



АДМИНИСТРАЦИЯ ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная
школа № 16 Василеостровского района Санкт-Петербурга
199397, Санкт-Петербург, Наличная улица, дом. 44, корп. 5, литера А
Тел/факс(812)498-81-66 E-mail: sch16spb@yandex.ru

«Принято»

Педагогическим советом
ГБОУ СОШ № 16
Протокол № 4 от 17.05.2021

«Утверждаю»

Директор ГБОУ № 16
Приказ № 129-у от 22.05.2021

_____ М. В. Терновская

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«КАДЕТСКИЙ ВАЛЬС »**

Возраст учащихся: 12 – 14 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы
педагог дополнительного образования,

Лямина Ольга Павловна

Санкт-Петербург
2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 N 373 (ред. от 31.12.2015), приказами от 26.11.2010 N 1241, от 22.09.2011 N 2357, от 18.12.2012 N 1060, от 29.12.2014 N 1643, от 18.05.2015 N 507, от 31.12.2015 N 1576);

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196;

- Приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» // Протокол от 30.11.2016 №11 Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам;

- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р;

- Концепции развития дополнительного образования детей в Российской Федерации // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 №1726-р;

- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (раздел X. Гигиенические требования к режиму образовательной деятельности).

Особенности реализации программы с применением электронного обучения разработаны в соответствии с нормативными документами, регламентирующими применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий образовательными организациями, а именно:

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Письмом Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных

образовательных технологий»);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 сентября 2010 г. №116 «Об утверждении СанПиН 2.2.2/2.4.2732-10 «Изменение №3 к СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы»;

- Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 в статье 16 «Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

Актуальность программы.

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российской системы образования предусматривает широкое распространение курсов хореографии в общеобразовательных школах в форме повышения квалификации. Бальные танцы являются одним из основных элементов образовательной программы кадетского класса.

Занятия хореографией не только способствуют физическому развитию, они способствуют организованности и дисциплине детей, положительно влияют на развитие художественного вкуса детей, на рост их общих знаний и поведенческой культуры и, прежде всего, помогают в формировании образовательных навыков всесторонне развитую, творческую и эстетически образованную личность.

Программа позволят познакомиться с историей развития танца, практически овладеть азами «фигурного вальса», которые обучающие будут использовать для выступления на различных мероприятиях.

Уроки танцев тренируют правильную осанку, улучшают координацию движений, обучают основам этикета и грамотному поведению в обществе.

Групповая работа учеников в классе позволяет детям уменьшить излишнюю застенчивость, позволяет эмоционально разгрузить учеников, способствует развитию эмоций, культуры движения, дает возможность показать себя в благоприятном свете перед товарищами и сформировать сильный и дружный коллектив.

Программа рассчитана на 36 недель обучения 5 – го кадетского класса средней общеобразовательной школы № 16 Василеостровского района Санкт-Петербурга: занятия 2 раза в неделю по 2 часа.

Цель программы. Формирование личности учащегося, идейно-нравственной направленности его сознания в отношении хореографической культуры.

Задачи:

- ознакомление с историей развития «Вальса» и овладение учащимися основами вальса,
- гармонизировать развитие учащихся со специфическими средствами танцевального искусства,

расширить рамки культурно-исторического воспитания детей;

- использовать этические характеристики танца для воспитания нравственности, дисциплины, чувства долга, коллективизма и организованности;
- обеспечить эмоциональное облегчение у обучающихся;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки, укрепление мышечного корсета средствами бального танца, воспитать культуру движения.

Ожидаемые результаты реализации программы

В результате реализации программы обучающие будут знать и уметь:

- специальную лексику;
- позиции классического танца;
- базовые фигуры вальса;
- точно и выразительно исполнять основные движения вальса;
- артистично двигаться под музыку;
- взаимодействовать в паре.

Контроль освоения учебного материала обучающимися при применении дистанционных технологий

Для контроля и оценки результатов обучения, подтверждения факта проведения занятия рекомендуется использовать следующие способы дистанционного взаимодействия:

- регистрация обучающихся на электронном ресурсе (при возможности);
- размещение учебного материала в сети интернет;
- выполнение обучающимися контрольных или тестовых заданий, предъявленных педагогу в электронном виде;
- выполнение обучающимися небольших по объему творческих, проектных заданий, в том числе предполагающих коллективные формы взаимодействия через ресурсы сети Интернет, предъявленных педагогу дистанционно.

Система отслеживания и оценивания результатов

Способы оценки результативности образовательной деятельности

Критерии оценки знаний и умений

Виды работы	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
--------------------	------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------

Итоговая аттестация	Имеет замечания при исполнении; не эмоционален и не выразителен при исполнении хореографической постановки	Неуверенно исполняет движения но эмоционален и выразителен при исполнении хореографической постановки	Грамотное, выразительное и эмоциональное исполнение вальсовых движений, фигурных связок; владение танцевальной терминологией
---------------------	---	---	---

Этапы педагогического контроля

№ п/п	Срок проведения	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма подведения итогов
1.	май	Выявление умений, знаний и навыков по итогам года	Открытое занятие

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1: Техника безопасности на занятиях по хореографии. Знакомство с программой.

Раздел 2:

- История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Музыкальный размер $\frac{3}{4}$. Прослушивание различных видов вальса. Положения ног и рук. Линия танца.
- Вспомогательно - тренировочные упражнения. Разминка. Разогрев.
- Разучивание техники танцевального комплекса.
- Поклон и реверанс. Шаг вальса по линии танца. Маленький квадрат вальса с правой ноги. Большой квадрат вальса с правой ноги. Поворот партнерши под рукой.
- Положения в паре. «Лодочка» (представляет собой баланс по линии танца, а затем против нее).

Раздел 3:

- Вальсовая дорожка (променад). Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко».
- 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.
- Шаги вальса по кругу.
- Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом.

Раздел 4: Закрепление и совершенствование движений.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Основная форма обучения: музыкально-тренировочные занятия, где систематическое, целенаправленное и всестороннее обучение и развитие музыкальных и танцевальных навыков.

Занятия включают в себя переключение между различными видами деятельности: прослушивание музыки, тренировочные упражнения, элементы и движения вальса.

Учебный материал обширен, основное содержание которого составляют упражнения на развитие моторики и дидактические упражнения.

В теоретической части каждой части приводится перечень знаний, полученных в процессе обучения: язык выражения танца, музыкальная грамота, знание особенностей вальса и знание музыкальной этике.

Методические особенности обучения:

1. Тщательный подбор музыкального материала.
2. Яркий и выразительный (зеркальный) показ движений.
3. Построение упражнений от простого к сложному и от медленного к быстрому.

Одним из важнейших рабочих факторов в начале обучения является использование минимальных танцевальных элементов. Изучение небольшого количества материала позволяет качественно его усвоить. Работа учителя при изучении движений, положений или поз состоит в том, чтобы разбить их на простейшие элементы, а затем, в сумме этих частей, воссоздать образ движения и побудить детей выполнять их умело и точно. Танцевальным движениям обучают посредством практических демонстраций и устных объяснений. Излишние и подробные устные объяснения могут привести к потере внимания учащегося.

Последовательность образовательного процесса по развитию танцевального мастерства включает в себя следующие этапы:

- вводные упражнения, подготовительная подготовка тела;
- вспомогательные - тренировочные движения (разминка) даются в начале курса и направлены на подготовку опорно-двигательного аппарата к физическим нагрузкам: разогрев мышц и активация их восприимчивости;
- изучение техники танцевального комплекса;
- улучшение техники танца до степени свободного владения;
- поэтапное объединение усвоенного материала в танцевальные комбинации и танцевальные композиции.

Методическая подготовка занятий при применении электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

При организации обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий педагог может использовать различные средства обучения, специализированные ресурсы сети «Интернет» в соответствии с целями и задачами образовательной программы, её характеристиками и возрастными особенностями обучающихся.

При организации обучения следует выбрать электронные образовательные ресурсы (образовательная платформа, мессенджеры и т.д.) из перечня, утвержденного локальным актом Учреждения.

Для изучения нового материала рекомендуется использовать тексты, видеоматериалы образовательных платформ, художественные и научные фильмы, сервисы для проведения видеоуроков, online-занятия, online-консультации и др.

Для контроля и оценки результатов обучения производится отбор/изменение форм контроля освоения программы обучающимися и разработка для каждого учебного занятия контрольных заданий, тестовых материалов с учетом учебно-методического комплекса программы.

ТРЕБОВАНИЯ К УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для успешной реализации дополнительной образовательной программы необходимо:

1. Светлое, просторное помещение, оснащенное зеркалами и деревянным (специальным) настилом пола.
2. Аудиоаппаратура, фортепиано.
3. Костюмы и специальная обувь.

Реализация образовательного процесса с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Реализация программы предполагается в следующих формах обучения:

- очная и дистанционная;
- комбинированная очно – дистанционная.

При реализации дистанционного обучения педагог использует образовательную платформу ZOOM, сетевые ресурсы: SKYPE, VK.

Очно-дистанционная форма обучения реализуется через деление группы на подгруппы. Проведение занятий чередуется по подгруппам на аудиторное и внеаудиторное.

Перед переходом на дистанционное обучение педагог должен провести мониторинг и

получить информацию от родителей (законных представителей) обучающегося о технических возможностях использования конкретного оборудования и технических возможностей в каждой семье, т.к. от этого зависит выбор оптимальных условий для полноценных занятий.

Занятие с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения может включать:

- видео лекция; online-занятия, online-консультация;
- фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов;
- инструкции по выполнению практических заданий;
- тестовые и контрольные задания;
- и др.

Структура занятия с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения содержит основные компоненты, что и занятие в очной форме.

При проведении занятия с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения, в водной его части следует обозначить правила работы и взаимодействия, а также необходимо четко давать инструкции выполнения заданий.

Изучение теоретического материала можно организовать:

- самостоятельное проведение занятий в режиме онлайн;
- размещение презентаций и текстовых документов в сети интернет;
- использованием тематических видео лекций.

К каждому теоретическому разделу нужно подготовить вопросы для самоконтроля и закрепления материала.

Педагог может рассмотреть возможность записи занятия на цифровой носитель для формирования и накопления «Банка видео занятий» для дальнейшего использования материалов в образовательном процессе.

При организации образовательного процесса с применением дистанционных образовательных технологий следует учитывать возрастные особенности учащихся.

Согласно санитарным правилам и нормам, СанПиН «Гигиенические требования к видеодисплейным терминалам и персональным электронно-вычислительным машинам и организация работы» и СанПиН 02.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях":

Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанная с фиксацией взгляда на экране монитора, не должна превышать:

- для детей 6-10 лет- 15 мин;
- для детей 10-13 лет – 20 мин;
- старше 13 лет – 25-30 мин (на 2-м часу работы не более 20 мин).

Оптимальное количество занятий в течение дня:

- для детей 6-10 лет – 1 занятие;
- для детей 10-13 лет – 2 занятия;
- старше 13 лет – 3 занятия.

Для предупреждения развития переутомления педагогам рекомендуется проведение упражнений для глаз каждые 20-25 минут работы.

Для проведения теоретических занятий необходима:

проекторная или компьютерная техника для просмотра видеоматериалов.

Для проведения практических занятий необходимо:

1. Хореографический зал, оборудованный:

деревянным полом, вентиляцией и освещением.

2. Набор фонограмм для занятий.

3. Устройство для воспроизведения фонограмм.

Для обучающихся необходима танцевальная обувь на небольшом каблучке.

Корректировка календарно-тематического планирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Производится корректировка в календарно-тематическом планировании дополнительной образовательной программы. Корректировки оформляются приложением к КТП (см. Приложение 1).

При планировании учебной деятельности обучающихся в условиях домашнего обучения следует определить, какие разделы программы могут быть реализованы с помощью онлайн-курсов, какие из них потребуют обучения перед компьютером в строго определенное расписанием время, а какие могут осваиваться учащимися в свободном режиме.

Очно-дистанционное взаимодействие педагога с родителями

Формы работы с родителями в дополнительном образовании представлены в таблице:

№ п/п	Тема	Формы взаимодействия	Сроки
1.	Передача информации по расписанию и началу занятий	Сообщение	в течение учебного года
2.	Совместное планирование мероприятий с родительским комитетом	Совещание	сентябрь
3.	Плановое родительское собрание (обозначить цели и задачи на текущий учебный год)	Собрание	сентябрь

4.	Индивидуальные консультации по развитию и воспитанию	Консультация	в течение учебного года
5.	Общение через электронную почту (передача срочной информации)	Общение	в течение учебного года
6.	Плановое родительское собрание (показать результаты детей за первое полугодие)	Собрание	декабрь
7.	Анкетирование родителей	Общение	апрель
8.	Итоговое родительское собрание	Собрание	май

При организации электронного обучения и дистанционных образовательных технологий педагогу следует обеспечить регулярную дистанционную связь с учащимися и родителями (законными представителями) для информирования реализации образовательной программы с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения, расписанием занятий, графиком проведения текущего контроля и итогового контроля.

Для этого в соответствии с техническими возможностями образовательной организации следует разместить на официальном сайте образовательной организации раздел «Дистанционное обучение», куда можно поместить перечень дополнительных общеобразовательных программ или их частей, реализуемых педагогами с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, инструкции, памятки, рекомендации, перечень цифровых сервисов, онлайн-ресурсов для проведения вебинаров, семинаров, онлайн-консультаций, коллективного обсуждения и коллективного проектирования для учащихся, родителей (законных представителей) и педагогов.

Педагогу необходимо организовать сбор заявлений от родителей (законных представителей) об организации обучения с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения.

Рекомендуется разработать и разместить в свободном доступе для родителей (законных представителей) учащихся инструкции/памятки о реализации образовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При составлении инструкции/памятки следует указать:

- адрес электронных ресурсов, с помощью которых организовано обучение;
- логин и пароль электронной образовательной платформы (при необходимости);
- режим и расписание дистанционных занятий;
- формы контроля освоения программы;
- формы учета посещаемости;
- средства оперативной связи с педагогом.

Особенности очно-дистанционной воспитательной работы с учащимися

С учетом плана воспитательной работы возможно включение заданий по участию учащихся в социально значимых мероприятиях различного уровня, организованных в дистанционном режиме. Для изучения нового материала рекомендуется использовать тексты, художественные и научные фильмы, видеоматериалы образовательных платформ, сервисы для проведения видеоуроков, онлайн-занятия, онлайн-консультации и др.

Учебно-тематический план

Наименование разделов	Количество часов			
	Теоретические	Практические	Всего	Форма контроля
1. Инструктаж по ТБ	2		2	Текущий контроль
2. Беседы	3		3	Текущий контроль
3. Изучение движений		82	82	Текущий контроль
4. Закрепление движений		57	57	Текущий контроль
Итого:			144	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год		26.05	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Нилов В.Н. «Бальная хореография» методическое пособие 2012 г.
2. Шульгина А.Н. «Бальные танцы с конца XIX века до наших дней» 2012 г.
3. Стриганов В. Уральская В. «Современный бальный танец» 1978 г.

**Календарно-тематический план к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Кадетский вальс БК»
на 2021-2022 учебный год
Очная форма**

№ п / п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
			план	факт
1.	Инструктаж по ТБ. Вводное занятие.	2	13.09.2021	
2.	Краткий обзор истории вальса.	2	16.09.2021	
3.	Повторение истории вальса. Виды вальса	2	20.09.2021	
4.	Музыкальная грамота: размер $\frac{3}{4}$. Прослушивание различных видов вальса.	2	23.09.2021	
5.	Музыкальная грамота: сильная доля.	2	27.09.2021	
6.	Позиции ног и рук. Линия танца.	2	30.09.2021	
7.	Повторение позиции ног и рук. Линия танца.	2	04.10.2021	
8.	Закрепление изученного материала.	2	07.10.2021	
9.	Изучение разминки и разогрева.	2	11.10.2021	
10.	Тренировочные (вспомогательные) упражнения для рук.	2	14.10.2021	
11.	Тренировочные (вспомогательные) упражнения для ног.	2	18.10.2021	
12.	Разучивание техники танцевального комплекса.	2	21.10.2021	
13.	Повтор техники танцевального комплекса.	2	25.10.2021	
14.	Закрепление техники танцевального комплекса.	2	28.10.2021	
15.	Изучение поклона и реверанс.	2	01.11.2021	
16.	Основной шаг вальса. Изучение	2	04.11.2021	
17.	Основной шаг вальса. Закрепление	2	08.11.2021	
18.	Основной шаг вальса по линии танца.	2	11.11.2021	
19.	Вальсовая дорожка. Изучение	2	15.11.2021	
20.	Вальсовая дорожка. Закрепление	2	18.11.2021	

№ п / п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
			план	факт
21.	Позиции ног	2	22.11.2021	
22.	Позиции рук	2	25.11.2021	
23.	Положение рук в вальсе	2	29.11.2021	
24.	Положение рук в паре	2	02.12.2021	
25.	Закрепление	2	06.12.2021	
26.	Вальсовая дорожка по кругу	2	09.12.2021	
27.	Вальсовая дорожка в паре	2	13.12.2021	
28.	Вальсовая дорожка в повороте	2	16.12.2021	
29.	Музыкальные акценты в вальсе	2	20.12.2021	
30.	Прослушивание вальсовой композиции	2	23.12.2021	
31.	Малый квадрат по одному. Изучение	1	27.12.2021	
32.	Малый квадрат по одному. Закрепление	1	27.12.2021	
33.	Малый квадрат в паре. Изучение	1	30.12.2021	
34.	Малый квадрат в паре. Закрепление	1	30.12.2021	
35.	Большой квадрат по одному. Изучение	1	10.01.2022	
36.	Большой квадрат по одному. Закрепление	1	10.01.2022	
37.	Большой квадрат в паре. Изучение	1	13.01.2022	
38.	Большой квадрат в паре. Закрепление	1	13.01.2022	
39.	Вальсовый полуповорот по одному	2	17.01.2022	
40.	Вальсовый полуповорот в паре	2	20.01.2022	
41.	Фигура «до-за-до»	2	24.01.2022	
42.	Вальсовые повороты.	2	27.01.2022	
43.	Закрытые перемены вперед-назад. Изучение	1	31.01.2022	
44.	Закрытые перемены вперед-назад. Закрепление	1	31.01.2022	
45.	Разучивание первой вариации в парах	2	03.02.2022	
46.	Разбор сложных элементов первой вариации	2	07.02.2022	
47.	Закрепление и совершенствование движений первой вариации	2	10.02.2022	
48.	«Лодочка».	2	14.02.2022	

№ п / п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
			план	факт
49.	Закрепление изученного материала	2	17.02.2022	
50.	Поворот партнерши под рукой. Изучение	1	21.02.2022	
51.	Поворот партнерши под рукой. Закрепление	1	21.02.2022	
52.	Инструктаж по ТБ. Разучивание второй вариации в парах	2	24.02.2022	
53.	Разучивание второй вариации в парах	2	28.02.2022	
54.	Разбор сложных элементов второй вариации	2	03.03.2022	
55.	Закрепление и совершенствование движений второй вариации	2	7.03.2022	
56.	«Окошко». Изучение	1	10.03.2022	
57.	«Шен». Изучение	1	10.03.2022	
58.	Закрепление	2	14.03.2022	
59.	Разучивание третьей вариации в парах	2	17.03.2022	
60.	Разбор сложных элементов третьей вариации	2	21.03.2022	
61.	Совершенствование движений третьей вариации	2	24.03.2022	
62.	Закрепление и совершенствование движений третьей вариации	2	28.03.2022	
63.	«Променад» (вальсовое вращение дам и одновременное шоссе кавалеров). Изучение	1	31.03.2022	
64.	Закрепление «Променад»	1	31.03.2022	
65.	Движения в паре вперед-назад. Изучение	1	04.04.2022	
66.	Движения в паре вперед-назад. Закрепление	1	04.04.2022	
67.	Разучивание четвертой вариации в парах. Разбор сложных элементов четвертой вариации	2	07.04.2022	
68.	Закрепление и совершенствование движений четвертой вариации	2	11.04.2022	
69.	Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом.	1	14.04.2022	
70.	«Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием. Изучение	1	14.04.2022	
71.	«Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием.	1	18.04.2022	

№ п / п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
			план	факт
	Закрепление			
72.	«Окошко» и смена мест. Изучение	1	18.04.2022	
73.	«Окошко» и смена мест. Закрепление	2	21.04.2022	
74.	Разучивание пятой вариации в парах	2	25.04.2022	
75.	Разбор сложных элементов пятой вариации	1	28.04.2022	
76.	Разворот друг от друга с раскрытием.	1	28.04.2022	
77.	Закрепление движений пятой вариации	2	02.05.2022	
78.	Разворот друг от друга с раскрытием. Изучение	1	05.05.2022	
79.	Разворот друг от друга с раскрытием. Закрепление	1	05.05.2022	
80.	Движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене. Изучение	1	09.05.2022	
81.	Движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене. Закрепление	1	09.05.2022	
82.	Разучивание шестой вариации в парах. Разбор сложных элементов шестой вариации	2	12.05.2022	
83.	Закрепление и совершенствование движений шестой вариации	1	16.05.2022	
84.	Воплощение образно-поэтической сути всех вариаций	1	16.05.2022	
85.	Отработка сценической постановки	2	19.05.2022	
86.	Отработка сценической постановки	2	23.05.2022	
87.	Повторение изученного материала	2	26.05.2022	
Всего часов в год		144		

Дистанционная форма

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	Инструктаж по ТБ.	2	13.09.2021	1. Видео-занятие; 2. Просмотр	Пересылка домашнего	Видеоконференции: Skype, Zoom.

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	Вводное занятие.			учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	задания	Интернет-источники: YouTube, ссылки
2.	Краткий обзор истории вальса.	2	16.09.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
3.	Повторение истории вальса. Виды вальса	2	20.09.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
4.	Музыкальная грамота: размер $\frac{3}{4}$. Прослушивание различных видов вальса.	2	23.09.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
5.	Музыкальная грамота: сильная доля.	2	27.09.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
6.	Позиции ног и рук. Линия танца.	2	30.09.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
7.	Повторение позиции ног и рук. Линия танца.	2	04.10.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
8.	Закрепление изученного	2	07.10.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom.

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	материала.			видеофильмов; 3. Online - консультация		Интернет-источники: YouTube, ссылки
9.	Изучение разминки и разогрева.	2	11.10.2021	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
10.	Тренировочные (вспомогательные) упражнения для рук.	2	14.10.2021	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
11.	Тренировочные (вспомогательные) упражнения для ног.	2	18.10.2021	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
12.	Разучивание техники танцевального комплекса.	2	21.10.2021	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
13.	Повтор техники танцевального комплекса.	2	25.10.2021	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
14.	Закрепление техники танцевального комплекса.	2	28.10.2021	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
15.	Изучение поклона и реверанс.	2	01.11.2021	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов;	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
				3. Online - консультация		источники: YouTube, ссылки
16.	Основной шаг вальса. Изучение	2	04.11.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
17.	Основной шаг вальса. Закрепление	2	08.11.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
18.	Основной шаг вальса по линии танца.	2	11.11.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
19.	Вальсовая дорожка. Изучение	2	15.11.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
20.	Вальсовая дорожка. Закрепление	2	18.11.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
21.	Позиции ног	2	22.11.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
22.	Позиции рук	2	25.11.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
23.	Положение рук в вальсе	2	29.11.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
24.	Положение рук в паре	2	02.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
25.	Закрепление	2	06.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
26.	Вальсовая дорожка по кругу	2	09.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
27.	Вальсовая дорожка в паре	2	13.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
28.	Вальсовая дорожка в повороте	2	16.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
29.	Музыкальные акценты в вальсе	2	20.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
30.	Прослушивание вальсовой	2	23.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов;	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	композиции			3. Online - консультация		источники: YouTube, ссылки
31.	Малый квадрат по одному. Изучение	1	27.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
32.	Малый квадрат по одному. Закрепление	1	27.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
33.	Малый квадрат в паре. Изучение	1	30.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
34.	Малый квадрат в паре. Закрепление	1	30.12.20 21	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
35.	Большой квадрат по одному. Изучение	1	10.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
36.	Большой квадрат по одному. Закрепление	1	10.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
37.	Большой квадрат в паре. Изучение	1	13.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
38.	Большой квадрат в паре. Закрепление	1	13.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
39.	Вальсовый поворот по одному	2	17.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
40.	Вальсовый поворот в паре	2	20.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
41.	Фигура «до-за-до»	2	24.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
42.	Вальсовые повороты.	2	27.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
43.	Закрытые перемены вперед-назад. Изучение	1	31.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
44.	Закрытые перемены вперед-назад. Закрепление	1	31.01.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
45.	Разучивание первой вариации в	2	03.02.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов;	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	парах			3. Online - консультация		источники: YouTube, ссылки
46.	Разбор сложных элементов первой вариации	2	07.02.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
47.	Закрепление и совершенствование движений первой вариации	2	10.02.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
48.	«Лодочка».	2	14.02.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
49.	Закрепление изученного материала	2	17.02.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
50.	Поворот партнерши под рукой. Изучение	1	21.02.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
51.	Поворот партнерши под рукой. Закрепление	1	21.02.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
52.	Инструктаж по ТБ. Разучивание второй	2	24.02.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online -	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники:

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	вариации в парах			консультация		YouTube, ссылки
53.	Разучивание второй вариации в парах	2	28.02.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
54.	Разбор сложных элементов второй вариации	2	03.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
55.	Закрепление и совершенствование движений второй вариации	2	7.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
56.	«Окошко». Изучение	1	10.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
57.	«Шен». Изучение	1	10.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
58.	Закрепление	2	14.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
59.	Разучивание третьей вариации в парах	2	17.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online -	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники:

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
				консультация		YouTube, ссылки
60.	Разбор сложных элементов третьей вариации	2	21.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
61.	Совершенствование движений третьей вариации	2	24.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
62.	Закрепление и совершенствование движений третьей вариации	2	28.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
63.	«Променада» (вальсовое вращение дам и одновременное шоссэ кавалеров). Изучение	1	31.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
64.	Закрепление «Променада»	1	31.03.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
65.	Движения в паре вперед-назад. Изучение	1	04.04.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
66.	Движения в паре вперед-	1	04.04.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр	Пересылка домашнего	Видеоконференции: Skype, Zoom.

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	назад. Закрепление			учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	задания	Интернет-источники: YouTube, ссылки
67.	Разучивание четвертой вариации в парах. Разбор сложных элементов четвертой вариации	2	07.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
68.	Закрепление и совершенствование движений четвертой вариации	2	11.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
69.	Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом.	1	14.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
70.	«Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием. Изучение	1	14.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
71.	«Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием. Закрепление	1	18.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
72.	«Окошко» и смена мест.	1	18.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom.

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	Изучение			учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	задания	Интернет-источники: YouTube, ссылки
73.	«Окошко» и смена мест. Закрепление	2	21.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
74.	Разучивание пятой вариации в парах	2	25.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
75.	Разбор сложных элементов пятой вариации	1	28.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
76.	Разворот друг от друга с раскрытием.	1	28.04.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
77.	Закрепление движений пятой вариации	2	02.05.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
78.	Разворот друг от друга с раскрытием. Изучение	1	05.05.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
79.	Разворот друг от друга с раскрытием.	1	05.05.20 22	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online -	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники:

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	Закрепление			консультация		YouTube, ссылки
80.	Движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене. Изучение	1	09.05.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
81.	Движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене. Закрепление	1	09.05.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
82.	Разучивание шестой вариации в парах. Разбор сложных элементов шестой вариации	2	12.05.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
83.	Закрепление и совершенствование движений шестой вариации	1	16.05.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
84.	Воплощение образно-поэтической сути всех вариаций	1	16.05.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Форма трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
85.	Отработка сценической постановки	2	19.05.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
86.	Отработка сценической постановки	2	23.05.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
87.	Повторение изученного материала	2	26.05.2022	1. Видео-занятие; 2. Просмотр учебных видеофильмов; 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	Видеоконференции: Skype, Zoom. Интернет-источники: YouTube, ссылки
Всего часов в год		144				

Очно-дистанционная форма

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
1.	Инструктаж по ТБ. Вводное занятие.	2	13.09.2021	Очная форма проведения занятий			
2.	Краткий обзор истории	2	16.09.2021	Очная форма проведения			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ ссылки
	вальса.			ния занятий			
3.	Повторение истории вальса. Виды вальса	2	20.09.20 21	Очная форма проведения занятий			
4.	Музыкальная грамота: размер $\frac{3}{4}$. Прослушивание различных видов вальса.	2	23.09.20 21	Очная форма проведения занятий			
5.	Музыкальная грамота: сильная доля.	2	27.09.20 21		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
6.	Позиции ног и рук. Линия танца.	2	30.09.20 21	Очная форма проведения занятий			
7.	Повторение позиции ног и рук. Линия танца.	2	04.10.20 21		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
8.	Закрепление изученного материала.	2	07.10.20 21	Очная форма проведения занятий			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ ссылки
9.	Изучение разминки и разогрева.	2	11.10.20 21		1.Видео- занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференци и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет- источники (YouTube, ссылки)
10.	Тренировочн ые (вспомогател ьные) упражнения для рук.	2	14.10.20 21	Очная форма проведе ния занятий			
11.	Тренировочн ые (вспомогател ьные) упражнения для ног.	2	18.10.20 21	Очная форма проведе ния занятий			
12.	Разучивание техники танцевальног о комплекса.	2	21.10.20 21	Очная форма проведе ния занятий			
13.	Повтор техники танцевальног о комплекса.	2	25.10.20 21	Очная форма проведе ния занятий			
14.	Закрепление техники танцевальног о комплекса.	2	28.10.20 21		1.Видео- занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференци и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет- источники (YouTube, ссылки)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
15.	Изучение поклона и реверанс.	2	01.11.2021	Очная форма проведения занятий			
16.	Основной шаг вальса. Изучение	2	04.11.2021		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
17.	Основной шаг вальса. Закрепление	2	08.11.2021	Очная форма проведения занятий			
18.	Основной шаг вальса по линии танца.	2	11.11.2021		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
19.	Вальсовая дорожка. Изучение	2	15.11.2021	Очная форма проведения занятий			
20.	Вальсовая дорожка. Закрепление	2	18.11.2021		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
21.	Позиции ног	2	22.11.2021		1.Видео-занятие 2.Просмотр	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы:

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
					учебных видеофильмов 3. Online - консультация		Skype, Zoom. 2. Интернет-источники (YouTube, ссылки)
22.	Позиции рук	2	25.11.20 21		1. Видео-занятие 2. Просмотр учебных видеофильмов 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2. Интернет-источники (YouTube, ссылки)
23.	Положение рук в вальсе	2	29.11.20 21	Очная форма проведения занятий			
24.	Положение рук в паре	2	02.12.20 21		1. Видео-занятие 2. Просмотр учебных видеофильмов 3. Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2. Интернет-источники (YouTube, ссылки)
25.	Закрепление	2	06.12.20 21	Очная форма проведения занятий			
26.	Вальсовая дорожка по кругу	2	09.12.20 21	Очная форма проведения занятий			
27.	Вальсовая дорожка в паре	2	13.12.20 21	Очная форма проведения занятий			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
				занятий			
28.	Вальсовая дорожка в повороте	2	16.12.20 21	Очная форма проведения занятий			
29.	Музыкальные акценты в вальсе	2	20.12.20 21		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
30.	Прослушивание вальсовой композиции	2	23.12.20 21	Очная форма проведения занятий			
31.	Малый квадрат по одному. Изучение	1	27.12.20 21	Очная форма проведения занятий			
32.	Малый квадрат по одному. Закрепление	1	27.12.20 21	Очная форма проведения занятий			
33.	Малый квадрат в паре. Изучение	1	30.12.20 21	Очная форма проведения занятий			
34.	Малый квадрат в паре. Закрепление	1	30.12.20 21	Очная форма проведения занятий			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
35.	Большой квадрат по одному. Изучение	1	10.01.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
36.	Большой квадрат по одному. Закрепление	1	10.01.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
37.	Большой квадрат в паре. Изучение	1	13.01.2022	Очная форма проведения занятий			
38.	Большой квадрат в паре. Закрепление	1	13.01.2022	Очная форма проведения занятий			
39.	Вальсовый полуповорот по одному	2	17.01.2022	Очная форма проведения занятий			
40.	Вальсовый полуповорот в паре	2	20.01.2022	Очная форма проведения занятий			
41.	Фигура «до-за-до»	2	24.01.2022	Очная форма проведения			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
				ния занятий			
42.	Вальсовые повороты.	2	27.01.20 22	Очная форма проведения занятий			
43.	Закрытые перемены вперед-назад. Изучение	1	31.01.20 22	Очная форма проведения занятий			
44.	Закрытые перемены вперед-назад. Закрепление	1	31.01.20 22	Очная форма проведения занятий			
45.	Разучивание первой вариации в парах	2	03.02.20 22	Очная форма проведения занятий			
46.	Разбор сложных элементов первой вариации	2	07.02.20 22	Очная форма проведения занятий			
47.	Закрепление и совершенствование движений первой вариации	2	10.02.20 22	Очная форма проведения занятий			
48.	«Лодочка».	2	14.02.20 22	Очная форма проведения занятий			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
49.	Закрепление изученного материала	2	17.02.2022	Очная форма проведения занятий			
50.	Поворот партнерши под рукой. Изучение	1	21.02.2022	Очная форма проведения занятий			
51.	Поворот партнерши под рукой. Закрепление	1	21.02.2022	Очная форма проведения занятий			
52.	Инструктаж по ТБ. Разучивание второй вариации в парах	2	24.02.2022	Очная форма проведения занятий			
53.	Разучивание второй вариации в парах	2	28.02.2022	Очная форма проведения занятий			
54.	Разбор сложных элементов второй вариации	2	03.03.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
55.	Закрепление и совершенствование движений	2	7.03.2022	Очная форма проведения занятий			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	второй вариации						
56.	«Окошко». Изучение	1	10.03.2022	Очная форма проведения занятий			
57.	«Шен». Изучение	1	10.03.2022	Очная форма проведения занятий			
58.	Закрепление	2	14.03.2022	Очная форма проведения занятий			
59.	Разучивание третьей вариации в парах	2	17.03.2022	Очная форма проведения занятий			
60.	Разбор сложных элементов третьей вариации	2	21.03.2022	Очная форма проведения занятий			
61.	Совершенствование движений третьей вариации	2	24.03.2022	Очная форма проведения занятий			
62.	Закрепление и совершенствование движений третьей	2	28.03.2022	Очная форма проведения занятий			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	вариации						
63.	«Променад» (вальсовое вращение дам и одновременное шоссэ кавалеров). Изучение	1	31.03.2022	Очная форма проведения занятий			
64.	Закрепление «Променад»	1	31.03.2022	Очная форма проведения занятий			
65.	Движения в паре вперед-назад. Изучение	1	04.04.2022	Очная форма проведения занятий			
66.	Движения в паре вперед-назад. Закрепление	1	04.04.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
67.	Разучивание четвертой вариации в парах. Разбор сложных элементов четвертой вариации	2	07.04.2022	Очная форма проведения занятий			
68.	Закрепление	2	11.04.2022	Очная форма			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	и совершенствование движений четвертой вариации		22	проведения занятий			
69.	Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом.	1	14.04.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
70.	«Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием. Изучение	1	14.04.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
71.	«Лодочка» и разворот друг от друга с раскрытием. Закрепление	1	18.04.2022	Очная форма проведения занятий			
72.	«Окошко» и смена мест. Изучение	1	18.04.2022	Очная форма проведения занятий			
73.	«Окошко» и смена мест. Закрепление	2	21.04.2022	Очная форма проведения занятий			
74.	Разучивание	2	25.04.2022	Очная			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	пятой вариации в парах		22	форма проведения занятия			
75.	Разбор сложных элементов пятой вариации	1	28.04.2022	Очная форма проведения занятия			
76.	Разворот друг от друга с раскрытием.	1	28.04.2022	Очная форма проведения занятия			
77.	Закрепление движений пятой вариации	2	02.05.2022	Очная форма проведения занятия			
78.	Разворот друг от друга с раскрытием. Изучение	1	05.05.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
79.	Разворот друг от друга с раскрытием. Закрепление	1	05.05.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
80.	Движение партнерши вокруг	1	09.05.2022	Очная форма проведения			

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ссылки
	партнера, стоящего на одном колене. Изучение			занятий			
81.	Движение партнерши вокруг партнера, стоящего на одном колене. Закрепление	1	09.05.2022	Очная форма проведения занятий			
82.	Разучивание шестой вариации в парах. Разбор сложных элементов шестой вариации	2	12.05.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр учебных видеофильмов 3.Online - консультация	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы: Skype, Zoom. 2.Интернет-источники (YouTube, ссылки)
83.	Закрепление и совершенствовании движений шестой вариации	1	16.05.2022	Очная форма проведения занятий			
84.	Воплощение образно-поэтической сути всех вариаций	1	16.05.2022	Очная форма проведения занятий			
85.	Отработка сценической	2	19.05.2022		1.Видео-занятие 2.Просмотр	Пересылка домашнего задания	1. Видеоконференции и платформы:

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	Формы проведения занятий			
				Очная	Дистанционная		
					Формы трансляции учебного материала	Формы контроля	Ресурсы/ ссылки
	постановки				учебных видеофильмов 3.Online - консультация		Skype, Zoom. 2.Интернет- источники (YouTube, ссылки)
86.	Отработка сценической постановки	2	23.05.20 22	Очная форма проведе ния занятий			
87.	Повторение изученного материала	2	26.05.20 22	Очная форма проведе ния занятий			
Всего часов в год		144					