ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ №168
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Решением педагогического совета
Протокол № 1
От «31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО
приказ № 70-2/о от «31» августа 2023г.
И.о. директора ГБОУ № гимназии 168
Центрального района
Т.Н. Судакова-Голлербах _____

Судакова-Голлербах Татьяна Николаевна

Подписано цифровой подписью: Судакова-Голлербах Татьяна Николаевна
Дата: 2023.12.21 11:59:29 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная программа

Хореографическая студия «Капельки»

Возраст учащихся: 7-11 лет
Срок реализации 3 года.
2023-2024 учебный год

Педагог дополнительного образования
Климова Анжелика Васильевна

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
2023

Оглавление

1. Пояснительная записка

1.1. Основная характеристика программы

1.2. Направленность программы

1.3. Актуальность программы

1.4. Адресат, объем и срок реализации программы

1.5. Цель программы

1.6. Задачи программы

1.7. Условия реализации программы

1.8. Планируемые результаты

2. Календарный учебный график

3. Рабочая программа 1-го года обучения

3.1. Задачи 1-го года обучения

3.2. Учебный план 1-го года обучения

3.3. Содержание программы 1-го года обучения

3.4. Планируемые результаты 1-го года обучения

3.5. Календарно-тематическое планирование 1-го года обучения

4. Рабочая программа 2-го года обучения

4.1. Задачи 2-го года обучения

4.2. Учебный план 2-го года обучения

4.3. Содержание программы 2-го года обучения

4.4. Планируемые результаты 2-го года обучения

4.5. Календарно-тематическое планирование 2-го года обучения

5. Методические и оценочные материалы

Диагностические и методические материалы

Список литература

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

1.1. Основные характеристики программы

Особую роль в формировании личности не случайно отводят искусству: музыке, танцу. Танец является неотъемлемой частью жизни человека с древних времен, выполняя ритуальные, социальные, коммуникативные функции, оказывая серьезное влияние на физическое здоровье человека. Занимаясь в танцевальной студии, ребенок развивает свои внешние данные, становится привлекательным, что значительно повышает его самооценку.

Танец – это красочное, яркое творение народа, воплощающее в себе его эмоции и художественный образ. Танец может рассказать и показать всю многовековую и многообразную историю общества, в которой он зародился. Танец является олицетворением фантазии людей и всей глубины их чувства. Танец воспитывает, обучает, разносторонне воздействует на человека, является средством умственного, эстетического, нравственного, физического воспитания личности, развивает творческие способности.

Обучаясь по данной программе, дети овладеют техниками различных танцевальных направлений, что способствует их разностороннему развитию. Благодаря использованию видеозаписей у обучающихся развивается интерес к мировой художественной культуре, представление о прекрасном, развивается художественный вкус. Дети учатся видеть взаимосвязь различных видов искусства.

Уровень освоения программы – базовый.

В случае возникновения неблагоприятной эпидемиологической обстановки, программа может быть реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

1.2.Направленность программы

Данная программа имеет художественную направленность.

1.3.Актуальность образовательной программы

Актуальность

Занятия в танцевальном коллективе формируют у обучающихся привычку к здоровому образу жизни, отвлекают их от негативных явлений современной действительности, оптимизируют психо-эмоциональное состояние, развивают эстетический вкус, стимулируют социальную активность, творчество.

Актуальность данной программы определяется спросом со стороны детей и их родителей на сохранение и развитие народного танца

В обучении по программе широко используютсяпедагогические технологии для комплексного развития творческой личности:

1. Личностно-ориентированная;
2. Игровые технологии;
3. Технологии развивающего обучения;
4. Педагогика сотрудничества;

5. Технология коллективной творческой деятельности;
6. Технология проектного обучения;
7. Технология проблемного обучения.

Для оценки результативности используются диагностические методики: входная, промежуточная, итоговая.

Педагогическая целесообразность программы выражается во взаимосвязи выстроенной системы процессов обучения, развития, воспитания и их обеспечения.

Систематические занятия коллектива способствуют воспитанию самостоятельности, трудолюбия, уважительного отношения к своему и чужому труду, приобретению опыта создания творческих проектов, оказывают благотворное влияние на физическое здоровье детей.

1.4. Адресат, объем и срок реализации программы

Программа рассчитана на детей в возрасте от 7 до 11 лет. Объем программы – 144 часов. Срок реализации – 3 года.

1.5. Цель образовательной программы

Развитие личности ребенка, способного к творческому самовыражению через овладение основами народного танца.

1.6. Задачи образовательной программы

Обучающие:

1. Изучение основ ритмики, гимнастики;
2. Обучение основам классического и народного танца;
3. Формирование основных двигательных качеств и навыков;
4. Изучение танцевальных техник (вращение, дробные выстукивания, работа в паре).
5. Обучение основам музыкальности.

Развивающие:

1. Развитие внимания, памяти, восприятия, мышления, воображения.
2. Развитие познавательного интереса, любознательности.
3. Развитие эмоциональной сферы.
4. Развитие творческих способностей.
5. Формирование рефлексивных умений.

Воспитательные:

1. Воспитание доброжелательности, дружелюбия, доброты, отзывчивости, вежливости, готовности сотрудничать, умения выходить из конфликтных ситуаций.
2. Формирование положительной самооценки, развитие уверенности в себе, оптимизма, активной жизненной позиции.
3. Воспитание самоорганизации, самоконтроля, самостоятельности, настойчивости, выдержки.
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
5. Формирование умения адаптироваться к новым условиям.

6. Формирование трудолюбия, уважительного отношения к личному и общественному труду, осознание значимости результата труда, умение доводить начатое дело до конца.
7. Воспитание лидерских качеств, чувства долга.
8. Воспитание разнообразия интересов, осознание своих интересов, способностей, связанных с выбором профессии.
9. Формирование танцевального коллектива, участвующего в концертах, фестивалях, конкурсах.

1.7. Условия реализации образовательной программы

Условия набора и формирования групп:

- в коллектив принимаются все желающие, имеющие справку о состоянии здоровья;
- перевод на 2, 3 год обучения производится на основании промежуточной аттестации;
- зачисление на 2, 3 год обучения проводится на основании входной аттестации.

Кадровое обеспечение

Кадровый потенциал является наиболее важным ресурсом, позволяющим осуществлять качественный образовательный процесс.

Занятие по программе ведут педагоги и концертмейстер, имеющие специальное педагогическое образование.

Концертмейстер выполняет следующие функциональные обязанности:

- совместно с педагогом осуществляет развитие разносторонней творческой деятельности воспитанников коллектива;
- совместно с педагогом реализует дополнительную образовательную программу, несет ответственность за качество ее выполнения;
- способствует развитию художественного вкуса у детей, расширению музыкально-образных представлений и воспитанию творческой индивидуальности;
- обеспечивает профессиональное исполнение музыкального материала на занятиях, зачетах, концертах, показательных выступлениях;
- при необходимости обеспечивает музыкальное сопровождение «в транспорте» (транспонирование);
- читает с листа.

Материально-техническое обеспечение:

- Осветитель – лампы дневного света
- Музыкальный центр
- Методические пособия и разработки
- Отдельное помещение – класс 50 кв.м
- Гимнастические коврики
- Хореографический станок.

Занятия проводятся в светлом просторном кабинете, оборудованном для занятий хореографией. В дистанционном режиме занятия проводятся с использованием компьютера или ноутбука, вебкамеры и т.п.

Формы организации занятий: тренировочные занятия, мастер-классы, тестирование, беседы, игровые, проектная деятельность, открытые занятия, концерт, выступления, творческая мастерская.

В дистанционном режиме готовятся презентации на разные темы, проводятся викторины, тестирование для проверки знаний учащихся, используются такие платформы, как Zoom (конференция он-лайн), Whatsupp, YouTube, Вконтакте, Viber.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:
- входная диагностика - проводится при наборе учащихся или на начальном этапе формирования групп;
- текущий контроль - проводится в течение года, возможен на каждом занятии
- промежуточный контроль – проводится по окончании изучения темы, в конце полугодия/ года.
- итоговая аттестация - проводится в конце обучения по программе.

Контроль осуществляется в формах: беседа, наблюдение, опрос, тестирование, анкетирование, обсуждение творческих заданий, защита проектов, выступления, участие в соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации данной программы

- Участие детей в конкурсах, концертах, фестивалях и смотрах различного уровня.
- Открытые занятия (для детей и родителей), их анализ и оценка.
- Праздничные концерты всех групп коллективов, их анализ и оценка.
- Зачет.
- Защита творческого проекта.
- Анализ, оценка и самооценка детей об участии в конкурсах, концертах, фестивалях.
- Опрос родителей об их удовлетворенности образовательным процессом.

В дистанционном режиме готовятся презентации на разные темы, проводятся викторины, тестирование для проверки знаний учащихся, используются такие платформы, как Zoom (конференция он-лайн), Whatsupp, YouTube, Вконтакте, Viber.

1.8. Планируемые результаты

Предметные результаты

- знание основ ритмики, гимнастики.
- овладение навыками танцевальных направлений: классический, народный танец.
- навыки выполнения движений в разных танцевальных техниках (вращения, дробные выстукивания, работа в паре).
- развитие познавательного интереса, любознательности; внимания, памяти, восприятия, мышления, воображения; эмоциональной сферы, творческих способностей.

Метапредметные результаты

- умение ставить перед собой цели и определять задачи;
- умение контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, оценивать деятельность и действия сверстников;
- умение конструктивно общаться со сверстниками и взрослыми, координировать в сотрудничестве позиции других людей;
- умение регулировать свое психоэмоциональное состояние;
- умение находить нужную информацию, используя интернет - ресурсы, дополнительную познавательную литературу справочного характера.

- **Познавательные результаты:**
- находить в музыкальном тексте разные части;
- понимать содержание рисунков и уметь работать в пространстве;
- усвоение движений и элементов русского танца.
- **Коммуникативные результаты:**
- воспринимать танцевальное произведение и мнение других людей о русской культуре и культуре танца;
- учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия танца;
- принимать участие в массовом исполнение танца и в коллективных инсценировках;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, представление о дружбе, доброжелательном отношении к людям.

Личностные результаты

- умение видеть, осознавать, принимать и создавать красоту в танцевальном движении и в жизни;
- умение планировать, анализировать свою деятельность и вносить в нее коррективы в соответствии с нравственными нормами и ценностями;
- наличие волевых качеств личности: целеустремленности, трудолюбия, упорства, усердия;
- проявление интереса к здоровому образу жизни.

2. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1	02.09	25.05	36	36	72	1 раза по 2 часа
2	01.09	21.05	36	72	72	2 раза по 1 часа

3. Рабочая программа 1-го года обучения

3.1.Задачи 1 года обучения

Обучающие:

1. Изучение основ ритмики.
2. Изучение базовых движений историко-бытового и народного танца
3. Обучение основам партерной гимнастики и акробатики.
4. Постановка танцевальных номеров.

Развивающие:

1. Развитие внимания, памяти, мышления, воображения.
2. Развитие творческих способностей (эмоциональное исполнение поставленных номеров).
3. Формирование рефлексивных умений (умение объективно взглянуть на себя и свои поступки со стороны).

Воспитательные:

1. Воспитание доброжелательности и дружелюбия.
2. Формирование положительной самооценки.
3. Приобщение к здоровому образу жизни.

3.1. Учебно-тематический план 1-го года обучения группа

Очная форма реализации					
№	**Название раздела**	**Теория**	**Практика**	**Всего**	**Формы аттестации/ контроля**
1	Вводное занятие	2		2	Входная диагностика
2	Удивительный мир танца!	1	9	10	Беседа
3	Азбука музыкального движения	1	21	22	Зачет
4	Основа танца-мышечный корсет	1	15	16	Наблюдение
5	Знакомство с элементами русского танца	1	13	14	Открытое занятие
6	Знакомство с историко - бытовым танцем	1	15	16	
7	Элементы акробатики	2	14	16	Наблюдение
8	Партерная гимнастика	2	20	22	Контрольное занятие

9	Постановка концертных номеров	2	18	20	
10	Контрольные и итоговые занятия		6	6	Творческий отчет
	Итого	**14**	**130**	**144**	

3.2. Содержание программы 1-го года обучения

1. Вводное занятие

Теория:

Правила проведения на тренировках, дисциплина и организованность. Режим занятий, форма одежды на занятиях. Задачи и план работы на год. Беседа о технике безопасности на занятиях.

2.Удивительный мир танца!

Теория:

Правила выполнения упражнений для развития пресса, ног, рук, спины.

Практика:

Упражнения для развития пресса:

- в позиции: лежа на полу, ноги согнуты в коленях, руки за головой, отрывать плечи от пола (в среднем 10-15 раз),
- в позиции: лежа на полу, ноги прямые, руки за головой, поднимать ноги от пола (10-15 раз).

Упражнения для развития ног:

- приседание на двух ногах во второй позиции, до конца (15-20 раз),
- прыжки на одной или двух ногах (30-40 сек.).

Упражнения для развития рук и спины:

- отжимания от пола, лежа на животе, с согнутыми в коленях ногами – (5-10 раз).
- лодочка – лежа на животе, руки за голову, подъем прямых ног (30 сек.).

3.Азбука музыкального движения

Теория:

Музыкальные понятия темп, ритм. Правила выполнения различных движений в разные темпы. Правила выполнения растяжки, ее значение для здоровья ребенка.

Практика:

- Наклоны, повороты, вращения и полукруги головой в различных направлениях, различные сочетания этих движений в разном темпе.
- Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса: подъемы и опускания плеч, вращения и полукруги в разные стороны, различные сочетания этих вариантов движения в разном темпе.
- Упражнения для мышц грудной клетки: смещение верхней части корпуса в различных направлениях, вращения, полукруги, наклоны, повороты и различные сочетаниях этих движений в разном темпе.
- Упражнения для рук: махи руками вверх и в стороны, медленное растяжение мышц, вращательные движения «от плеча» и «от локтя» в разные направлениях (в медленных и быстрых темпах).

- Упражнения для разогрева мышц тазобедренного пояса и ног: вращательные движения бедрами в различных направлениях и плоскостях, покачивания бедрами вправо и влево, вперед и назад в разных темпах.
- Упражнения на растяжку: стоя в позиции «ноги врозь» наклоны к правой, к левой ноге и в середину, наклоны вперед сидя, стоя, лежа в различных позициях ног.

4. Основа танца – мышечный корсет

Теория:
Постановка корпуса. Правила исполнения базовых движений. Теория об исполнении движений.

Практика:
- Постановка корпуса (упражнения для укрепления и формирования правильной осанки).
- Развитие и формирование правильной санки;
- Связывание упражнений в комбинацию на развитие мышц спины, позвоночника;
- Развитие и формирование гибкости;
- Упражнения для мышц грудной клетки
- Самостоятельное закрепление материала.

5. Знакомство с элементами русского танца

Теория: Беседа о возникновении русского танца
Практика:
- Постановка корпуса.
- Танцевальные шаги, притопы.
- Элементарные повороты.
- Перестроение

6.Историко-бытовой танец

Теория: Возникновение историко-бытового танца
Практика:
- Постановка корпуса
- Положение рук, ног, головы
- Основные шаги бытового танца

7.Элементы акробатики

Теория:
Знакомство с понятием акробатика, Правила выполнения упражнений.
Практика:
- Постановка корпуса.
- Разминка.
- Упражнения способствующие развитию выполнения элементов акробатики.
- Правильное выполнение упражнений.
- Самостоятельное выполнение упражнений по заданию педагога.

8. **Партерная гимнастика**

Теория:
Понятие партерная гимнастика.
Практика:

- Постановка корпуса, ног, рук, головы сидя на полу.
- Упражнения на формирование правильной осанки.
- Комплекс упражнений на развитие и укрепление мышц спины, ног, рук.
- Правильное выполнение упражнений по заданию педагога
- Умение самостоятельно выполнять упражнения.

9. Подготовка концертных номеров

Теория:
Просмотр концертов танцевальных коллективов. Понятие о танцевальном номере, который ставится.
Практика:
- Постановка концертного номера «Про молоко»
- Постановка концертного номера «Подплясочка»
- Отработка танцевальных номеров
- Самостоятельное выполнение номера

10. Контрольные и итоговые занятия

Контрольные оценочные занятия по разделам программы 1-го года обучения
В конце года подведение итогов. Промежуточная аттестация. Открытое занятие для родителей. Праздничное чаепитие.

3.3. Планируемые результаты 1-го года обучения

Предметные результаты
- знание музыкальных длительностей, долей, размеров, основных музыкальных понятий, различий в темпах и характере музыки;
- овладение основами ритмики;
- правильная постановка корпуса
- знание и качественное исполнение основных движений русского танца;
- развитие внимания, памяти, мышления, воображения;
- развитие творческих способностей (эмоциональное исполнение поставленных номеров).

Метапредметные результаты
- опыт участия в концертах с танцевальными номерами;
- умение ставить перед собой цели и определять задачи;
- умение контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей.

Личностные результаты
- наличие волевых качеств личности: целеустремленности, трудолюбия, упорства, усердия;
- доброжелательные отношения в коллективе;
- проявление интереса к здоровому образу жизни.

3.4. Календарно-тематическое планирование 1-го года обучения

Очная форма реализации программы							
№	Раздел программы	Тема занятия	количество часов			По плану	По факту
			Теория	Практика	Всего		
1	Вводное занятие	Инструктаж по Т.Б. Входная диагностика	2		2	02.09	
2	Удивительный мир танца	Введение в мир танца. Понятие танец. Ознакомление с историей танца. Игровое занятие «Мелодия и движение», «Найди свое место» Игра на развитие артистических качеств.	1	1	2	09.09	
3	Удивительный мир танца	Строение музыки. Динамические оттенки в музыке-прослушивание аудиозаписей. Изучение элементарных перестроений (квадрат круг, колона)		2	2	16.09	
4	Азбука музыкального движения	Мелодия и движения. Темп. Музыкальный размер. Игровые этюды. Музыкально-пространственные упражнения.		2	2	23.09	
5	Азбука музыкального движения	Игровые этюды Музыкально-пространственные упражнения. Игровое занятие на эмоциональную выразительность		2	2	30.09	
6	Азбука музыкального движения	Упражнения на развитие координации. Музыкальный темп и ритм (выполнение движений в различных темпах)		2	2	07.10	

7	Азбука музыкального движения	Этюд на создание образов. Передача настроения музыки. Танцевально-ритмические перестроения.	1	1	2	14.10	
8	Азбука музыкального движения	Игра. Рисунки танца. Танцевальные шаги (на полупальцах, на пятках, подскоки, бег).		2	2	21.10	
9	Азбука музыкального движения	Танцевальная импровизация как способ развития способностей ребенка.		2	2	28.10	
10	Основа танца-мышечный корсет	Понятие «мышечный корсет» Основные требования постановки корпуса. Изучение движений разогрева. Тренировка корсетно-мышечного аппарата.		2	2	11.11	
11	Основа танца-мышечный корсет	Упражнения на выворотность. Упражнения для пластики рук.		2	2	18.11	
12	Основа танца-мышечный корсет	Упражнения на пластику рук. Упражнения на выворотность ног.		2	2	25.11	
13	Знакомство с элементами русского танца	Рождение искусства русского танца. Постанова корпуса. Постановка корпус. Положение рук на поясе. Специфика танцевального шага.		2	2	02.12	
14	Знакомство с элементами русского танца	Постановка корпуса. Позиции рук и ног в народном танце. Основные ходы и проходки. Притопы и ковырялочки.		2	2	09.12	
15	Знакомство с элементами русского танца	Изучение основных движений. Изучение движений: «елочка», «гармошка», ходы, притопы.		2	2	16.12	

16	**Контрольное и итоговое занятие**	**Открытое занятие «Я познаю мир танца»**		**2**	**2**	**23.12**	
17	Знакомство с историко-бытовым та	История историко-бытового танца. Получение знаний и положении корпуса, рук, ног и головы. Постановка корпуса, рук, ног и головы.		2	2	30.12	
18	Знакомство с историко-бытовым танцем	Изучение реверанса, бытовой шаг. Изучение pas galoppe. Знакомство с танцами: польки.	1	1	2	13.01	
19	Знакомство с историко-бытовым танцем	Изучение pordebras. Изучение движений польки.		2	2	20.01	
20	Элементы акробатики	Освоение теоретического материала. Изучение элементов: мостик. Изучение элементов: колесо		2	2	27.01	
21	Элементы акробатики	Изучение элементов: мостик, стойка на лопатках. Изучение элементов: колесо, кувырок вперед.		2	2	03.02	
22	Элементы акробатики	Изучение движений: кувырок вперед, назад, падение.		2	2	10.02	
23	Партерная гимнастика	Освоение теоретического материала. Основные элементы для развитие стоп. Упражнения для развития стопы.		2	2	17.02	
24	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц спины. Освоение теоретического материала. Развитие выворотности.		2	2	24.02	
25	Партерная гимнастика	Упражнения для развития выворотности и силы ног. Упражнения для подвижности коленного сустава.		2	2	02.03	

26	Партерная гимнастика	Теоретический материал. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника	1	1	2	16.03	
27	Партерная гимнастика	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения на растяжку. Комплекс упражнений для развития мышц и суставов.		2	2	23.03	
28	Постановка концертных номеров	Формирование представления о хореографическом номере. Значимость репетиционного процесса в постановочной работе.		2	2	30.03	
29	Постановка концертных номеров	Упражнения на перестроение в соответствии с установленными рисунками		2	2	06.04	
30	Постановка концертных номеров	Соблюдение интервалов, фиксация рисунка в свободно выбранных из номеров позировках.		2	2	13.04	
31	Постановка концертных номеров	Поэтапное проучивание комбинаций в методической раскладке и последующее соединение проученного материала воедино		2	2	20.04	
32	Постановка концертных номеров	Прослушивание и разбор музыкального материала изучаемого номера(размер, имеющиеся части, фразы, характер)		2	2	27.04	
33	Постановка концертных номеров	Разъяснение необходимой связи движения с музыкальным оформлением.		2	2	04.05	
34	Постановка концертных номеров	Отработка отдельных движений. Эмоциональная подача. Отработка отдельных движений, эмоциональная подача	1	1	2	11.05	

35	Постановка концертных номеров	Первоначальное формирование навыков выразительности, эмоциональная подготовка к первому выходу на сцену.		2	2	18.05	
36	**Контрольные и итоговые занятия**	**Открытое занятие «Я умею» Концертное выступление «Мы вместе»**		2	2	25.05	
Итого			**14**	**131**	**144**		

4. Рабочая программа 2-го года обучения

4.1. Задачи 2-го года обучения

Обучающие:
-повторение пройденного материала;
-обучение основам классического танца;
-обучение более сложным упражнениям и движениям народного танца;
-обучение танцевальной технике.

Развивающие:
-развитие внимания, памяти, восприятия, мышления, воображения.
-развитие творческих способностей (выразительности в исполнение импровизации и постановок)
-развитие познавательной сферы (интерес к процессу танца, его анализ, умение задавать вопросы о танце)

Воспитательные:
-воспитание готовности сотрудничать, вежливости.
-формирование трудолюбия, уважительного отношения к личному и общественному труду.
воспитание творческой активности и потребности в самовыражении.

4.2. Учебно-тематический план 2-го года обучения

Очная форма реализации					
№	**Наименование разделов**	**Теория**	**Практика**	**Всего**	**Формы контроля/ аттестации**
1	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.	1		1	Опрос, беседа
2	Основы классического танца	2	9	11	Открытое занятие
3	Пластика рук		3	3	Наблюдение
4	Прыжковая техника	1	7	8	Контрольное занятие
5	Техника вращения	1	7	8	Контрольное занятие
6	Народно-сценический танец	1	19	20	Открытое занятие
7	Партерная гимнастика	1	7	8	Контрольное занятие
8	Постановка концертных номеров	1	9	10	
9	Контрольные и итоговые занятия		3	3	Творческий отчет
10	**Итого**	**8**	**64**	**72**	

4.3. Содержание программы 2-го года обучения

1. Вводное занятие
Теория: Знакомство с программой 2-го года обучения. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Знакомство с основами гигиены.

2. Основы классического танца
Теория:
Знакомство с творчеством первой танцовщицы, вставшей на пальцы. Методика исполнения движений.
Практика:

- Постановка корпуса, ног, рук, головы.
- Постановка ног в позиции.

- Releve по I и VI позиции
- Постановка рук в подготовительную позицию, повороты головы.
- Plie и grandplie по первой свободной позиции
- I port de bras.
- Bettmenttendu и bettmenttendujeteиз I позиции
- Ron de jamb par terre
- Положение ноги cou de pie
- Relevel
- Grand bettment
- Экзерсис на середине зала

3.Пластика рук

Теория:

Пластика как средство выразительности.

Практика:

- Повторужеизученныхдвижений
- Изучениеболеесложныхбазовыхдвижений
- Развитие пластичности рук
- Самостоятельное закрепление материала.

4. Прыжковая техника

Теория:

Повторение понятий высота прыжка. Правила исполнения прыжков. Разнообразие прыжков.

Практика:

- Развитие баллона
- Прыжки по позициям
- Прыжки с продвижением
- Прыжки в повороте
- Комбинации на прыжки.

5. Подготовка к вращению

Теория:

Изучение техники исполнения движений. Разнообразие вращений. Правила исполнения различных вращений

Практика:

- Постановка корпуса, головы.
- Элементарные вращения по VI позиции
- Вращение с продвижением и на месте.
- Самостоятельное закрепление материала.

6. Народно-сценический танец

Теория: Понятие о народном танце. Показ видео материала по теме народный танец

Практика:

- Постановка корпуса, ног, рук.
- Основные движения исполняемые при различных перестроениях
- Шаги, притопы, повороты.
- Правильное выполнение движений
- Port de bras руками
- Припадание по VI позиции
- Танцевальные комбинации

- Дробные выстукивания
- Этюды
- Самостоятельное выполнение движений танцевальных комбинаций

7. Партерная гимнастика
Теория:
Значение общей физической подготовки для качественного исполнения танца. Правила выполнения упражнений.
Практика:
- Развитие правильной осанки
- Развитие мышц брюшного пресса
- Развитие гибкости
- Развитие и укрепление мышц тазобедренного сустава
- Комплекс упражнений на растяжку
- Общеразвивающие упражнения
- Самостоятельное выполнение упражнений

8. Постановка концертных номеров
Теория:

Просмотр видеоматериала.

Практика:

- Постановка номера «Потешки»
- Отработка отдельных элементов
- Постановочно-репетиционная работа
- Самостоятельное выполнение пройденного материала

9. Контрольные и итоговые занятия
Практика

Контрольные оценочные занятия по разделам программы 2-го года обучения.

Промежуточная аттестация. Подведение итогов. Открытое занятие для родителей. Праздничное чаепитие.

4.4. Планируемые результаты 2-го года обучения

Предметные результаты

- навыки исполнения основных движений классического и народного танца;

- освоение начальных навыков импровизации;

- знание основ музыкальности (сильные, слабые доли, лестница долей), применение этих знаний на практике;

- развитие внимания, памяти, восприятия, мышления, воображения;

- развитие творческих способностей (улучшение выразительности в исполнение импровизации и постановок).

Метапредметные результаты

- способность учащихсяпонимать и принимать учебную цель и задачи;
- ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с педагогом;
- умение координировать свои усилия с усилиями других: работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Личностные результаты

- развитие познавательной сферы (повышенный интерес к процессу танца, умение анализировать танцевальный процесс и результат, умение задавать вопросы о танце)
- вежливые отношения в коллективе, умение сотрудничать;
- трудолюбие, уважительное отношение к личному и общественному труду.

4.5. Календарно-тематическое планирование 2-го года обучения

Очная форма реализации программы							
№ п/п	**Раздел программы**	**Тема занятия**	**количество часов**			**По плану**	**По факту**
			Теория	**Практика**	**Всего**		
1	Вводное занятие	Инструктаж по Т.Б. Входная диагностика	1		1	01.09	
2	Основы классического танца	Построение в зале. Получение знаний о положениях корпуса, рук, ног и головы.	1	1	1	05.09	
3	Основы классического танца	Постановка корпуса лицом к станку.		1	1	08.09	
4	Основы классического танца	Постановка корпуса лицом к станку. Постановка ног в l,ll позицию		1	1	12.09	
5	Основы классического танца	Изучение движений:«demiplie» по l,ll позиции лицом к станку.		1	1	15.09	
6	Основы классического танца	Изучение движений:«demiplie» по l,ll позиции лицом к станку.		1	1	19.09	
7	Основы классического танца	Изучение движений: «battementtendu».		1	1	22.09	
8	Основы классического танца	Изучение движений: «battementtendu».		1	1	26.09	
9	Основы классического танца	Изучениедвижений: demi-rond de jambe par terreendehor(поточкам)		1	1	29.09	
10	Основы классического танца	Изучениедвижений demi-rond de jambe par terreen dedans(поточкам)		1	1	03.10	

11	Основы классического танца	Изучениедвижений demi-rond de jambe par terreen dedans(поточкам)		1	1	06.10	
12	Основы классического танца	Изучение движений: battement tendujete		1	1	10.10	
13	Основы классического танца	Изучение движений: battement tendujete		1	1	13.10	
14	Основы классического танца	Battement releve lent на 25 и 45 градусов		1	1	17.10	
15	Основы классического танца	Изучение движений: положение ноги surlecou-de-pied		1	1	20.10	
16	Основы классического танца	Изучениедвижений: port de bra grand battement jete		1	1	24.10	
17	Основы классического танца	Изучениедвижений: port de bras grand battement jete		1	1	27.10	
18	Основы классического танца	Экзерсис на середина зала Закрепление пройденного материала		1	1	31.10	
19	Пластика рук	Разучивание комбинаций на пластику рук	1		1	03.11	
20	Пластика рук	Разучивание комбинаций на развитие пластичности рук Развитие координации.		1	1	07.11	
21	Пластика рук	Разучивание комбинаций на развитие пластичности рук. Совершенствование мышечной системы.		1	1	10.11	
22	Пластика рук	Совершенствование мышечной системы.		1	1	14.11	

23	Пластика рук	Совершенствование мышечной системы.		1	1	17.11	
24	Изучение прыжковой техники	Объяснение техники исполнения маленьких и средних прыжков. Трамплинные прыжки	1		1	21.11	
25	Изучение прыжковой техники	Изучение маленьких прыжков.		1	1	24.11	
26	Изучение прыжковой техники	Saute по I позиции		1	1	28.11	
27	Изучение прыжковой техники	Saute I, II позиции		1	1	01.12	
28	Изучение прыжковой техники	Saute по I и II позициям. Changement de pied безпеременыног		1	1	06.12	
29	Изучение прыжковой техники	Sauteпо I и II Changement de pie безпеременыног		1	1	08.12	
30	Изучение прыжковой техники	Прыжки с поджатием ног на 90,360 гр Прыжки трамплинные		1	1	12.12	
31	Изучение прыжковой техники	Прыжки с поджатием ног на 90, 360 гр Прыжки трамплинные		1	1	15.12	
32	Изучение прыжковой техники	Прыжки комбинированные		1	1	19.12	
33	Изучение прыжковой техники	Повторение и закрепление Пройденного материала		1	1	22.12	
34	Изучение прыжковой техники	Повторение и закрепление пройденного материала		1	1	26.12	

35	**Контрольное и итоговое занятие**	**«Я познаю мир танца»**		1	1	**29.12**	
36	Техника вращения	Изучение методики исполнения вращения. Элементарное вращение на двух ногах.	1		1	09.01	
37	Техника вращения	Элементарное вращение на двух ногах.		1	1	12.01	
38	Техника вращения	Подготовка к вращению с поджатыми ногами		1	1	16.01	
39	Техника вращения	Подготовка к вращению С поджатыми ногами		1	1	19.01	
40	Техника вращения	Изучение методики исполнения вращения chene	1		1	23.01	
41	Техника вращения	Изучение подготовки к подскокам в повороте		1	1	26.01	
42	Техника вращения	Развитие вестибулярного аппарата		1	1	30.01	
43	Техника вращения	Повороты на двух ногах по Vl позиции на 360 градусов на месте		1	1	02.02	
44	Техника вращения	Исполнение вращения chene		1	1	06.02	
45	Техника вращения	Вращение на двух ногах		1	1	09.02	
46	Техника вращения	Вращение поджатые ноги		1	1	13.02	
47	Техника вращения	Подскоки в повороте по точкам, по половинкам, целый поворот		1	1	16.02	

48	Основы народно-сценического танца	Получение знаний о постановке корпуса, ног, рук Постановка корпуса лицом к станку.	1		1	20.02	
49	Основы народно-сценического танца	Постановка корпуса, ног, рук. Portdebra		1	1	27.02	
50	Основы народно-сценического танца	Demiplie, battementtendulицомкс танку. Танцевальные проходки, притопы, соскоки.		1	1	01.03	
51	Основы народно-сценического танца	Танцевальные проходки, Изучение элементарных комбинаций.		1	1	07.03	
52	Основы народно-сценического танца	Разновидность танцевальных шагов. Дробные выстукивания.		1	1	12.03	
53	Основы народно-сценического танца	Battementtendujete в сторону с переводом стопы на каблук. Дробные выстукивания.		1	1	15.03	
54	Основы народно-сценического танца	Разновидность притопов. Элементарные комбинации	1		1	19.03	
55	Основы народно-сценического танца	Разновидность притопов. Шаги, ковырялки, перескоки.		1	1	22.03	
56	Основы народно-сценического танца	Не сложные комбинации лицом к станку (plie, battementtendu в русском характере)		1	1	26.03	
57	Основы	Не сложные		1	1	29.03	

	народно-сценического танца	комбинации лицом к станку (plie, battementtendujete в русском характере)					
58	Основы народно-сценического танца	Дробные выстукивания «Моталочка», «ковырялочка»		1	1	02.04	
59	Основы народно-сценического танца	Дробные выстукивания «Моталочка», «ковырялочка»		1	1	05.04	
60	Основы народно-сценического танца	Экзерсис у станка Разновидность дробных проходок		1	1	09.04	
61	Основы народно-сценического танца	Экзерсис у станка и на середине Разновидность дробных проходок		1	1	12.04	
62	Основы народно-сценического танца	BattmenttenduизVI и III позиции		1	1	16.04	
63	Основы народно-сценического танца	Совершенствование техники исполнения		1	1	19.04	
64	Основы народно-сценического танца	Battmenttendujeteиз III позиции		1	1	23.04	
65	Основы народно-сценического танца	Совершенствование техники исполнения		1	1	26.04	
66	Основы народно-сценического танца	Припадание в сторону из III свободной позиции		1	1	30.04	

67	Основы народно-сценического танца	Подскоки, русский бег, перескоки		1	1	03.05	
68	Основы народно-сценического танца	Подскоки, русский бег, перескоки		1	1	07.05	
69	Основы народно-сценического танца	Знакомство с разнообразием рисунков и фигур.		1	1	10.05	
70	**Открытое занятие**	**«Я умею»**		1	1	**14.05**	
71	Постановка концертных номеров	Работа над техникой исполнения движений		1	1	17.05	
72	**Контрольное и итоговое занятие**	**Концерт «Мы вместе»**		1	1	**21.05**	
Итого			**8**	**64**	**72**		

5. Методическое обеспечение образовательной программы (в том числе в дистанционном режиме).

Методическое обеспечение образовательной программы 2 года обучения.

№	Разделы программы	Форма занятий (очная)	Методические и дидактические материалы	Электронные образовательные ресурсы
1	Вводное занятие. Инструкция по Т.Б.	Беседа	Оборудование: зеркала, видеомагнитофон Методические материалы: Музыка в звукозаписи	Образовательная Платформа ZOOM
2	Классический танец	Тренировка, беседа, тестирование	Оборудование: зеркала, магнитофон. Методические материалы:музыка в звукозаписи	Образовательная платформа WhatsApp В Контакте
3	Пластика рук	Тренировка, беседа, обсуждение Мастер-класс	Оборудование: зеркала, видеомагнитофон Методические материалы: музыка взвукозаписи	https://vk.com/acrokmc Он-лайн справочник «Биомеханика движения» Презентация «Упражнения для мышц плечевого пояса»
4	Прыжковая техника	Открытое занятие	Плакат «Скелет и мышцы человека»	Образовательная Платформа ZOOM
5	Техника вращения	Беседа, репетиция.	Оборудование: ноутбук, магнитофон. Методические материалы: Видеоматериалы, музыка в звукозаписи	Образовательная платформа ZOOM Telegram
6	Народно-сценический танец	Беседа, репетиция	Оборудование: зеркала, Методические материалы: Видеоматериалы,музыка в звукозаписи	Образовательная платформа ZOOM WhatsApp Telegram В Контакте
7	Партерная гимнастика	Беседа, репетиция	Оборудование:Гимнастический коврик Методические материалы Звукозаписи	https:// vk.com/ gymnast Презентация: «Гимнастика на полу»
8	Постановка концертных номеров	Концерт	Оборудование: Фонограмма,зал	Видеоматериалы Танцевальных коллективов В Контакте
9	Контрольные и итоговые занятия	Беседа	Оборудование: Ноутбук, магнитофон Методические Музыка и звукозапись	Образовательная платформа ZOOM WhatsApp Telegram

Методическое обеспечение образовательной программы 1 года обучения

№	Разделы программы	Форма занятий (очная)	Методические и дидактические материалы	Электронные образовательные ресурсы
1	Вводное занятие. Инструкция по Т.Б.	Беседа	Оборудование: зеркала, видеомагнитофон Методические материалы: Музыка в звукозаписи	Образовательная Платформа ZOOM
2	Удивительный мир - танца!	Тренировка, беседа, игра	Оборудование: зеркала, магнитофон. Методические материалы:музыка в звукозаписи	Видеоматериалы YouTube
3	Азбука танцевального движения.	Тренировка, беседа, игра Мастер-класс	Оборудование: зеркала, видеомагнитофон Методические материалы: музыка взвукозаписи	Образовательная Платформа ZOOM
4	Постановка корпуса	Открытое занятие	Плакат «Скелет и мышцы человека»	https://vk.com/acrokmc Он-лайн справочник «Биомеханика движения» Презентация «Упражнения для мышц плечевого пояса»
5	Народно-сценический танец	Беседа, репетиция.	Оборудование: ноутбук, магнитофон. Методические материалы: Видеоматериалы, музыка в звукозаписи	Образовательная платформа ZOOM WhatsApp Telegram В Контакте
6	Историко-бытовой танец	Беседа, репетиция	Оборудование: зеркала, Методические материалы: Видеоматериалы,музыка в звукозаписи	Образовательная платформа ZOOM
7	Элементы акробатики	Беседа, тренировка	Оборудование: Гимнастические коврикиМетодические материалы:	Образовательная платформа WhatsApp В Контакте
8	Партерная гимнастика	Беседа, репетиция	Оборудование:Гимнастический коврик Методические материалы Звукозаписи	https:// vk.com/ gymnast Презентация: «Гимнастика на полу»
9	Подготовка концертных номеров	Концерт	Оборудование: Фонограмма,зал	Видеоматериалы Танцевальных коллективов В Контакте
10	Контрольные и итоговые занятия	Беседа	Оборудование: Ноутбук, магнитофон Методические Музыка и звукозапись	Образовательная платформа ZOOM WhatsApp Telegram

Оценочные материалы образовательной программы

Наименование раздела, темы	**Предметные компетенции**		**Метапредметные компетенции** (информационная, коммуникативная познавательная и др.)	**Личностные компетенции** (культура поведения, сотрудничество в процессе обучения, аккуратность и др.)
	Теория	**Практика**		
Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.	Устный опрос по ТБ	Входная диагностика Опрос Беседа	Творческое задание «Музыкальная подборка для занятия»	Составление плана самостоятельной работы, отчет о его выполнении
Классический танец	Опрос «Правила выполнения комбинаций у станка»	Открытый урок «Экзерсис у станка и на середине зала»	Творческое задание «Наролный хореографический коллектив»	Творческое задание «Подготовь разминку для занятия»
			Подготовка учащимися статей о музыке, танцевальных направлениях, танцорах для группы коллектива в социальной сети Вконтакте	Обсуждение «Культура поведения на соревнованиях»
Прыжковая техника Вращения	Викторина по терминалогии Опрос «Правила выполнения вращений. Техника безопасности»	Зачет «Построение и перестроение в танце» Зачет «Вращение» Контрольное занятие по теме «Прыжковая техника» \	Защита проэкта «Народно-сценический танец»	
Народно-сценический танец	Опрос «Правила выполнения комбинаций у станка и на середине зала»	Концерты, выступления, соревнования, танцевальные практики		
Народный костюм	Тесты на знание элементов русского народного костюма			

Партерная гимнастика Акробатика	Опрос «Правила выполнения упражнений партерной гимнастики» Опрос «Техника безопасности выполнения упражнений акробатики»	Контрольное упражнение на растяжу Зачет на выполнение акробатических упражнений,		
Контрольные итоговые занятия	Текущий контроль Промежуточная аттестация по разделам программы Итоговый контроль	Открытое занятие Творческий отчет		

Список литературы

Список литературы для педагога

1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий/ под общ. Ред. Е.Б.Мякинченко, М.П.Шестакова.- М.: СпортАкадемПресс, 2002
2. Былеева Л.В. и др. Подвижные игры. Учеб. пособие для ин-тов физ. культ..-М.: ФиСб 1974.
3. Васильева Н.В. Как вырастить ребенка здоровым и ловким. – М.: Айрис-пресс, 2003.
4. ДовгальА.С. Уроки хореографии в школе. Программа и методическая разработка для педагогов - хореографов. – СПб городской Дворец творчества юных, 1999.
5. Капорова Е. Роль танца в эстетическом воспитании школьников.- М.: Просвещение, 1963.
6. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей- учебно- методическое пособие для воспитателей и педагогов.- М., Множ. Пресс, 1997.
7. Маркова А.К.Формирование мотивации учения в школьном возрасте: пособие для учителя.- М., Просвешение, 1983.
8. Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушениу.- СПб, Речь, 2001.
9. Психология: Учеб. дя ин-тов физ. культ./ под ред. В.М.Мельникова.- М.: ФиС, 1987.
10. Романова А.В. Основы технологий обучения: Учеб. пособие/ СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2001.
11. Руднева С, Фин Э. Ритмика. Музыкальное движение.- М.- Просвещение, 1963.
12. Хореография/ под ред. С.С.Филиппова.- СПб, СПб ГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2000.

Список литературы для детей

1. Борисенко Д. (при участии Ромштейна Л.). Подарите себе здоровье/ Пер. с англ.- Мн.: ООО "Попурри", 1999.
2. Еремина М. Роман с танцем.- Изд-во “Танец”,1998
3. Норбеков М. Тренировка тела идуха.- СПб.: Питер, 2004.