражнений для развития выворотности в коленном суставе;</li> <li>- упражнений для развития выворотности в тазобедренном суставе;</li> <li>- упражнений для развития пресса, гибкости и укрепления мышц спины;</li> <li>- упражнений для развития танцевального шага.</li> </ul> |   |
| 3 | Постановка корпуса, рук, ног, головы на середине зала | <p>Объяснение понятий «корпус», «устойчивость», «полупальцы», шестая (параллельная) позиция ног. Объяснение методических</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1 | <p>Исполнение в соответствии с методическими правилами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для плечевого пояса;</li> <li>- упражнений для головы, мышц шеи;</li> <li>- упражнений для улучшения подвижности локтевого</li> </ul>                                                                                                               | 4 |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  | <p>правил исполнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для плечевого пояса;</li> <li>- упражнений для головы, мышц шеи;</li> <li>- упражнений для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности кистей, эластичности мышц плеча и предплечья;</li> <li>- упражнений для торса и развития поясного отдела;</li> <li>- упражнений для развития подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;</li> <li>- упражнений для развития мышц и выворотности ног;</li> <li>- упражнений для укрепления мышц живота и</li> </ul> |  | <p>сустава и эластичности кистей, эластичности мышц плеча и предплечья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- упражнений для торса и развития поясного отдела;</li> <li>- упражнений для развития подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;</li> <li>- упражнений для развития мышц и выворотности ног;</li> <li>- упражнений для укрепления мышц живота и спины;</li> <li>- упражнений для развития музыкально – ритмических навыков.</li> </ul> |  |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|   |                   |                                                                                                                                                                                                                              |   |                                                                                                                                                                                                                                        |     |
|---|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
|   |                   | спины;<br>- упражнений для развития музыкально-ритмических навыков.                                                                                                                                                          |   |                                                                                                                                                                                                                                        |     |
| 4 | Танцы в парах     | Объяснение методических правил исполнения танцев:<br>- менуэт<br>- полонез<br>- гавот<br>- вальс<br>- фигурный вальс<br>- полька<br>- русский лирический<br>- падеграс<br>- сударушка<br>- микс танцев европейской программы | 1 | Выполнение танцев в соответствии с методическими правилами:<br>- менуэт<br>- полонез<br>- гавот<br>- вальс<br>- фигурный вальс<br>- полька<br>- русский лирический<br>- падеграс<br>- сударушка<br>- микс танцев европейской программы | 118 |
| 5 | Танцевальные шаги | Объяснение методических правил выполнения упражнений:<br>- сценического шага;<br>- шагов на полупальцах;<br>- шагов с                                                                                                        | 1 | Выполнение в соответствии с методическими правилами:<br>- сценического шага;<br>- шагов на полупальцах;<br>- шагов с поднятыми коленями;<br>- семенящего шага (бега);<br>- бега с поднятыми коленями;                                  | 112 |

|   |                        |                                                                                                             |   |                                                                    |    |
|---|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------|----|
|   |                        | поднятыми<br>коленями;<br>- семенящего шага<br>(бега);<br>- бега с<br>поднятыми<br>коленями;<br>- подскоков |   | - подскоков                                                        |    |
| 6 | Заключительное занятие | Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных по всем программным разделам.                   | - | Анализ выступлений.<br>диагностика.         творческих<br>Итоговая | 12 |

## **Комплекс организационно-педагогических условий**

Календарный учебный график по программе «**Кадетский бал**» (*Приложение № 1*).

### **Ресурсное обеспечение программы**

#### **Материально-техническое обеспечение:**

- просторное помещение, оборудованное зеркалами, с линолеумным покрытием полов или паркетом, с хорошим освещением;
- музыкальный инструмент;
- аудиоаппаратура;
- видеоаппаратура;
- компьютер
- методические видеоматериалы и аудиоматериалы;
- специальная тренировочная одежда, сценическая обувь.

### **Кадровое обеспечение программы**

Занятия в Школе ведут педагоги дополнительного образования ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия», специалисты учреждений культуры, приглашенные специалисты из учреждений среднего профессионального и высшего профессионального образования хореографической направленности.

#### **Принципы функционирования программы**

- принцип продуктивности – учащиеся и педагоги в процессе взаимоотношений производят совместный продукт, при этом учитываются достижения самого участника с его интересами, чувствами, опытом и произведенным продуктом;
- принцип ускоренного обучения в изучении и овладении лексическим материалом и техническими приемами исполнения;
- целенаправленность и систематичность, регулярность в образовании и самообразовании обучающихся;
- принцип эмоционально - психологической комфортности (создание образовательной среды, обеспечивающей снятие, по возможности, всех стрессообразующих факторов учебного процесса);
- принцип деятельности (новое знание вводится не только в готовом виде, но и через самостоятельное открытие);
- принцип интеграции разных видов деятельности (театрализации, хореографии);
- принцип учета индивидуальных и возрастных особенностей учащихся.

### **Основные методы и формы реализации программы**

#### **Демонстрационные:**

показ, пример, видеоиллюстрация, музыкальная иллюстрация.

#### **Вербальные:**

лекция, объяснение, беседа, рассказ, анализ, диалог, инструктаж.

#### **Практические:**

упражнение, практикум, этюд, комбинация, композиция, взаимоконтроль, самоконтроль.

#### **Стимулирующие:**

конкурс, поощрение.

### **Приемы обучения**

- создание эмоционально – доброжелательной креативной среды;
- ситуация успеха;
- авансирование успеха;
- занимательность и новизна;

- динамизм, чередование темпов исполнения и характеров музыкального материала;
- вариативные творческие задания;
- индивидуальная помощь.

**Формы контроля результатов обучения:** наблюдение, творческие задания, самостоятельные практические работы, презентация творческого продукта.

### **Система оценки и фиксирования образовательных результатов**

В процессе обучения осуществляется контроль за уровнем усвоения программы.

В начале обучения проводится *входящая диагностика* посредством анкетирования, которая определяет начальный уровень знаний, умений и навыков обучающихся, а также выявляет их творческие способности, предпочтения к жанровым принадлежностям.

В течение учебного процесса педагогом проводится лонгитюдное наблюдение и текущий контроль. После изучения каждой темы учащимся предлагаются творческие задания: исполнение программного танца с использованием средств танцевальной выразительности с учетом манеры исполнения и эпохи.

*Промежуточная диагностика* проводится в период второй учебной сессии и позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень знаний, умений и навыков учащихся.

*Диагностика на завершающем этапе освоения образовательной программы* осуществляется в период проведения областного мероприятия «Кадетский бал».

**Формы демонстрации результатов обучения:** выполнение творческих заданий и самостоятельных работ в процессе обучения по программе.

### **Методический комментарий к программе**

Содержание программы «Кадетский бал» направлено на ознакомление и приобретение необходимых навыков и умений для исполнения историко-бытовых танцев.

Работая над изучением танцев, учащиеся параллельно изучают мизансценирование и основы актерского мастерства применительно к хореографическому искусству. Учатся связывать музыкальную форму, пластический образ, сценического оформление.

Теоретический материал раскрывает практическое содержание и специфику мастерства исполнителя, где осваиваются законы музыкально-хореографической драматургии, образности пластического языка, взаимодействия выразительных средств танца.

Творческий процесс обучения представляет собой интенсив, направленный на освоение первичных навыков исполнительского мастерства, требующих в дальнейшем в межсессионный период, осмысления полученных знаний и умений и отработку данного материала со специалистом образовательной организации, подавшей заявку на реализацию данной программы.

### **Список литературы для педагогов**

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – СПб., 2002.-40 с.
1. Барышникова Т. Г. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2001.-256с.
2. Бухвостова Л. В., Щекотина А. С. Композиция и постановка танца. – Орел, 2001-130 с.
3. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. – М.: Издательство ГНОМиД, 2003.-120 с.
4. Громова О. Н. 50 упражнений с музыкальным сопровождением. – М.: Издательство ГНОМиД, 2002.-64 с.
5. Джосеф С. Х. Тело танцора. – М.: Новое слово, 2004.-76 с.
6. Ермолаева М. Г. Игра в образовательном процессе. – СПб.: КАРО, 2008.-122с.
7. Мессерер А. М. Танец. Мысль. Время. – М.: Педагогика, 1989.
8. Мочалов Ю. Н. Композиция сценического пространства. – М.: Музыкальная литература, 2001.
9. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования. – М.: Издательский центр «Академия», 2008.-272 с.
10. Панова В. А, Сокови́кова Н. В. Психофизиологические процессы и функция ритма в воспитании танцевальных движений: Проблемы танцевальной педагогической деятельности. – Новосибирск, 2002.-113 с.
11. Сапогов А. А. Гармония духа и материи. – СПб.: ГИПЕРИОН, 2003.-349 с.

12. 10. Фомин А. С. Детский танец в системе воспитания и образования. – М.: Педагогика, 1998.-55с.
13. Федорова Г. П. Поиграем, потанцуем. – СПб.: Детство-пресс, 2002.-48 с.
14. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев / Перевод и ред. Ю.С. Пина – М.С-П., 1993 49 с.
15. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев. – Лондон. Имперское общество учителей танцев. /Перевод и редакция Ю.С. Пина. – М., С-П., 1992.-146 с.
16. Щербакова Н. А. От музыки к движению. – Москва, 2001.-56 с.
17. Бальные танцы / ред. М. Заламане. - М.: Рига, 2005. - 319 с.
18. Бальные танцы. - М.: Latvijas Valsts Izdevniecība, 2013. - 322 с.
19. 25. Рассел, Джесси Бальные танцы / Джесси Рассел. - М.: VSD, 2012. - 930 с.
20. Эндрюс, Тед Магия танца / Тед Эндрюс. - Москва: Высшая школа, 2015. - 256 с.
21. Буйлова, Л.Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ [Текст] / Л. Н. Буйлова // Молодой ученый.–2015.– No15. – С.567-572с.
22. Санец, Д.И. Образовательная программа дополнительного образования детей (адаптированная) «Основы бального танца для дошкольников» [Текст]/ Д.И. Санец.– М.:2016.– 24с.

#### **Список литературы для учащихся**

- 1 Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2004.-159 с.
1. Браиловская Л. В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.-156 с.
2. Васильева Т. К. Секрет танца. - СПб.: 1997.-479 с.
3. Володина О. В., Анисимова Т.Б. Самоучитель клубных танцев FUNK, TRANCE, HOUSE. - Ростов на Дону: 2005.-155с.
4. Дункан А. Моя жизнь. Танец будущего. – М.: 1992.-191 с.
5. Дыкман Л. Я. Гармоничный ребенок. Как этого достичь? Труд, игры, творчество, праздники года. – СПб.: Дамаск, 1999.-176с.
6. Эндрюс, Тед Магия танца / Тед Эндрюс. - Москва: Высшая школа, 2015. - 256 с

#### **Интернет - ресурсы**

1. Федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла (Электронный ресурс) <https://fdsarr.ru/dance/documents/> (дата обращения: 07.04.2025).
2. <http://ballroom-dances.ru/page/malenkij-vals-dlva-detej> (дата обращения: 07.04.2025).
3. Федерация танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла (Электронный ресурс) <https://fdsarr.ru/dance/documents/> (дата обращения: 07.04.2025).
4. Бальные танцы (Электронный ресурс)
5. <http://ballroom-dances.ru/page/malenkij-vals-dlva-detej> (дата обращения: 07.04.2025).

#### **Список литературы для родителей**

1. Богданов Г. Основы хореографической драматургии - СПб.-:Лань, 2017. – 384 с.
2. Вашкевич Н. Н. История хореографии всех веков и народов –СПб:- Издательство: Лань, 2009. – 192 с.
3. Мельдаль К. Поэтика и практика хореографии – Издательство: Кабинетный ученый, 2015. – 106 с.
4. Рамо П. Учитель танцев – Издательство: Планета музыки, 2016. – 224 с.
5. Яковлева Ю. Создатели и зрители. Русские балеты эпохи шедевров - Издательство: Новое литературное обозрение, 2017. – 200 с. – илл.

**Календарный учебный график по программе**  
**«Кадетский бал» (стартовый уровень) 1 г. об. группа № 1**  
**Педагог: Хотько А.В., педагог дополнительного образования**

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий:

Первая сессии 4 дня, по 2 занятия по 2 часа

Вторая сессии 4 дня, по 2 занятия по 2 часа

Третья сессия за день до Кадетского бала и в день проведения -1 час, выступление – 1 час, консультация – 2 часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю): 04.11.2025, 01- 07.01.26, 23.02.2026, 08.03.2026, 1.05.2025, 9.05.2026

Каникулярный период:

- осенние каникулы –

- зимние каникулы –

-весенние каникулы

| № | Месяц | Число | Время проведения | Форма занятия   | Кол-во часов | Тема занятия                                                                                                 | Место проведения   | Форма контроля      |
|---|-------|-------|------------------|-----------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------|
| 1 |       |       |                  | Теория/практика | 2            | Вводное занятие                                                                                              | Лапландия каб. 304 | Входная диагностика |
| 2 |       |       |                  | Теория/практика | 2            | Танцевальные шаги. Тренаж на разогрев мышц.                                                                  | Лапландия к.304    | Наблюдение          |
| 3 |       |       |                  | Теория/практика | 2            | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304    | Наблюдение          |
| 4 |       |       |                  | Теория/практика | 2            | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304    | Наблюдение          |
| 5 |       |       |                  | Теория/практика | 2            | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304    | Наблюдение          |
| 6 |       |       |                  | Практика        | 2            | Тренаж на разогрев мышц. Постановка                                                                          | Лапландия          | Наблюдение          |

|    |  |  |  |                 |   |                                                                                                                                      |                    |            |
|----|--|--|--|-----------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------|
|    |  |  |  |                 |   | корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                                                          | к.304              |            |
| 7  |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                   | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 8  |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                   | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 9  |  |  |  | практика        | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                   | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 10 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                   | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 11 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                   | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 12 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                   | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 13 |  |  |  | Практика        | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                   | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 14 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.                   | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 15 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.<br>Кадетский бал. | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 16 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.<br>Танцевальные шаги. Танцы в парах.<br>Кадетский бал. | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |
| 17 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка<br>корпуса, рук, головы на середине зала.                                                        | Лапландия<br>к.304 | Наблюдение |

|    |  |  |  |                 |   |                                                                                                              |                 |                                                          |
|----|--|--|--|-----------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------|
|    |  |  |  |                 |   | Танцевальные шаги. Танцы в парах.                                                                            |                 |                                                          |
| 18 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304 | Наблюдение                                               |
| 19 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304 | Наблюдение                                               |
| 20 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304 | Наблюдение                                               |
| 21 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304 | Наблюдение                                               |
| 22 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304 | Наблюдение                                               |
| 23 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304 | Наблюдение                                               |
| 24 |  |  |  | Теория/практика | 2 | Тренаж на разогрев мышц. Постановка корпуса, рук, головы на середине зала. Танцевальные шаги. Танцы в парах. | Лапландия к.304 | Открытый урок. диагностика на завершающем этапе обучения |

**Диагностическая карта**

Объединение \_\_\_\_\_ учебный год ( \_\_\_\_\_ полугодие) Уровень \_\_\_\_\_ Год  
 обучения \_\_\_\_\_ № группы \_\_\_\_\_  
 Возраст учащихся: \_\_\_\_\_ ФИО педагога д/о \_\_\_\_\_

| №   | Фамилия,<br>имя<br>учащегося | Владение основными<br>принципами<br>движения |                | Органичное<br>исполнение<br>движений |                | Уровень<br>творческой<br>активности |                | Способность к<br>коммуникации и<br>сотрудничеству |                |
|-----|------------------------------|----------------------------------------------|----------------|--------------------------------------|----------------|-------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------|----------------|
|     |                              | Начало<br>уч.г.                              | Конец<br>уч.г. | Начало<br>уч.г.                      | Конец<br>уч.г. | Начало<br>уч.г.                     | Конец<br>уч.г. | Начало<br>уч.г.                                   | Конец<br>уч.г. |
| 1.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 2.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 3.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 4.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 5.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 6.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 7.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 8.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 9.  |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 10. |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |
| 11. |                              |                                              |                |                                      |                |                                     |                |                                                   |                |

Оценка проводится по трехуровневой системе:

Н – низкий уровень освоения программы – меньше 50% освоения программы;

С – средний уровень освоения программы -50-79% освоения программы;

В – высокий уровень освоения программы – 80-100% освоения программы.

**Уровни образовательных результатов обучающегося и их критерии:****Низкий**

- выполняет заданный ритмический рисунок с ошибками;
- не взаимодействует с партнером;
- не обращает внимания на качество своей работы;
- легко выполняет задания только после показа педагога или других участников творческого процесса;
- не внимателен к партнеру;
- не владеет правилами движения в зале.

**Средний**

- не всегда уверенно выполняет задания тренинга движения (зависит от сложности задания);

- проявляет упорство в достижении положительного результата, однако недостаточно терпелив и трудолюбив в качественном выполнении заданных упражнений;
- проявляет интерес к видео материалу;
- творчески подходит к выполнению заданий;
- самооценку и самоконтроль проявляет эпизодически;
- взаимодействует с членами творческой группы и всего коллектива;
- владеет правилами движения в зале.

#### ***Высокий***

- уверенно держится в танцевальном зале,
- проявляет интерес к самостоятельному поиску видео материала, изучению истории бального танца;
- проявляет лидерские качества;
- способен к импровизации;
- упорен в достижении положительного качественного результата, самоконтроль и самооценка постоянны;
- легко взаимодействует с членами группы;
- уверенно владеет правилами движения в зале.

## Программа воспитания

**Цель воспитания** – создание условий для воспитания гармонично развитой и социально ответственной личности, Человека и Гражданина, умеющего адаптироваться в современном мире, способного найти своё место в нём, самостоятельно принимать решения, выражать своё мнение, творчески мыслить на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций

### Задачи:

1. воспитание положительных морально-волевых качеств: смелости, дисциплинированности, честности, трудолюбия, самостоятельности, самосохранения, само и взаимопомощи;
2. формирование доброжелательного отношения к товарищам, уважительного отношения к результатам своих достижений и достижениям других;
3. формирование духовно-нравственных качеств социально активной личности, воспитание трудолюбия, инициативности и настойчивости в преодолении трудностей;
4. самовоспитание – сознательная деятельность, направленная на совершенствование собственной личности и здоровому образу жизни;
5. формирование готовности к преодолению трудностей в достижении новых спортивных и творческих результатов.

### Воспитательная работа включает:

1. Организация и проведение культурно-массовых мероприятий, участие в спортивных праздниках, слетах, соревнованиях, коллективный просмотр и анализ соревнований по избранному виду спорта;
2. Активное участие обучающихся в конкурсах, акция, фестивалях, приуроченных к памятным датам.

## План воспитательной работы

| №<br>п/п | Название события,<br>мероприятия | Сроки         | Форма<br>проведения                    | Практический результат и<br>информационный продукт,<br>иллюстрирующий успешное<br>достижение цели события |
|----------|----------------------------------|---------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | День народного<br>единства       | 4 ноября      | Игра-квеста                            | Фото- и видеоматериалы,<br>публикация в соцсетях                                                          |
| 2        | День матери в России             | 28<br>ноября  | Выставка<br>детского рисунка           | Фото- и видеоматериалы,<br>публикация в соцсетях                                                          |
| 3        | Новый год                        | 30<br>декабря | Чаепитие                               | Фото- и видеоматериалы,<br>публикация в соцсетях                                                          |
| 4        | День защитника<br>Отечества      | 23<br>декабря | Конкурс на<br>лучшую открытку          | Фото- и видеоматериалы,<br>публикация в соцсетях                                                          |
| 5        | Международный<br>женский день    | 8 марта       | Онлайн-<br>марафон<br>поздравлений     | Фото- и видеоматериалы,<br>публикация в соцсетях                                                          |
| 6        | Международный День<br>танца      | 29 апреля     | Выставка<br>«Танцевальные<br>фантазии» | Фото- и видеоматериалы,<br>публикация в соцсетях                                                          |
| 7        | День Победы                      | 9 мая         | Акция<br>«Георгиевская<br>ленточка»    | Фото- и видеоматериалы,<br>публикация в соцсетях                                                          |
| 8        | Посещение выставок,              | В             | Экскурсия,                             | Фото- и видеоматериалы,                                                                                   |

|   |                                                                            |              |                     |                       |
|---|----------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------|-----------------------|
| . | экскурсий, спектаклей,<br>концертов, посвященных 80-<br>летию победы в ВОВ | течение года | концерт, спектакль. | публикация в соцсетях |
|---|----------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------|-----------------------|