Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Гимназия №227 Фрунзенского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ Гимназия №227 Санкт-Петербурга)
Турку ул., д.30, лит.А Санкт-Петербург, 192241 т. (812) 573 97 09 т./ф. (812) 573 97 10 E-mail: gim227@yandex.ru

Рассмотрена: на заседании МО протокол от 01.06.2023 №5	Согласована: на заседании МС протокол от 02.06.2023 №10	Утверждена: приказ от 02.06.2023 №87

Рабочая программа

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Коллектив современного эстрадного танца «Данс Авеню»»

на 2023/2024 уч.г.

Второй год обучения

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ №227 ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Подписано цифровой подписью: ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ №227 ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Дата: 2023.06.13 11:20:53 +03'00'

педагог дополнительного образования
Королёва О. А.

Санкт-Петербург
2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Задачи на второй год обучения 3
Содержание программы 3
Календарно-тематический план 5
Формы контроля 9
Планируемые результаты освоения программы 10
Лист корректировки рабочей программы..... **Ошибка! Закладка не определена.**

Задачи на второй год обучения

Можно выделить следующие задачи общеобразовательной программы коллектива эстрадного танца «Dance Avenue» для группы 2 года обучения.

1 Образовательные:

- сформировать хорошую физическую форму;
- формирование музыкального слуха и чувства ритма;
- освоение элементарного танцевального лексикона.

2. Развивающие:

- создание условий для всестороннего развития ребенка;
- формирование положительной мотивации для дальнейшего обучения танцевальной деятельности;
- развития творческого потенциала, стремления изучать творчество, к творческой самореализации;
- формирование психологической, телесной и духовной раскрепощенности;
- формирование эмоционального благополучия;
- укрепление как физического, так и психического здоровья ребенка.

3. Воспитательные:

- коррекция отношения к танцевальному виду деятельности.
- повышение социальной адаптации ребенка;
- профилактика асоциального поведения;
- формирование адекватных детско-родительских отношений через взаимодействие с родителями;
- создать комфортную благоприятную обстановку, атмосферу доброжелательности и сотрудничества для духовного развития обучающегося;
- воспитать культуру поведения на сцене;
- приобщить детей и подростков к искусству танца;
- формировать высокий уровень групповой сплоченности в коллективе и чувства групповой идентификации участников коллектива;
- участие в концертных мероприятиях района, города, страны с целью более глубокого внедрение в культуру хореографии, воспитывать адекватное чувство конкуренции.

Содержание программы

Основная задача на 2 году обучения является развитие силы ног за счет увеличения количества упражнений и усложнения программы по классическому экзерсису у станка, на середине, а также развитие устойчивости и техники исполнения движений в более быстром темпе. Наряду с этими вводятся новые координационные упражнения, происходит

усложнение учебных комбинаций. Начинается изучение прыжков с приземлением на одну ногу и ознакомление с техникой поворотов на одной ноге. Отрабатываются навыки актёрского мастерства путём выполнения комплекса эмоциональных упражнений и творческих ассоциативных игр.

1. Разминка. Растяжка. ОФП.

Теория: правила выполнения элементов.

Практика: в целях дальнейшего развития физических способностей усложняется разминочный комплекс, а в партерный тренаж вводится новый вид упражнений: варианты махов ногами из положения сидя и лёжа (на спине, на боку, на животе, в кольцо). Увеличивается количе-ство упражнений по ОФП.

2. Основы классического танца.

Теория: беседа о значимости данного вида деятельности для формирования танцевального мастерства, правила выполнения элементов, названия основных элементов.

Практика:

- позиции ног (1,2,3,5,6);
- позиции рук (подготовительная,1,2,3);
- demi-plies (1,2,5 позициям);
- battements tendus – а партере
- понятие направлений andehors et andedans;
- battements tendus jetes в партере
- положение ноги sur le cou-de pied вперёд и назад (обхватное (рабочее) для battements frappes);
- перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

3. Гимнастика.

Теория: правила выполнение элементов, техника безопасности в хореографическом зале.

Практика:

1. Шпагат
2. Стойка на руках у стены или в паре
3. Мостик из положение «Стоя»
4. «Колесо»

4. Движение по диагонали.

Теория: правила данной формы работы, правила выполнения элементов.

Практика: комбинации для отработки новой танцевальной лексики. Отработка ранее изученного.

5. Прыжки и повороты.

Теория: правила и техника выполнения элементов.

Практика: прыжок на 360*, поворот на 360* на двух и одной ноге

Для формирования положительной мотивации к дальнейшему изучению хореографии воспитанники начинаю принимать участие в концертно-конкурсной деятельности. Также дети принимают участие во внутришкольных мероприятиях, участвуют во флеш-мобах.

Календарно-тематический план

Все занятия на втором и последующих годах обучения представлены в следующем виде (в неделю):

1 занятие (2 часа): 1 час - основы классического танца, прыжки и повороты, основные танцевальные шаги; 2 час – изучение танцевальной композиции. танцевальных миниатюр, флеш-мобов (отработка, повторение, изучение).

2 занятие (2 часа): 1 час – диско-разминка, ОФП, работа по группам, работа над координацией и вниманием; 2 час – изучение танцевальной композиции. танцевальных миниатюр, флеш-мобов (отработка, повторение, изучение).

3 занятие (2 часа): 1 час – диско-разминка, партерная гимнастика, работа над растяжкой и гибкостью, основы акробатики и гимнастики работа над гибкостью; 2 час – изучение танцевальной композиции. танцевальных миниатюр, флеш-мобов (отработка, повторение, изучение).

Исходя из данной схемы занятий, была составлена рабочая программа. Содержание программы также может варьироваться в зависимости от результатов освоения воспитанниками коллектива программы и возрастных особенностей группы.

№	Тема	Количество часов	Даты проведения занятий
1	Обсуждение планов на новый учебный год. Техника безопасности в хореографическом зале	2	1 неделя сентября
2	Повторение правил и техники выполнения разминочных упражнений "диско-разминки" и партерной гимнастики	2	1 неделя сентября
3	Классический экзерсис. Что такое классический танец и для чего он нужен.	2	1 неделя сентября
4	ОФП: для чего необходима физическая форма.	2	2 неделя сентября
5	Повторение изученной ранее композиции.	2	2 неделя сентября
6	Работа над выворотностью ног. Повторение основных позиций ног классического танца	2	2неделя сентября
7	Офп: повторение техники и правил выполнения силового комплекса в партере	2	3 неделя сентября
8	Гимнастика - мостик с колен, из положения лежа, силовой комплекс в мостике	2	3 неделя сентября
9	Работа над выворотностью ног. Работа у стонка: пололожение тела, правила работы у стонка	2	3 неделя сентября
10	Повторение изученной ранее композиции. Введение новых участников коллектива в номер	2	4 неделя сентября
11	Комплекс упражнений на гибкость спины. Растяжка в паре	2	4 неделя сентября

12	Работа над выворотностью ног. Отработка всех позиций ног. Обсуждение где какие позиции ног используются	2	4 неделя сентября
13	Игровой комплекс на развитие синхронности и чувства ритма	2	1 неделя октября
14	Дальнейшее изучение силового комплекса - пресс. Использование фитнес инвентаря - техника использования	2	1 неделя октября
15	Гимнастика: кувырок вперед и назад	2	1 неделя октября
16	Основные позиции рук в классическом танце	2	2 неделя октября
17	Дальнейшее изучение силового комплекса в партере	2	2 неделя октября
18	Стойка на руках: техника выполнения.	2	2 неделя октября
19	Классический экзерсис в партере.	2	3 неделя октября
20	Повороты на 360*	2	3 неделя октября
21	Повторение техники выполнения всех основных шагов. Танцевальная диагональ.	2	3 неделя октября
22	Отработка и подготовка ранее изученного номера к концертной деятельности	2	4 неделя октября
23	ОФП - упражнение на равновесие и баллан. Работа с балансировочными дисками.	2	4 неделя октября
24	Отработка и подготовка ранее изученных номеров к концертной деятельности	2	4 неделя октября
25	Battement tendu в партере	2	5 неделя октября
26	Игровой комплекс на развитие синхронности и чувства ритма	2	5 неделя октября
27	Повторение техники прыжков. Повторение ранее изученных прыжков	2	1 неделя ноября
28	Упражнение "Качалочка" - его важность для освоения акробатических элементов.	2	2 неделя ноября
29	Работа в партере над осанкой, выворотностью ног, гикостью суставов.	2	2 неделя ноября
30	Работа со скакалкой. Правила, техника работы со скакалкой.	2	2 неделя ноября
31	Изучение Per de bras 1, техника и отработка под музыку.	2	3 неделя ноября
32	Упражнение "Планка" и его значимость для танцора, техника выполнения.	2	3 неделя ноября
33	Работа с балансом: тренировка на балансировочном диске - индивидуальная, парная, групповая	2	3 неделя ноября
34	Повторение и отработка ранее изученных композиций.	2	4 неделя ноября
35	Понятие "точки". Работа с точкой. Работа с координацией в целом.	2	4 неделя ноября
36	Гимнастика - отработка стойки. Работа в паре и самостоятельно у стены	2	4 неделя ноября
37	Отработка основных танцевальных шагов с добавлением усложненных комбинаций на танцевальной диагонали	2	5 неделя ноября

38	Силовая нагрузка на ноги: махи ногами в разных положениях партере	2	5 неделя ноября
39	Игровой комплекс на развитие синхронности и чувства ритма	2	5 неделя ноября
40	Работа с балансом: тренировка на балансировочном диске - индивидуальная, парная, групповая	2	1 неделя декабря
41	Plié - техника выполнения.	2	1 неделя декабря
42	Основные правила и техника выполнения силовых упражнений на спину.	2	1 неделя декабря
43	Изучение техники выполнения элемента "мостик" из положения "стоя"	2	2 неделя декабря
44	Классический экзерсис в партере. Повторение, отработка ранее изученного	2	2 неделя декабря
45	Работа над прыгучестью: прыжки с утяжелителями, прыжки в высоту	2	2 неделя декабря
46	Гимнастическая дорожка: изучение нового элемента - переворот назад в положение "Журавлик"	2	3 неделя декабря
47	Классический экзерсис: упражнение "Plié" в комбинации	2	3 неделя декабря
48	Работа со скакалкой для развития прыгучести. Работа по группам с различными вариациями работы со скакалкой	2	3 неделя декабря
49	Гимнастическая элемент «Ласточка»	2	4 неделя декабря
50	Упражнение ТДТ для формирование положительного эмоционального настроения и танцевальной раскрепощенности	2	4 неделя декабря
51	Новогоднее мероприятие в коллективе	2	4 неделя декабря
52	Правила поведения в хореографическом зале. Работа над формированием эмоциональности	2	5 неделя декабря
53	Отработка самостоятельно стойки у стенки на руках.	2	2 неделя января
54	Образы и сюжет новой танцевальной композиции	2	3 неделя января
55	Tour и Tour chaine . Техника выполнения	2	3 неделя января
56	Изучение и обсуждение музыкального сопровождения танцевальной композиции	2	3 неделя января
57	Отработка выполнения упражнения "Мостик" из положения "стоя"	2	4 неделя января
58	Батман Тандю - Правильное положение ног	2	4 неделя января
59	Изучение основныхтанцевальных шагов хореографической композиции.	2	4 неделя января
60	Гимнастическая дорожка: изучение нового элемента - перекат назад с прямыми ногами	2	5 неделя января
61	Классический экзерсис у станка - Батман тандю, техника выполнения.	2	5 неделя января
62	Отработка изученных танцевальных шагов	2	5 неделя января

	под счет.		
63	Гимнастическая дорожка: изучение нового элемента - перекат боком через бедро с раскрытие ног в поперечный шпагат	2	1 неделя февраля
64	Работа с танцевальной "точкой". Tour и Tour chaine по диагонали	2	1 неделя февраля
65	Отработка изученных танцевальных шагов под музыку	2	1 неделя февраля
66	Гимнастическая дорожка: отработка всех ранее изученных элементов	2	2 неделя февраля
67	Изучение лексики новой танцевальной композиции по частям под счет	2	2 неделя февраля
68	Отработка изученной части танцевальной композиции под музыку	2	2 неделя февраля
69	Изучение лексики новой танцевальной композиции по частям под счет	2	3 неделя февраля
70	Отработка изученной части танцевальной композиции под музыку	2	3 неделя февраля
71	Соединение изученных частей танцевальной композиции под счет	2	3 неделя февраля
72	Гимнастическая дорожка: изучение нового элемента - перекат назад через с раскрытие ног в поперечный шпагат	2	4 неделя февраля
73	Классический экзерсис в партере. Добавление позиций рук в изучаемые элементы	2	4 неделя февраля
74	Работа на баланс с балансировочными дисками.	2	4 неделя февраля
75	Стойка на руках самостоятельно	2	1 неделя марта
76	Ронд де жамб. Техника выполнения	2	1 неделя марта
77	Работа с танцевальной "точкой". Tour и Tour chaine по диагонали	2	1 неделя марта
78	Изучение лексики новой танцевальной композиции по частям под счет	2	2 неделя марта
79	Отработка изученной части танцевальной композиции под музыку	2	2 неделя марта
80	Изучение лексики новой танцевальной композиции по частям под счет	2	2 неделя марта
81	Отработка изученной части танцевальной композиции под музыку	2	3 неделя марта
82	Соединение изученных частей танцевальной композиции под счет	2	3 неделя марта
83	Упражнение "Мостик" на трех точках опора, комбинация данного элемента с качалочкой	2	3 неделя марта
84	Позиции ног Sur le coup de pied	2	4 неделя марта
85	Отработка всех изученных гимнастических элементов по группам и индивидуально	2	4 неделя марта
86	Отработка сложных танцевальных шагов изучаемой лексики по диагонали при помощи танцевальной диагонали.	2	4 неделя марта

87	Отработка изученной части танцевальной композиции	2	5 неделя марта
88	Классический экзерсис у станка - Сотте и Релеве.	2	1 неделя апреля
89	Изучение подготовки у элементу "колесо" у стены	2	1 неделя апреля
90	Классический экзерсис: повороты с добавлением позиций рук	2	1 неделя апреля
91	Отработка изученной части танцевальной композиции	2	2 неделя апреля
92	Техника выполнения элемента "колесо" на руках	2	2 неделя апреля
93	Классический экзерсис: прыжки на 360* с добавлением позиций рук	2	2 неделя апреля
94	Отработка сложных танцевальных шагов изучаемой лексики по диагонали при помощи танцевальной диагонали.	2	3 неделя апреля
95	Отработка изученной части танцевальной композиции	2	3 неделя апреля
96	Работа со скакалками. Отработка ранее изученных видов прыжков	2	3 неделя апреля
97	Отработка всех ранее изученных гимнастических элементов	2	4 неделя апреля
98	Сдача нормативов ОФП	2	4 неделя апреля
99	Сдача изученных гимнастических элементов	2	4 неделя апреля
100	Игровой комплекс на развитие баланса и координации	2	1 неделя мая
101	Игровой компллекс на прыгучесть	2	2 неделя мая
102	Отработка и подготовка номеров к концертной деятельности	2	2 неделя мая
103	Игровой комплекс на развитие баланса и координации	2	3 неделя мая
104	Игровой компллекс на прыгучесть	2	3 неделя мая
105	Отработка и подготовка номеров к концертной деятельности	2	3 неделя мая
106	Концертная деятельность	2	4 неделя мая
107	Упражнение ТДТ для формирования танцевальной раскрепощенности	2	4 неделя мая
108	Повторение изученных танцевальных композиции, Правила ПДД. Обсуждение планов на следующий учебный год	2	4 неделя мая
ИТОГО		216 часов	

Формы контроля

1. Работа по диагонали – индивидуальный контроль усвоения программы на уроке.
2. Открытые занятия.
3. Участие во внутришкольных мероприятиях.

4. Коллективная рефлексия, беседы с воспитанниками.
5. Коллективная рефлексия, беседы с родителями.
6. Концертно-конкурсная деятельность.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные	Предметные	Метапредметные
• формирования мотивации для дальнейшего обучения; • формирование мотивации достижения успеха, стремление к конкурен-ции, соревнованиям; • развитие творческого воображения при помощи творческих мастерских	• формирование уровня физической подготовки; • формирования музыкального слуха, чувства ритма; • знакомство с азами классического танца; • формирование расширенной танцевальной лексики; • освоение базовых элементов гимнастики • знакомство с различными танцевальными направлениями.	• культура поведения на сцене, за кулисами, в зрительном зале; • развитие активной жизненной позиции школьника • Применение полученный ЗУН для повседневной жизни, а также в рамках обучения другим предметам

Лист корректировки рабочей программы
(календарно-тематического планирования)
на 20__ /20__ учебный год

Программа Коллектив Современного Эстрадного Танца «Dance Avenue»
Группа Второй год обучения
Педагог Королёва О.А.

№ занятия	Даты проведе-ния	Темы	Коли-чество часов		Причина корректировки	Способ корректировки
			по плану	дано		

По плану: 216 ч.
Дано: _____ч. + _____ч. коррекции.
Всего: 216 ч.

Педагог доп. образования /_____/ Королёва О.А.
«____»_____20___г.

«СОГЛАСОВАН»
Руководитель ОДОД /_____/ Тимошенко Д.Л.
ГБОУ Гимназии №227 Санкт-Петербурга
«____»__мая__20___г.