

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА БЕРЕЗНИКИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «КАСКАД»

РАССМОТРЕНА  
На педагогическом совете  
МАУ ДО ДЮЦ «Каскад»  
Протокол №1 от 31.08.2022

УТВЕРЖДЕНА:  
Директор  
МАУ ДО ДЮЦ «Каскад»  
В.А. Трынкина  
Приказ от 05.09.2022 №212-од



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Школьный вальс»**

Направленность: художественная  
Возраст обучающихся: 10-11,15-17 лет  
Срок реализации: 1 год

**Шишкина Людмила Геннадьевна,**  
педагог дополнительного образования

г. Березники, 2022

**ПАСПОРТ**  
**дополнительной общеразвивающей программы**

<b>Название программы</b>	«Школьный вальс»
<b>Вид программы</b>	Модифицированная
<b>Уровень Программы</b>	Стартовый
<b>Направленность программы</b>	Художественная
<b>Продолжительность образовательного процесса</b>	1 год
<b>Возраст обучающихся</b>	10-11 лет, 15-17 лет
<b>Название творческого объединения</b>	«Школьный вальс»
<b>Год основания творческого объединения</b>	2021 год
<b>Цель программы</b>	Развитие творческих способностей обучающихся средствами хореографии через овладение техникой исполнения вальса.
<b>Аннотация программы</b>	Дополнительная общеразвивающая программа «Школьный вальс» знакомит обучающихся с историей развития танца. Обучающиеся овладеют основами Фигурного вальса, Венского вальса, что позволит им выступать на различных праздниках, в том числе на выпускных мероприятиях.

## Содержание программы

<b>№ раз-дела</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Стр.</b>
<b>1</b>	<b>Раздел №1 Комплекс основных характеристик программы</b>	4
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цели и задачи программы	6
1.3	Содержание программы	7
1.4	Планируемые результаты	10
<b>2</b>	<b>Раздел №2 Комплекс организационно-педагогических условий</b>	11
2.1	Календарный учебный график	11
2.2	Условия реализации программы.	12
2.3	Формы аттестации	12
2.4	Оценочные материалы	13
2.5	Методические материалы	16
2.6	Список литературы для педагога	17

## 1.1. Пояснительная записка

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я». Посредством хореографического искусства осуществляется процесс творческого развития личности.

Занятия танцем формируют правильную осанку, совершенствуют координацию движений, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе.

Дополнительная общеразвивающая программа «Школьный вальс» знакомит обучающихся с историей развития танца, практическим овладением основами «Фигурного вальса», «Венского вальса», что позволит обучающимся выступать на различных праздниках, в том числе на выпускных мероприятиях.

Программа «Школьный вальс» имеет художественную направленность и является модифицированной.

Программа разработана на основе следующих нормативных документов и методических рекомендаций:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;
- Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ № 1726-р от 04.09.2014);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (постановление главного санитарного врача РФ от 04.07.2014);
- Устав МАУ ДО ДЮЦ «Каскад».

**Актуальность данной программы** состоит в систематичности занятий, способствующих укреплению здоровья и развитию творческих способностей обучающихся. Танцуя в паре, обучающийся 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.

**Педагогическая целесообразность** данной программы обусловлена возрастными особенностями обучающихся: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа направ-

лена на развитие творческого потенциала обучающихся, формирование нравственно-эстетических чувств. При реализации программы у обучающихся вырабатываются технические и танцевальные навыки. На занятиях применен коллективный способ обучения, при котором обучение осуществляется путем общения в динамических парах, когда каждый учит каждого.

В основу данной программы положена дополнительная общеразвивающая программа «Хореографический кружок» для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ (М.: «Просвещение», 1986г.).

### **Отличительные особенности программы**

Данная программа «Школьный вальс» отличается от вышеназванной программы тем, что она ориентирована на работу с обучающимися, 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 коллективной творческой деятельности.

### **Новизна программы**

В классах, где проходит курс изучения вальса, традиционно, в конце учебного года, проводятся праздничные мероприятия «Последний звонок» и «Выпускной бал», в которых обучающиеся смогут продемонстрировать свои умения.

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

### **Практическая значимость программы**

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

**Программа обеспечивает следующие психолого-педагогические условия:**

- формирование и поддержку положительной самооценки у детей, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- поддержка положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом;
- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения.

**Адресат программы.** Программа предназначена для обучающихся 10-11 лет и обучающихся 15-17 лет.

**Срок реализации программы** составляет 1 год с общим объемом 36 часов в год.

**Режим занятий.** Занятия проводятся в групповой форме, 1 час в неделю. Численность обучающихся в группе – 14-16 человек. Обучение ведется пре-

имущественно в парах.

**Форма обучения:** очная.

В период карантин на фоне сезонных вспышек ОРВИ и прочих вирусных заболеваний, обучение проводится в дистанционном режиме согласно учебно-тематического плана программы в соответствии с Положением об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ в МАУ ДО ДЮЦ «Каскад».

## **1.2. Цель и задачи программы:**

**Цель:** развитие творческих способностей обучающихся средствами хореографии через овладение техникой исполнения вальса.

**Задачи:**

### **Предметные:**

- познакомить с историей развития вальса;
- научить грамотному исполнению фигурных движений вальса;
- познакомить со специальной терминологией хореографического искусства;
- дать учащимся представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки.

### **Метапредметные:**

- сформировать гармонично развитое тело: гибкость, пластику, осанку и координацию движений;
- развить артистические и творческие способности детей;
- развить эмоционально-волевые качества обучающихся;
- способствовать развитию музыкально-ритмического слуха;
- развить навыки самостоятельной творческой работы;
- развить художественно-эстетический вкус обучающихся;
- развить у обучающихся образное танцевальное мышление и умение выразить свой замысел посредством хореографии;
- научить анализировать результаты своей деятельности и деятельности других.

### **Личностные:**

- сформировать интерес к танцевальному искусству и мотивацию к занятиям танцами;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, ответственности, коллективизма, организованности;
- воспитать потребность в двигательной активности как основы здорового образа жизни;

-сформировать систему нравственных и эстетических ценностей, культуру поведения;

-сформировать потребность в самоорганизации: самоконтроль, ответственность, самостоятельность, трудолюбие, настойчивость.

Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме. Основное время отводится на практические занятия.

### 1.3. Содержание программы Учебно-тематический план 1 года обучения

Наименование темы (раздела)	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
	Теория	Практика	Всего	
<b><i>Раздел 1. «История вальса»</i></b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>	
Тема 1. Вводное занятие: цели и задачи обучения вальсу.	0,5	-	0,5	Устный опрос
Тема 2. История возникновения и развития вальса	0,5	-	0,5	Устный опрос
<b><i>Раздел 2. Вспомогательно-тренировочные упражнения.</i></b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
Тема 3. Основные понятия бального танца	0,5	1	1,5	Устный опрос
Тема 4. Ориентирование в зале.	0,5	1	1,5	Практика
Тема 5. Изучение позиций ног, рук.	1	2	3	Практика
<b><i>Раздел 3. Техника танцевальных движений.</i></b>	<b>3</b>	<b>13</b>	<b>16</b>	
Тема 6. Положение в паре. Поклон, реверанс.	0,5	1	1,5	Устный опрос
Тема 7. Основные движения бально-	1	4	5	Устный опрос

го танца – фигурный вальс.				
Тема 8. Танцевальный шаг.	0,5	2	2,5	Практика
Тема 9. Основные движения венского вальса.	0,5	3	3,5	Практика
Тема 10. Вальсовый поворот.	0,5	3	3,5	Практика
<b>Раздел 4. Танцевальные композиции и постановочная работа.</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	
Тема 11. Постановка фигурного вальса	2	4	6	Практика
Тема 12. Постановка венского вальса	2	4	6	Устный опрос
<b>Раздел 5. Концертная деятельность</b>	-	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Выступление</b>
	<b>10</b>	<b>26</b>	<b>36</b>	

### Содержание учебно-тематического плана

#### **1. Вводное занятие. Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности.**

**Теория:** Цели и задачи обучения. Инструктаж по технике безопасности.

История возникновения и развития вальса. Виды вальса. Прослушивание различных видов вальса. Просмотр исполнения вальсов.

#### **Раздел 2. Вспомогательно-тренировочные упражнения.**

##### **Теоретическая часть:**

Правила выполнения упражнений на отдельные группы мышц и дыхания. Понятия статистическая и динамическая гимнастика. Основные понятия балльного танца, позиций ног, рук, ориентирования в танцевальном зале.

##### **Практическая часть:**

Разминка. Вводные упражнения для двигательного аппарата: разогревание мышц, 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. Упражнения на активизацию дыхания. Упражнения без перемещения и с перемещением по залу (статистическая и динамическая гимнастика),



Разучивание позиций ног, рук. Упражнения на ориентирование в танцевальном зале.

### **Раздел 3. Техника танцевальных движений.**

#### ***Теоретическая часть:***

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

#### ***Практическая часть:***

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). Вальсовая дорожка (променад). Разворот друг от друга с раскрытием. «Окошко». Раскрытия. Движение партнерши вокруг партнера, 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. Движения в паре вперед-назад, держась за кисти рук. Движения в паре вперед-назад. Движения в паре вперед-назад с медленным поворотом. Движения в паре с поворотом (венский вальс). «Окошко» и смена мест. Раскрытия с поворотом партнерши под рукой. Шаги вальса по кругу.

### **Раздел 4. Танцевальные композиции и постановочная работа.**

#### ***Теоретическая часть:***

Танцевальная композиция. Структура танцевальной композиции «Фигурного вальса» и «Венского вальса».

#### ***Практическая часть:***

Составление танцевальных композиций или использование рекомендуемых композиций. Проучивание танцевальных композиций.

### **Раздел 5. Концертная деятельность.**

#### ***Практическая часть:***

Выступления на различных концертных площадках в рамках школы.

#### **1.4. Планируемые результаты освоения программы**

Система оценки результатов освоения программы включает в себя оценку предметных, личностных и метапредметных результатов.

В результате освоения программы, обучающиеся:

#### ***будут знать:***

- основные понятия, терминологию бального танца;
- структуру фигурного вальса;
- позиции рук и ног;
- схему изучаемой композиции.

#### ***будут уметь:***

- использовать полученные знания и навыки для участия в танцевальных композициях и постановке;
- воспринимать, запоминать, применять предлагаемый материал;
- грациозно и органично двигаться, общаться с партнером;
- соотносить свои движения с услышанной музыкой.

Форма подведения итогов: концертные выступления на школьных праздниках, торжественных и тематических линейках, родительских собраниях и др.

## Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

### 2.1. Календарный учебный график


дополнительной общеразвивающей программы


«Школьный Вальс» на 2022-2023 учебный год, 1 год обучения

Продолжительность учебного года 36 учебных недель. Занятия начинаются 1 сентября до 31 мая.

В каникулярное время занятия проводятся в соответствии с планом работы педагога и планом мероприятий Учреждения.

1 год обучения	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				июнь				июль				август				Всего го- учебн. нед. /час				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48		49	50	51	52
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	36

 Каникулярный период, праздничные дни

 Ведение занятий по расписанию

## 2.2. Условия реализации программы

*Материально-техническое обеспечение:* зал для занятий соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41. Помещение, в котором проводятся учебные занятия – проветриваемое и хорошо освещенное.

*Перечень оборудования учебного кабинета:* музыкальная аппаратура, компьютер, наличие учебного, дидактического материала, набор дисков ( флеш – накопитель) с фонограммами медленного вальса, венского вальса, фигурного вальса.

*Кадровое обеспечение:* руководитель объединения – педагог дополнительного образования, имеющий специальные знания в данной образовательной области.

*Организационно-педагогические условия:* образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, дополнительной общеразвивающей программы и регламентируется расписанием занятий. Для всех участников образовательного процесса обеспечен доступ к любой информации, связанной с реализацией дополнительной общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

## 2.3. Формы аттестации

Аттестация обучающихся является неотъемлемой частью образовательного процесса.

*Цель аттестации:* выявить основные знания, умения и навыки, а также компетенции, личностные, метапредметные результаты освоения программы и их соответствие прогнозируемым результатам дополнительной общеразвивающей программы «Школьный вальс».

*Задачи аттестации:*

- определить уровень теоретической и практической подготовки обучающихся в конкретной образовательной области;
- определить уровень достижения метапредметных и личностных результатов;
- проанализировать полноту и эффективность реализации дополнительной общеразвивающей программы «Школьный вальс»;
- внести необходимые коррективы в содержание и методику образовательной деятельности;
- представить основания для выпуска обучающегося.

**Текущая аттестация** проводится в процессе усвоения программы после прохождения каждой темы (раздела). Используются различные формы проверки знаний: устный опрос, выполнение практических заданий, выступление.

**Промежуточная аттестация** осуществляется в конце учебного полугодия (декабрь) с целью мониторинга знаний и умений, полученных обучающимися. Проверка знаний проводится в форме выполнения практического задания.

**Итоговая аттестация** проводится по окончании обучения по дополнительной общеразвивающей программе с целью оценки качества освоения обучающимися содержания образовательной программы. Аттестация осуществляется в форме итогового концертного выступления.

Оценка метапредметных и личностных результатов проводится в конце каждого учебного полугодия посредством наблюдения.

Результаты обучения фиксируются в оценочном листе.

#### Формы итоговой аттестации

Формы аттестации	Результаты	Форма проверки
Итоговая аттестация	Предметные результаты	Концертное выступление
	Метапредметные результаты	Наблюдение
	Личностные результаты	Наблюдение

## 2.4. Оценочные материалы

Система оценки планируемых результатов программы представлена тремя группами результатов: личностными, предметными и метапредметными.

### Мониторинг результатов обучения

Оцениваемые параметры	Низкий	Средний	Высокий
<b>Теоретическая подготовка</b>			
Владение теоретическими знаниями	Обучающийся владеет менее чем 50% объема знаний, предусмотренных программой.	Объем усвоенных знаний составляет 50-70%.	Обучающийся освоил 70-100% объема знаний, предусмотренных программой.
Владение понятиями и терминами	Обучающийся, как правило, избегает применять специальные термины.	Обучающийся сочетает специальную терминологию с бытовой.	Специальные термины употребляет осознанно и в полном объеме в соответствии с содержанием программы.

<b>Практическая подготовка</b>			
Практические навыки и умения	Обучающийся овладел менее чем 50%, предусмотренных программой, умениями и навыками ведения партнерши по линии танца, оказания первой помощи	Объем усвоенных навыков и умений составляет 50-70%.	Обучающийся овладел 70-100% умений и навыков, предусмотренных программой.

## Карта роста обучающегося

Программа «Школьный вальс»

Ф.И.О. педагога

№	1 год обучения															
	ФИО ребёнка	Показатели оценивания результатов обучения						Показатели оценивания личностного развития								
		Теоретическая подготовка			Практическая подготовка			Организационно-волевая сфера			Ориентационные качества			Умение работать в паре, самоконтроль		
		Низкий уровень <b>0-3 балла</b>	Средний уровень <b>4-6 баллов</b>	Высокий уровень <b>от 7 баллов</b>	Низкий уровень <b>0-3 балла</b>	Средний уровень <b>4-6 баллов</b>	Высокий уровень <b>от 7 баллов</b>	Низкий уровень <b>0-3 балла</b>	Средний уровень <b>4-6 баллов</b>	Высокий уровень <b>от 7 баллов</b>	Низкий уровень <b>0-3 балла</b>	Средний уровень <b>4-6 баллов</b>	Высокий уровень <b>от 7 баллов</b>	Низкий уровень <b>0-3 балла</b>	Средний уровень <b>4-6 баллов</b>	Высокий уровень <b>от 7 баллов</b>

## 2.5. Методические материалы

*Методическое обеспечение образовательной программы*

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический.

**Методы воспитания:** убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

**Формы организации образовательного процесса:** индивидуально-групповая, групповая.

**В процессе реализации программы реализуются следующие принципы обучения:**

- доступность;
- воспитательный характер обучения;
- систематичность и последовательность, изучение материала от простого к более сложному, от частного – к общему, принцип системности предполагает преемственность знаний, комплексность в их усвоении;
- принцип дифференциации предполагает выявление и развитие у обучающихся склонностей и способностей по различным направлениям;
- принцип увлекательности является одним из самых важных, он учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- принцип коллективизма, в коллективных творческих делах происходит развитие разносторонних способностей и потребности отдавать их на общую радость и пользу.

**Педагогические технологии,** применяемые в ходе реализации образовательной программы: технология группового обучения, технология сотрудничества, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающая технология.

**Формы организации учебного занятия:** рассказ, беседа, практическое занятие, музыкально-танцевальная импровизация, просмотр и анализ видеофрагментов репетиций и выступлений своего и других танцевальных коллективов, концерт.

### **Алгоритм учебного занятия**

Структура учебного занятия представлена последовательностью этапов:

#### *1) Организационный*

Задача: подготовка обучающихся к работе на занятии.

Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроя на учебную деятельность и активизация внимания.

#### *2) Проверочный*

Задача: установление правильности и осознанности выполнения заданий, выявление неточностей и их коррекция.

Содержание этапа: проверка задания (творческого, практического), проверка усвоения знаний предыдущего занятия.

#### *3) Подготовительный (подготовка к новому содержанию)*

Задача: обеспечение мотивации и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности.



Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей.

#### *4) Основной*

- усвоение новых знаний и способов действий;

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Целесообразно при усвоении новых знаний использовать задания и вопросы, которые активизируют познавательную деятельность детей.

- первичная проверка знаний и умений ;

Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений и их коррекция, выполнение практических заданий;

- закрепление знаний и способов действий;

Задача: обеспечение усвоения новых знаний и способов действий. Применяют тренировочные упражнения, задания, которые выполняются самостоятельно детьми.

- обобщение и систематизация знаний;

Задача: формирование целостного представления знаний по теме. Распространенными способами работы являются беседа и практические задания.

#### *5) Контрольный*

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция. Используются виды устного опроса, практические и творческие задания.

#### *б) Итоговый*

Задача: установить соответствие между поставленной целью и результатом учебного занятия; проанализировать: где и почему были допущены ошибки, как их можно было исправить, проговорить способы решения действий, вызвавшие затруднения, организовать рефлекссию и самооценку обучающихся; проанализировать и оценить успешность достижения цели.

### **Список литературы:**

1. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.
2. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
3. Захаров Р. Сочинения танца. - М.: Искусство, 1989.
4. Музыка и движение. - М.: Просвещение, 1984.
5. С.Казлаускас, Танцуем и играем, Шауляйский университет, 1997.

6. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.

7. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - СПб.: ИГУП, 1997.

8. Гребенкин А.В. Сценическое движение. Пособие для руководителей театральных студий и школ искусств. М., 2003.

#### **Информационные ресурсы:**

Сайт: [esta.nm.ru/dance/fw.html](http://esta.nm.ru/dance/fw.html)

<http://chertkov.ucoz.ru/MethodMaterial/Muz/posobie.pdf>

Сайт: [www.valsis.ru](http://www.valsis.ru) (Учись танцевать вальс!)

<http://www.youtube.com/watch?v=GI37fUfGteY>

[http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln\\_8Q](http://www.youtube.com/watch?v=Le16tzln_8Q)

<http://4dancer.ru/index.php?nma=blog&fla=news&cat=20&ids=91>

[http://tancor.spb.ru/f\\_waltz.htm](http://tancor.spb.ru/f_waltz.htm)

[http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ\\_3Qup-Y](http://www.youtube.com/watch?v=iHLZ_3Qup-Y)

<http://www.4dancing.ru/blogs/060910/266/>

<http://terpsihora.net/index.php/uroki/teoriya/131-pozitsii-ruk-i-nog-v-klassicheskom-tantse>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575888

Владелец Трынкина Валерия Александровна

Действителен с 21.04.2022 по 21.04.2023