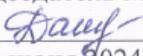


Российская Федерация  
Администрация муниципального образования "Светловский городской округ"  
**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 5**

Принята на заседании Методического  
(педагогического) Совета МБОУ СОШ № 5  
Протокол от 25.06.2024 г. № 6

Председатель Методического Совета  
 О.В. Даниленко  
«25» июня 2024 г.



Утверждена приказом директора  
МБОУ СОШ № 5  
от 26.06.2024 г. № 148

Директор МБОУ СОШ № 5  
 В.Е. Павлов  
«26» июня 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«ШКОЛЬНЫЙ ВАЛЬС»**

**Возраст обучающихся: 16-18 лет**

**Срок реализации программы: 9 месяцев**

**Автор-составитель:**  
Литвинова С.А.,  
заместитель директора  
по воспитательной работе

**гор. Светлый  
2024/2025 учебный год**

## 1. Пояснительная записка

### **Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Школьный вальс" представляет образовательный курс по хореографии и изучению вальса в выпускных классах. Среди художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, но и развивают образное мышление и фантазию.

Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слушать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку, равную сочетанию нескольких видов спорта.

Используемые в хореографии движения оказывают положительное воздействие на здоровье детей.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Ведущей идеей программы: помочь становлению творческой личности обучающихся старших классов в современном мире, позволяет ребятам избавиться от излишней стеснительности, позволяет обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций, культуру движений, представить им возможность раскрыться в ином свете перед одноклассниками, сформировать крепки и дружный коллектив.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии

### **Ключевые понятия предмета:**

Посредством хореографического искусства осуществляется процесс творческого развития личности.

Вальс. Основа вальса – кружение в паре, которое получается в результате четырех полных вальсовых поворотов.

Программа позволяет ознакомиться с историей развития танца, практически овладеть основами «Фигурного вальса», что позволит учащимся выступать на различных мероприятиях.

Коллектив – группа лиц, объединённых какой-либо общей деятельностью, работой, учёбой, решением определённой общественной задачи.

Этюд – упражнение для развития актёрской техники.

### **Направленность программы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школьный вальс» имеет художественную направленность.

### **Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы – базовый.

## **Актуальность образовательной программы**

Актуальность программы заключается в том, что, танцуя в паре, учащийся многое приобретает: вырабатывается не только коммуникабельность, взаимовыручка, умение настроиться на партнера, контроль над собой, но и культура общения в танце с партнером, с преподавателем, со зрителем. Полученное во время занятий такое «общение» пригодится в будущем, когда старшеклассники войдут в самостоятельную, взрослую жизнь.

В классах, где проходит курс изучения вальса традиционно в конце учебного года проводятся праздничные мероприятия "Последний звонок" и "Выпускной бал", венцом которых является исполнение прощального вальса.

## **Педагогическая целесообразность образовательной программы**

Педагогической целесообразностью данной программы является возможность использования познавательных и воспитательных задач, которые способствуют формированию и развитию у обучающихся творческих способностей гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей, от ведущих целей их воспитания (например, коррекционных).

Поэтому содержание программы, практический материал могут варьироваться с учетом условий ее использования.

И главное, на что должен быть нацелен педагог, это приобщение к движению под музыку всех детей — не только способных и одаренных в музыкальном и двигательном отношении, но и неловких, заторможенных, которым нужно помочь обрести чувство уверенности в своих силах путем подбора для них такого материала, в котором проявятся скрытые возможности ребенка, его "изюминка" и индивидуальность, а слабые стороны, наоборот, будут завуалированы.

Ведь доказано, что занятия движениями для детей с задержкой или патологией в развитии имеют особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов (исследования Н.А.Бернштейна, И.М.Сеченова, В.М.Бехтерева, методика М.Фильденкрайза и др.).

В то же время, движение под музыку является для ребенка и одним из самых привлекательных видов деятельности, игрой, возможностью выразить эмоции, реализовать свою энергию, поэтому оно в целом сказывается благотворно на его состоянии и воспитании.

Программа обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, 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.

Каждый ребенок получает возможность раскрыть свой талант, проявить свои индивидуальные способности, почувствовать ситуацию успеха, ощутить себя на сцене настоящим артистом.

### **Практическая значимость образовательной программы**

Танец, как никакой другой вид искусства, способствует всестороннему развитию ребёнка, т.к. затрагивает все стороны воспитания:

- умственное - знания по основам хореографии, музыкальные знания, основы здорового образа жизни, эстетика и этика, история танца и т.д.;
- эстетическое - как познания прекрасного в окружающем мире, во взаимоотношениях людей, в произведениях искусства, оно направлено на развитие способностей «творить по законам красоты»;
- физическое - способствует формированию здорового, оптимистически настроенного человека, выработке таких качеств, как выносливость, настойчивость в преодолении физических трудностей, дисциплинированность, инициатива и т.д.

Красота здорового человеческого тела, частично созданного самим танцором, красота музыки, ритмов, красота образов, как пластических, так и духовных, красота человеческих отношений и мироощущений.

Всё это могло выразиться в танце. И чем больше положительного танцор несёт в себе, тем проще и доступней ему поделиться эмоциями со зрителем посредством пластики.

### **Принципы отбора содержания образовательной программы**

В этом качестве программа обеспечивает реализацию следующих принципов:

**принцип сознательности и активности**, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

**принцип наглядности**, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов (личная демонстрация приемов, видео - и фотоматериалы, словесное описание нового приема со ссылкой на ранее изученные);

**принцип систематичности**, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и изучение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся;

**принцип гуманистической направленности обучения**, поддерживающий субъектно-субъектный характер в отношении взаимодействия, устанавливающий равноправное партнерство между всеми участниками образовательной деятельности;

**принцип личностной самооценки и опережающего обучения**, который рассматривает каждого субъекта образовательного процесса как индивидуальность;

**принцип личностно-значимой деятельности**, предполагающий участие учащихся в различных формах учебной деятельности в соответствии с личностными смыслами и жизненными установками;

**принцип индивидуальности** – учет возрастных особенностей, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка;

**принцип постепенного повышения требований** – постепенная постановка и выполнение ребенком более трудных заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузки. Последовательность, регулярность, чередование нагрузок с отдыхом;

**принцип креативности** предполагает развитие и активизацию творческих способностей - каждого ребенка;

**принцип вариативности и свободы выбора** необходим для самореализации личности;

**принцип эмоциональной насыщенности.** Занятия искусством дают основу для создания среды, богатой ценностным общением, стимулируют положительные эмоции, благоприятно влияющие на физическое и душевное здоровье обучающихся и побуждающие ребенка к дальнейшему развитию;

**принцип индивидуализации** имеет значение для осуществления личностно-ориентированного подхода в процессе эстетического воспитания и творческого развития личности обучающихся;

**принцип диалогичности** предусматривает овладение детьми языком искусств, не просто усвоение предлагаемого материала, а познание мира через активный диалог с ним;

**Принцип интеграции** основан на взаимопроникновении специфического языка одного искусства в другой.

### **Отличительные особенности программы.**

Данная программа сориентирована на работу с учащимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Программа содержит вариативный подход, который формирует у участников образовательного процесса самостоятельность в работе через участие в проектной деятельности и коллективной творческой деятельности.

**Цель программы:** ознакомление с историей развития этого танца и овладение учащимися основ школьного вальса.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- Обеспечение каждому воспитаннику комфортной, эмоциональной среды обучения;
- Развитие познавательных интересов и творческого потенциала учащихся;
- Овладение основами хореографического мастерства;
- Организация постановочной работы и концертной деятельности;

- Формирование у учащихся ориентации на творческие успехи и достижения.

***Развивающие:***

- Обучение детей приемам самоконтроля и взаимоконтроля (самостоятельная и коллективная работа);
- Повышение мотивации учащихся на творческую деятельность.

***Воспитательные:***

- Развитие-коммуникативных возможностей детей, их самостоятельность в общении;
- Ориентация на общечеловеческие ценности;
- Адаптация в современном обществе на основе общей культуры, знаний, умений и навыков.

**Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Программа предполагает освоение азов школьного вальса, знакомство со всеми видами вальса, изучение танцевальных элементов, исполнение вальса как средство воспитания способностей к танцевально музыкальной импровизации.

В программу включены упражнения и движения классического и бального танцев, доступные детям, обеспечивающие формирование осанки учащихся, правильную постановку корпуса, рук, ног, головы, развивающие физические данные, координацию движений, тренирующие дыхание, воспитывающие эмоции, вырабатывающие навык ориентации в пространстве.

Занятия хореографией расширяют познавательные возможности учащихся в области истории, географии, литературы, музыки, фольклора, физической подготовки.

**Особенности организации образовательного процесса**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в 14-18 лет. Набор детей в объединение – свободный, с согласия родителей или личным согласием при исполнении 14 лет. Состав группы 12-30 человек, свободный, которая формируется из обучающихся 9-11 классов.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Эта технология направлена на «погружение» участников объединения в процесс поиска, познания и самопознания.

**Формы обучения по образовательной программе**

Форма обучения – очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

## **Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 9 месяцев.

**Направленность программы:** предлагаемая программа имеет художественно - эстетическую направленность, которая является важным направлением в развитии и воспитании детей.

### **Основные методы обучения**

Методы обучения, используемые в реализации данной программы:

**Словесный:** рассказ, объяснение, пояснение о характере танца и средствах передачи выразительности его образов; объяснение, напоминание – в тренинге; оценка исполнения.

**Наглядный:** показ, демонстрация видео, фото материалов.

**Практический:** упражнения воспроизводящие, тренировочные и т.д.

**Эвристический:** творческие задания импровизационного характера, этюды, самостоятельные постановки.

**Метод индивидуальный подход к каждому ребенку,** при котором, поощряется самобытность, проявление индивидуальности, свобода самовыражения, приветствуется нестандартные подходы к решению творческих задач.

### **Ценностными ориентирами содержания программы являются:**

- Продуктивное развитие способности эстетического постижения искусства, как умение вступать в особую форму духовного общения с эстетически преображенным и этически содержательным миром человеческих чувств и эмоций.

- Направленность на формирование образного мышления как важнейшего фактора художественного освоения. Именно образное мышление оптимизирует у ребенка понимание эстетической многомерности окружающей действительности.

- Развитие навыков художественного общения как основы целостного восприятия искусства.

- Создание нравственно-эстетических ситуаций как важнейшее условие для возникновения эмоционально-творческого переживания.

- Воспитание навыков импровизации как основа для формирования художественно-самобытного отношения к окружающему миру.

### **Особенности реализации программы:**

Программа состоит из разделов, соответствующих возрастным особенностям школьников, учитывающих динамику развития ребенка.

Построение хореографического занятия, как и любого учебного занятия, подчиняется таким условиям, как:

- сохранение структуры занятия в целом;
- соотношение соразмерной длительности его отдельных частей;
- правильное составление заданий;
- выдерживание динамичного темпа;
- создание деловой атмосферы;

### **Специфические правила построения хореографического занятия:**

1. Хореографическое занятие начинается с чёткой организации – приветствия педагогу в форме поклона. Такое начало занятия не дань традиции, не простая формальность, а ввод в учебное действие, концентрация внимания.

2. Все учебные задания предлагаются обучающимся без повторного объяснения, кроме новых изучаемых движений, что однозначно способствует лучшей работе внимания. Следовательно, надо позаботиться о том, чтобы предлагаемое задание было составлено грамотно и не перегружало внимание обучающегося с учётом его возраста и подготовленности.

3. Все упражнения начинаются с *préparation*, который вводит в ритм и характер музыки и даёт исходное положение для начала упражнения, а также фиксирует окончание каждого упражнения, т.е. ставить исполнительскую точку.

4. Равномерно распределяется физическая нагрузка в течение всего занятия, соотносятся статические и динамические нагрузки.

5. Чередуются работа различных групп мышц и соотносится темп выполнения отдельных заданий.

### **Планируемые результаты освоения программы**

Увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной систем. На занятиях танцами обучающиеся учатся сознательно распоряжаться своим телом, понимать каждое движение танца в его простейших элементах и сложной координации, различать ритмы музыки и согласовывать свои движения с музыкой.

Обучающиеся должны не только научиться определенным приемам, связкам движений, но и уметь самостоятельно видоизменять, группировать фигуры и составлять свой танец, выражая свои чувства, эмоции и понимание музыки.

#### ***Личностные результаты:***

- о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;
- правила поведения на занятиях, в игровом творческом процессе;
- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению;
- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели;
- соблюдать правила поведения в танцевальном классе и дисциплину;
- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.);
- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.

### ***Метапредметные результаты:***

- знать о ценностном отношении к искусству танца, как к культурному наследию народа;
- иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей;
- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности
- способность выполнения музыкально ритмических движений, танцевальных упражнений для получения эстетического удовлетворения, для укрепления собственного здоровья.

### ***Предметные:***

- необходимые сведения о многообразии танцев особенностях танцев народов мира, народных танцев;
- танцевальной азбуке, танцевальных позициях, элементы музыкальной грамоты;
- работать с танцевальными движениями: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, гармошечка, ёлочка;
- импровизировать;
- работать в группе, в коллективе;
- выступать перед публикой, зрителями;
- самостоятельно выбирать, организовывать небольшой творческий проект;
- иметь первоначальный опыт самореализации в различных видах творческой деятельности, формирования потребности и умения выражать себя в доступных видах творчества, игре и использовать накопленные знания.

В результате изучения курса «Школьный вальс» учащиеся должны знать:

- основные понятия, терминологию бального танца;
- структуру Фигурного вальса;
- позиции рук, ног; 3 должны уметь;
- использовать полученные знания и навыки для участия в композициях и постановках;
- предлагаемый материал: воспринимать, запоминать, применять;
- грациозно и органично двигаться, общаться с партнером;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой.

Данная программа сориентирована на работу с учащимися, независимо от наличия у них специальных физических данных, на привитие начальных навыков в изучении вальса.

## **Механизм оценивания образовательных результатов**

Оценивание результатов проходит в формате наблюдения педагога за активностью работы, вовлеченностью в деятельность, взаимоотношениями между обучающимися в процессе работы. Также, по освоению разделов и программы в целом результатом является готовый продукт, созданный и дополненный обучающимися (информационный уголок, выставка, спектакль, конкурс чтецов и иные мероприятия).

Механизм оценивания образовательных результатов включает:

### **1. Уровень теоретических знаний.**

1. *Низкий уровень.* Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

2. *Средний уровень.* Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

3. *Высокий уровень.* Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

**2. Уровень практических навыков и умений.** Работа с инструментами, техника безопасности.

- *Низкий уровень.* Требуется постоянное включение педагога в деятельность по решению поставленных задач.

- *Средний уровень.* Требуется периодическое включение педагога в деятельность обучающихся.

- *Высокий уровень.* Включенность педагога в работу учащихся не требуется.

## **Формы контроля**

***Текущая и тематическая аттестация*** – безотметочная.

Предполагается словесная объяснительная оценка качественных показателей уровня развития двигательных умений и физических качеств.

***Промежуточная и итоговая аттестация*** - зачет (усв./неусв.)

Курс считается усвоенным:

- при условии качественного выполнения 80% текущих и тематических заданий учебной деятельности обучающимся.

При пропуске занятий по уважительной причине более 50% учебного времени, учащиеся выполняют проверочное задание по одной из пропущенных тем (по выбору учителя).

**Виды проведения проверок:**

*Устная* – устный ответ на один или систему вопросов в форме рассказа, беседы, собеседования;

*Визуальная* - проверка и оценка двигательных умений и навыков, проверка и оценка уровня развития физических качеств, проверка и оценка уровня артистичности исполнения хореографических номеров;

*Комбинированная* - предполагает сочетание устного и визуального видов.

**Формы проведения проверки качества усвоения обучающимися программного материала:**

*Текущая аттестация* – поурочная оценочная деятельность результатов различных видов деятельности обучающимся;

*Тематическая аттестация* – тематическая оценочная деятельность уровня развития двигательных умений и физических качеств, качества усвоения программного материала;

*Промежуточная аттестация* – зачет на основании текущей и тематической аттестации.

*Итоговая аттестация* – зачет на основании промежуточной аттестации.

*Во время аттестации и контроля используются различные методы:*

- беседа;
- наблюдение;
- анализ видов деятельности обучающегося;
- устные опросы;

**Критерии оценки результатов качества усвоения программного материала и учебной деятельности обучающихся:**

- полнота и правильность ответа, выполнения задания;
- самостоятельность выполнения задания;
- темп выполнения задания;
- владение навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок;
- активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной;
- уровень развития физических качеств и двигательных умений: выносливость, координация, гибкость, правильная постановка корпуса, растяжка;
- владение техникой упражнений, умение воспринимать музыку и выражать свое отношение к музыкальному произведению;
- умение импровизировать под определенную музыку;
- использование музыкальных образов при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций, - распознавать характер танцевальной музыки.

Диагностика результативности обучения по данной программе осуществляется через участие обучающихся в открытых показах для родителей, концертных программах, конкурсах, фестивалях.

**Показателями качества обучения образования являются:**

- уровень познавательной мотивации образовательной деятельности обучающихся (измеряется результатами промежуточной и итоговой аттестации);

- активность участия в конкурсах, фестивалях различного уровня;
- активность участия обучающихся в концертах, внешкольных мероприятиях учреждения;
- положительная динамика достижений обучающегося в соответствии с его способностями и познавательными интересами: положительная динамика показателей количества победителей и призёров в различных конкурсах, фестивалях в объединениях.

В качестве мотивации и стимулирования воспитанников, направленной на раскрытие творческих и интеллектуальных возможностей и способностей служат социальные мотивы, которые порождают различные виды деятельности, направленные на то, чтобы занять определённое место в обществе, получить признание и уважение со стороны окружающих (публичные выступления), и духовные мотивы, которые связаны с самосовершенствованием человека (разучивание новых танцев, композиций).

### **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы**

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школьный вальс» обеспечивается за счет:

- соответствия программы возрастным особенностям обучающихся;
- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- комфортной развивающей образовательной среды;
- качественного состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного материала.

### **Материально-техническое обеспечение**

Для занятий в образовательном учреждении выделяется помещение (актовый зал), отвечающее санитарно-гигиеническим требованиям: сухое, светлое, с естественным доступом воздуха. Общее освещение зала обеспечено люминесцентными лампами, которые наиболее близки к естественному освещению.

В актовом зале обучающийся должен заниматься в сменной обуви с мягкой плоской подошвой (балетки) на уроках классического танца и в жесткой специализированной обуви (туфли танцевальные).

Обувь должна хорошо держаться на ноге и позволять выполнять различные танцевальные движения.

Форма одежды: должна быть без жестких или мешающих элементов, не иметь широких карманов и выступающих накладных деталей, позволяющая свободно выполнять движения; внешний вид одежды должен быть чистым и опрятным.

Обучающийся должны приходить в танцевальный зал аккуратно причёсанными, с гладко убранными волосами.

**Оборудование:**

- компьютер;
- аудиосистема (музыкальные колонки);
- микрофоны;
- музыкальная фонотека.
- методические пособия по всем разделам хореографической деятельности;
- коврики.

**Кадровые условия реализации программы**

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

**Оценочные материалы**

Оценочная система складывается из наблюдений педагога за работой каждого обучающегося, уровнем вовлеченности в деятельности, из рефлексии обучающихся, обратной связи как детей, так и родителей, а также, из результатов творческих работ как каждого обучающегося отдельно, так и театрального коллектива группы в целом.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		теория	практика	всего	
1.	<b>Раздел № 1. Вводное занятие.</b> <b>Тема № 1.</b> Знакомство с программой. Инструктажи по технике безопасности, правила поведения в учреждении.	4	-	4	Опрос Беседа
2	<b>Раздел №2 Школьный вальс.</b> <b>Тема № 1.</b> История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$ . Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца.	4		4	Опрос Беседа
3.	<b>Тема № 2.</b> Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка. Разогрев.		4	4	Показ
4.	<b>Тема № 3.</b> Разучивание техники танцевального комплекса.		4	4	Демонстрация Показ
5.	<b>Тема № 4</b> Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой.	2	4	6	Демонстрация Показ
6.	<b>Тема № 5</b> Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее).	2	4	6	Демонстрация Показ
7.	<b>Тема № 6</b> Вальсовая дорожка (променад). Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко».	2	4	6	Демонстрация Показ
8.	<b>Тема № 7</b> Движение партнерши вокруг партнёра стоящего на одном колене. Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти.	2	4	6	Демонстрация Показ
9.	<b>Тема № 8</b> Шаги вальса по кругу.	2	4	6	Демонстрация Показ
10.	<b>Тема № 9</b> Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти. Маленький квадрат в паре. Большой квадрат в паре.	2	4	6	Демонстрация над техникой

11.	<b>Тема № 10</b> Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом.	2	4	6	Демонстрация работа над техникой
12.	<b>Тема № 11</b> Движения в паре с поворотом (венский вальс). «Окошко» и смена мест. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой.	2	4	6	Демонстрация работа над техникой
13.	Показательный урок.		4	4	Оценочное занятие
	<b>Итого:</b>	<b>28</b>	<b>44</b>	<b>72</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

### Раздел 1. Вводное занятие.

**Тема № 1.** Знакомство с программой.

Инструктажи по технике безопасности, правила поведения в учреждении.

### Раздел № 2. Школьный вальс.

**Тема № 1:** История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер  $\frac{3}{4}$ . Прослушивание различных видов вальса. Позиции ног и рук. Линия танца.

**Теория:** Вальс – это парный танец, основанный на плавном кружении в сочетании с поступательным движением. Вальс (фр. valse) — общее название бальных и народных танцев музыкального размера  $\frac{3}{4}$ , исполняется преимущественно в закрытой позиции. Наиболее распространена фигура в вальсе — полный оборот в два такта с тремя шагами в каждом. Впервые вальс стал популярен в Вене в 80-х годах XVIII века и исполнялся в основном на балах.

#### **Тема № 2:**

Вспомогательно - тренировочные упражнения.

Разминка. Разогрев.

**Теория:** Вводные упражнения даются в начале урока и нацелены на подготовку двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогревание мышц и активизацию их восприимчивости. Независимо от выбранного комплекса, для каждого занятия подбираются группы упражнений для всех частей тела: для рук, ног, мышечных групп живота, спины – различные приседания, наклоны, перегибания, вращательные движения для отдельных суставов и частей тела.

Вторая задача этих упражнений – активизация дыхания. Педагог должен с самого первого занятия обращать внимание учеников на правильность дыхания при выполнении физических упражнений. Вдох на расслаблении, выдох на момент напряжения. Предлагается чередовать или объединять вспомогательно -тренировочные движения:

- статистическая гимнастика (упражнения, выполняемые в основном без перемещения по залу);
- динамическая гимнастика (упражнения, выполняемые с перемещением по залу);
- тренировочные элементы джаз - танца для мышечного напряжения и расслабления.

**Практика:** Работа на середине зала.

### **Тема № 3:**

Разучивание техники танцевального комплекса.

**Теория:** Для учащихся, не имеющих хореографической подготовки и не знакомых с терминологией, предлагаются элементарные понятия по предмету бальный танец. Знакомят с принятыми сокращениями, основными позициями ног в вальсе, позициями рук, положениями в паре. Изучают поклон и реверанс. Даются рекомендации начинающим.

**Практика:** Работа на середине зала, в парах, по диагонали, по кругу. Индивидуальная помощь обучающемуся.

### **Тема № 4:**

Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой.

**Теория:** Подготовить обучающихся к изучению танца школьный вальс, поэтапно изучить основные положения в паре и движения рук, технику подготовительных и основных движений, а также научить обучающихся составлять из основных вальсовых движений - вальсовые фигуры, а уже потом простейшие композиции.

**Практика:** Работа на середине зала, в парах, по диагонали, по кругу.

Индивидуальная помощь обучающимся.

### **Тема № 5:**

Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее).

**Теория:** Подготовить обучающихся к изучению танца школьный вальс, поэтапно изучить основные положения в паре и движения рук, технику подготовительных и основных движений, а также научить обучающихся составлять из основных вальсовых движений - вальсовые фигуры, а уже потом простейшие композиции.

**Практика:** Работа на середине зала, в парах, по диагонали, по кругу. Индивидуальная помощь обучающимся.

### **Тема № 6:**

Вальсовая дорожка (променад). Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко».

**Теория:** Нелегко дается и соблюдение точности поворотов относительно центру. Ошибкой является большее и меньшее вращение, что вызывает неверное И.П., и обучающимся сбиваются, теряют ориентир. Поэтому

необходимо добиваться, чтобы каждый полуповорот заканчивался точно лицом или спиной к центру.

Особые трудности возникают при исполнении вальса в паре. Здесь повороты требуют абсолютной синхронности движений партнеров. Поэтому обучающимся не рекомендуется объединять в пары прежде, чем они освоят движения порознь.

**Практика:** Работа на середине зала, в парах, по диагонали, по кругу. Индивидуальная помощь обучающимся.

#### **Тема № 7:**

Движение партнерши вокруг партнёра стоящего на одном колене. Маленький квадрат в паре, удерживая руки под локти. Большой квадрат в паре, удерживая руки под локти. Маленький квадрат в паре. Большой квадрат в паре.

**Теория:** Нелегко дается и соблюдение точности поворотов относительно центру. Ошибкой является большее и меньшее вращение, что вызывает неверное И.П., и обучающимся сбиваются, теряют ориентир. Поэтому необходимо добиваться, чтобы каждый полуповорот заканчивался точно лицом или спиной к центру.

Особые трудности возникают при исполнении вальса в паре. Здесь повороты требуют абсолютной синхронности движений партнеров. Поэтому обучающимся не рекомендуется объединять в пары прежде, чем они освоят движения порознь.

**Практика:** Работа на середине зала, в парах, по диагонали, по кругу. Индивидуальная помощь обучающимся.

#### **Тема № 8:**

Шаги вальса по кругу.

**Теория:** Шаги исполняются полувыворотной, с носка на всю ступню при движении вперед. В исходных позициях колени выпрямлены, но не напряжены. В приседании и в положении у щиколотки колени следует отводить в стороны в выворотное положение. Ступня во всех случаях вытягивается. Необходимо соблюдать выворотное положение ног как в опоре, так и в свободном положении. Во время движений корпус во всех положениях строго подтянут. Следует избегать вычурных изгибов и манерности. Переводы рук исполняются четко через округленные позиции, близкие к позициям классического танца. Отношение партнера к партнерше должно быть подчеркнуто внимательным.

**Практика:** Работа на середине зала, в парах, по диагонали, по кругу. Индивидуальная помощь обучающимся.

#### **Тема № 9:**

Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом.

**Теория:** Шаги исполняются полувыворотной, с носка на всю ступню при движении вперед. В исходных позициях колени выпрямлены, но не напряжены. В приседании и в положении у щиколотки

колени следует отводить в стороны в выворотное положение. Ступня во всех случаях вытягивается. Необходимо соблюдать выворотное положение ног как в опоре, так и в свободном положении. Во время движений корпус во всех положениях строго подтянут. Следует избегать вычурных изгибов и манерности. Переводы рук исполняются четко через округленные позиции, близкие к позициям классического танца. Отношение партнера к партнерше должно быть подчеркнуто внимательным.

**Практика:** Работа на середине зала, в парах, по диагонали, по кругу. Индивидуальная помощь обучающимся.

#### **Тема № 10:**

Движения в паре с поворотом (венский вальс). «Окошко» и смена мест. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой.

**Теория:** Шаги исполняются полувыворотно, с носка на всю ступню при движении вперед. В исходных позициях колени выпрямлены, но не напряжены. В приседании и в положении у щиколотки колени следует отводить в стороны в выворотное положение. Ступня во всех случаях вытягивается. Необходимо соблюдать выворотное положение ног как в опоре, так и в свободном положении. Во время движений корпус во всех положениях строго подтянут. Следует избегать вычурных изгибов и манерности. Переводы рук исполняются четко через округленные позиции, близкие к позициям классического танца. Отношение партнера к партнерше должно быть подчеркнуто внимательным.

**Практика:** Работа на середине зала, в парах, по диагонали, по кругу. Индивидуальная помощь обучающимся.

#### **Оценка.**

**Тема № 11 :** Показательные выступления. Курс считается усвоенным: - при условии качественного выполнения 80% текущих и тематических заданий учебной деятельности учащимися.

*Формой подведения итогов считать:* выступление на школьном мероприятии «Последний звонок», торжественных и тематических линейках.

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Школьный вальс»
1.	Начало учебного года	1 сентября
2.	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Количество часов	72 часа
6.	Окончание учебного года	31 мая
7.	Период реализации программы	04.09.2024-31.05.2025

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- гражданско-патриотическое;
- нравственное и духовное воспитание;
- воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- интеллектуальное воспитание;
- здоровьесберегающее воспитание;
- правовое воспитание и культура безопасности;
- воспитание семейных ценностей;
- формирование коммуникативной культуры;
- экологическое воспитание.

**Цель** – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков.

**Используемые формы воспитательной работы:** викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

**Планируемый результат:** повышение мотивации к театральному искусству и личностному развитию; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

**Гражданско-патриотическое** - формирование основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества.

**Нравственное и духовное воспитание** – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

**Воспитание положительного отношения к труду и творчеству** – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

**Интеллектуальное воспитание** – оказание помощи в развитии в себе способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни.

**Здоровьесберегающее воспитание** – демонстрация значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах.

**Социокультурное и медиакультурное воспитание** – формирование у обучающихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

**Правовое воспитание и культура безопасности** – формирования у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.

**Воспитание семейных ценностей** – формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

**Формирование коммуникативной культуры** – формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

**Экологическое воспитание** – воспитание у обучающихся любви к родному краю как к своей малой Родине.

**Художественно-эстетическое воспитание** – обогащение чувственного, эмоционально-ценностного, эстетического опыта обучающихся; развитие художественно-образного мышления, способностей к творчеству.

## КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности в актовом зале школы, правила поведения на занятиях в актовом зале	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Тренинг на командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4.	Работа над творческими заданиями внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май
5.	Участие в мероприятиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6.	Беседа о празднике «День танца»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 Марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Беседа о празднике «Последний звонок»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Май
9.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Май

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области".

### Для педагога

2. «Учимся танцевать вальс». Мн.: ООО «Попурри», 2002. – 32 с.: ил. – Серия «Учимся танцевать»).
2. В.М. Стриганов и В.И. Уральская. «Современный бальный танец». Пособие для студентов институтов культуры, учащихся культурно-просветительских училищ и руководителей коллективов бального танца. М., «Просвещение», 1998.
3. Пол Боттомер. Танец современный и классический (латиноамериканские и европейские танцы). М., «Эксмо», 2006.
4. <http://ballroom-dances.ru/page/balnyj-tanec-literatura>

5. <https://2dip.su/%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%BE%D0%BA%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B/%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D1%81/>

### Для обучающегося

1. Зинаида Роот: «Танцы для детей. Польки, вальсы, хороводы»  
Подробнее: <https://www.labirint.ru/books/659040/>
2. Музыкально ритмические движения в танце. Звуковой учебник танца. Выпуск №6. Вальс, элементы танца.
3. <http://ballroom-dances.ru/page/malenkij-vals-dlua-detej>
4. <http://ballroom-dances.ru/page/tancevalnyj-shag>

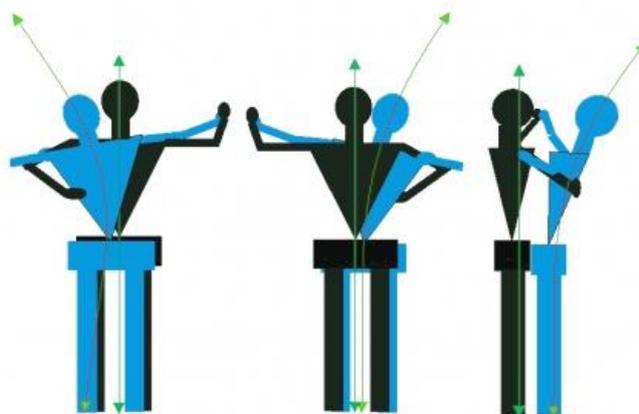
## Приложения к программе

### Приложение 1

#### Стойка в вальсе

Прежде чем начинать танцевать, надо научиться правильно стоять в вальсе.

Исходная позиция следующая: танцоры стоят близко друг к другу, наиболее тесно прижимаясь корпусом в области живота. Спину оба партнера держат максимально прямо, подбородок приподнят. При этом верхняя часть тела партнерши должна быть прогнута назад. Танцоры расположены не ровно напротив друг друга — партнерша стоит со смещением вправо.



Партнер придерживает партнершу за спину, кладя правую руку под ее левую лопатку — именно придерживает, а не тянет к себе. Партнерша при этом кладет левую руку чуть ниже правого плеча партнера. Левая рука партнера находится на уровне плеча и держит кисть партнерши.

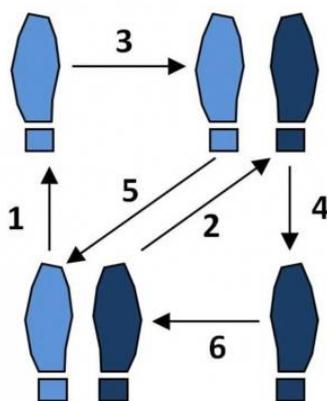
Головы обоих танцующих повернуты влево, взгляд направлен через правое плечо своего визави.

#### Основной шаг вальса

Позиция ног, с которой танцоры начинают танцевать — шестая, то есть носки и пятки параллельно сведены вместе. Для данного танца характерен приставной шаг, когда одна нога следует за второй и осуществляется легкое скольжение по паркету. Не забывайте, что все движения в вальсе плавные, преисполненные благородства и изящества.

Основное базовое движение — это вальсовый квадрат, который танцоры словно бы рисуют на полу. Выполняется он следующим образом.

На «раз» ведущий партнер шагает вперед с левой ноги, немного согнув колени, и в конце слегка приподнимается, на полупальцы. На «два» шагает вправо, с точно таким же противодействием и подъемом на полупальцы. На «три» левая нога, все так же на полупальцах, приставляется к правой и опускается на всю ступню целиком в самом конце такта.

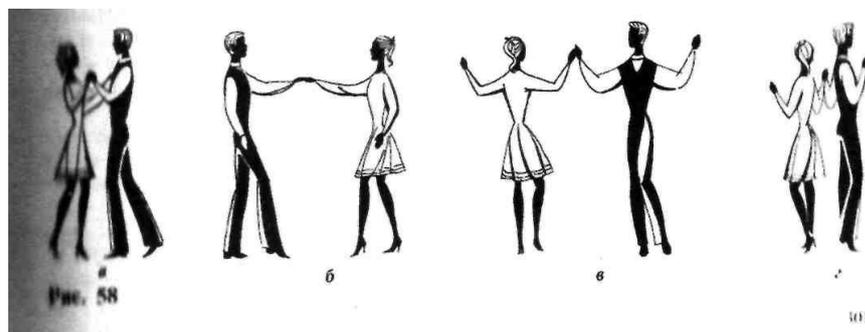


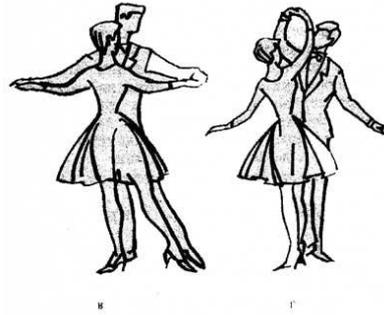
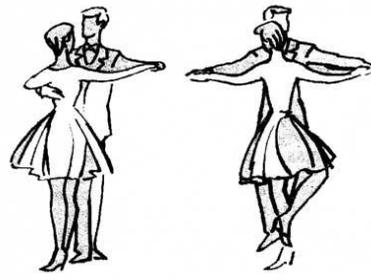
Партнерша совершает точно такие же движения, однако в их зеркальном отображении: в направлении назад и влево, с правой ноги, приставляя ее к левой.

Второе движение точно такое же, только с изменением положения ног — партнер шагает назад с правой ноги, приставляя ее к левой, а партнерша шагает вперед с левой ноги, приставляя ее к правой. Вот так мы и «нарисовали» квадрат.

По похожему принципу выполняется фигура под названием «перемена», которая также выполняется на тройной счет: танцующие стоят по диагонали к центру; партнер ставит вперед правую ногу, отставляет влево левую ногу на носок и приставляет к ней правую с носка на каблук. Партнерша, в свою очередь, ставит назад левую ногу, переносит правую ногу вправо и ставит рядом левую.

### Работа в парах.





## **Техника безопасности на занятиях по хореографии.**

### **1. Требования безопасности перед началом работы**

1.1. К занятию по хореографии допускаются обучающиеся, имеющие разрешение медицинского работника и прошедшие инструктаж по технике безопасности, систематически проводимый преподавателем перед началом занятия.

1.2. Педагог должен подготовить помещение, где проводятся занятия: проветрить, проверить исправность оборудования и аппаратуры, проверить достаточность освещения.

1.3. Перед включением аппаратуры проверить исправность шнуров, электророзеток.

1.4. На занятиях по хореографии обучающийся должен надеть специальную форму (трико, купальник), Форма должна быть без жестких или мешающих элементов, не иметь широких карманов и выступающих накладных деталей, позволяющая свободно выполнять движения; внешний вид одежды должен быть чистым и опрятным.

1.5 В хореографическом зале обучающийся должен заниматься в сменной обуви с мягкой плоской подошвой (балетки) на уроках классического танца и в жесткой специализированной обуви (сапоги, туфли танцевальные) на уроках народно-сценического танца. Обувь должна хорошо держаться на ноге и позволять выполнять различные танцевальные движения.

1.6. Обучающийся должны приходить в танцевальный зал аккуратно причёсанными, с гладко убранными волосами.

1.7. Бережно относиться к оборудованию зала, поддерживать чистоту и порядок в раздевалках.

1.8. В случае опоздания или прихода раньше на занятие, в танцевальный зал входить только с разрешения педагога.

1.9. В случае пропуска занятия заранее предупредить педагога и сообщить о причине.

1.10. Обучающийся старших классов не использовать туалетную воду, духи с резким запахом и пачкающую косметику.

1.11. В хореографическом классе должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочным средствами для оказания первой медицинской помощи при травмах.

### **2. Техника безопасности во время работы**

2.1. Содержать помещение для занятий в чистоте, не допускать загромождения входов-выходов посторонними предметами.

2.2. Без разрешения педагога не включать аудиоаппаратуру.

2.3. Использовать электророзетки только по назначению.

- 2.4. О неисправностях аппаратуры сообщать педагогу.
- 2.5. Запрещается самостоятельно устранять неполадки.
- 2.6. Бережно и аккуратно обращаться с реквизитом и сценическими костюмами.
- 2.7. В случае недомогания обучающийся должен обратиться к педагогу, затем к медицинскому работнику.
- 2.8. Перед началом занятия снимать с себя часы, цепочки, кольца, браслеты, большие сережки и другие жесткие и мешающие предметы
- 2.9. При проведении занятия соблюдать правила поведения, дисциплину, вести себя так, чтобы в зале царилла благоприятная и гармоничная атмосфера взаимного уважения. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.
- 2.10. Обучающийся обязан качественно выполнять разминочную часть занятия и элементы движений, подготавливающие тело к не травмированному правильному исполнению танца. Перед концертным выступлением обучающийся должны провести разогрев самостоятельно.
- 2.11. При исполнении движений потоком (один за другим) необходимо соблюдать достаточные интервалы, избегать столкновений, толчков и ударов.
- 2.12. Не выполнять без страховки и без разрешения преподавателя сложные элементы и движения.
- 2.13. Не стоять близко к станку, зеркалам и друг к другу при выполнении движений.
- 2.14. Сидеть во время занятий нельзя, только с разрешения преподавателя.
- 2.15. Когда преподаватель показывает или объясняет движение во время занятий, необходимо стоять, молча и внимательно слушать его.
- 2.16. Разговоры на занятиях должны быть сведены к минимуму
- 2.17. Обучающийся обязан соблюдать гигиену, должен ценить своё здоровье и здоровье окружающих, быть приверженцем здорового образа жизни.

### **3. Запрещается во время занятия:**

- 3.1. Употреблять пищу и жевать жевательные резинки,
- 3.2. Отвлекаться и отвлекать других во время выполнения упражнения,
- 3.3. Перебегать от одного места занятий к другому без разрешения преподавателя.
- 3.4. Трогать музыкальную аппаратуру без разрешения преподавателя.
- 3.5. Садиться и виснуть на балетных станках.
- 3.6. Запрещается подходить и играть на фортепиано во избежание травм крышкой.
- 3.7. Запрещается сидеть на подоконниках, самостоятельно открывать и закрывать окна.
- 3.8. Опирается, облакачиваться, ударять: зеркала, оконные стекла и другие травмоопасные предметы.

3.9. Запрещается кричать и громко разговаривать.

После занятий в хореографическом зале необходимо тщательно мыть руки с мылом. При появлении во время занятий боли в руках или ногах, покраснения кожи прекратите занятия и обратитесь за советом и помощью к врачу, медицинской сестре.

### **Требования безопасности при аварийных ситуациях**

4.1. В случае возникновения аварийных ситуаций сообщить руководству, принять меры к эвакуации обучающихся.

4.2. При прекращении электроэнергии сообщить педагогу, который должен отключить аппаратуру из сети (розетки) и всем покинуть помещение.

4.3. При затоплении помещения, при возникновении пожара сообщить педагогу, который должен отключить электроприборы из сети, покинуть помещение.

4.4. В случае возгорания аппаратуры сообщить педагогу, что бы он отключил ее из электросети.

4.5. При получении травмы во время занятия, пострадавший или очевидец случившегося обязан немедленно сообщить об этом педагогу для принятия неотложных мер по оказанию первой помощи.

### **Требования безопасности по окончании работы.**

5.1. Проветрить кабинет.

5.2. Выключить электроприборы.

5.3. Выключить электроосвещение, закрыть кабинет на ключ.

5.4. Обо всех недостатках, отмеченных во время работы, сообщить руководству.

В случае невыполнения или нарушения правил техники безопасности обучающемуся делается замечание и с ним проводится повторный инструктаж. При злостном нарушении техники безопасности обучающийся может быть отчислен из состава обучающихся танцевального объединения.