**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:<br>на заседании МО<br>протокол от 01.06.2023 №5 | Согласована:<br>на заседании МС<br>протокол от 02.06.2023 №10 | Утверждена:<br>приказ от 02.06.2023 №87 |

# Рабочая программа

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

**«Коллектив современного эстрадного танца «Данс Авеню»»**

на 2023/2024 уч.г.

Третий 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 11:21:35 +03'00'

педагог дополнительного образования
Королёва О. А.

Санкт-Петербург
2023 г.

# СОДЕРЖАНИЕ

Задачи на третий год обучения ..... 3
Содержание программы ..... 3
Календарно-тематический план ..... 5
Формы контроля ..... 10
Планируемые результаты освоения программы ..... 10
Лист корректировки рабочей программы ..... 11

## Задачи на третий год обучения

Можно выделить следующие задачи общеобразовательной программы коллектива эстрадного танца «Dance Avenue» для группы 3 года обучения.

1 Образовательные:

- сформировать хорошую физическую форму;
- формирование музыкального слуха и чувства ритма;
- усложнение и развитие танцевального лексикона;
- расширение кругозора в стилях и направлениях танцевальной деятельности.

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:

- 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 3 году обучения является развитие силы ног за счет увеличения количества упражнений, использования утяжелителей 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. 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 количество упражнений по ОФП.

2. Основы классического танца.

Теория: правила выполнения элементов, применение азов классического танца в эстрадных композициях.

Практика: закрепление старых элементов, отработка их на середине и изучение новых.

Новые элементы:

- battements doubles frappes (в сторону вперед, назад, носком в пол, затем на 45 градусов);
- battements releves lents на 90 градусов с 1 и 5 позиций, вперед, в сторону, назад;
- grand battements jetes с 1 и 5 позиций вперед, в сторону, назад;
- battements retires (поднимание ноги из 5 позиции в положение sur le cou-de-pied и passé и возвращение в 5 позицию;
- battements dereloppes вперед, в сторону, назад.

3. Основы партерной гимнастики.

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

Практика: виды растяжек, направленные на формирование стопы, гибкость спины, «шпагаты».

4. Работа по группам.

Теория: правила данной формы работы, правила выполнения элементов, правила работы в «паре».

Практика: комбинации прыжков (простые с поджатыми), разножка, grand battements вперед, вбок и назад (в шпагатах), комбинация махов, подготовка в поворотам.

5. Движение по диагонали.

Теория: правила данной формы работы, правила выполнения элементов.

Практика: комбинации для отработки новой танцевальной лексики.

6. Прыжки. Повороты.

Теория: виды прыжков, виды поворотов, правила выполнения поворотов и прыжков.

Практика: прыжок на 360*, прыжок в поперечный шпагат, прыжок в продольный шпагат. Разножки. Прыжок шагом. Различные повороты.

7. Танцевальные этюды.

Теория: стиль, танцевальное направление танцевального этюда, его основные шаги.

Практика: изучение, отработка новой лексики, изучение танцевальной композиции.

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 По плану |
|---|---|---|---|
| 1 | Обсуждение планов на новый учебный год. Техника безопасности в хореографическом зале. Правила ПДД | 2 | 1 неделя сентября |
| 2 | Классический экзерсис . Повторение ранее изученного. | 2 | 1 неделя сентября |
| 3 | ОФП: повторение правил выполнения силовых элементов | 2 | 1 неделя сентября |
| 4 | Повторение изученной ранее композиции. Введение новых участников коллектива в номер | 2 | 2 неделя сентября |
| 5 | Повторение Port de bras - техника выполнения. Отработка на середине зала | 2 | 2 неделя сентября |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 6 | Офп: техника выполнения элементов по группам | 2 | 2неделя сентября |
| 7 | Гимнастика - повторение техники выполнения базовых гимнастических элементов | 2 | 3 неделя сентября |
| 8 | Классический экзерсис. Отработка и повторение. | 2 | 3 неделя сентября |
| 9 | Повторение изученной ранее композиции. Введение новых участников коллектива в номер | 2 | 3 неделя сентября |
| 10 | Работа над гибкостью спины | 2 | 4 неделя сентября |
| 11 | Повторение изученного комплекса базовых упражнений классического экзерсиса у станка | 2 | 4 неделя сентября |
| 12 | ОФП: отработка всех изученных элементов | 2 | 4 неделя сентября |
| 13 | Гимнастика: повторение техники выполнения кувырков и перекатов. | 2 | 1 неделя октября |
| 14 | Продолжение изучения классического экзерсиса. Батман тандю фропе, Батман тандю пикке | 2 | 1 неделя октября |
| 15 | Работа над синхронностью и музыкальностью. | 2 | 1 неделя октября |
| 16 | Отработка стойки на руках в паре, индивидуально. | 2 | 2 неделя октября |
| 17 | Батман фондю, Гран батман жэтэ - отработка изученных элементов | 2 | 2 неделя октября |
| 18 | Повторение изученной ранее композиции. Введение новых участников коллектива в номер | 2 | 2 неделя октября |
| 19 | Отработка сложных танцевальных шагов танцевальной композиции при помощи танцевальной диагонали и работы по группам | 2 | 3 неделя октября |
| 20 | Классический экзерсис - повторение и отработка всего изученного. | 2 | 3 неделя октября |
| 21 | ОФП - упражнение на равновесием, Работа с балансировочными дисками | 2 | 3 неделя октября |
| 22 | Отработка изученной танцевальной композиции под счет | 2 | 4 неделя октября |
| 23 | Классический экзерсис. Техника прыжков, повторение техники изученных прыжков | 2 | 4 неделя октября |
| 24 | Работа над прыгучестью с утяжелителями. | 2 | 4 неделя октября |
| 25 | Перекат назад через плечо. | 2 | 5 неделя октября |
| 26 | Усложнение базового комплека упражнений классического экзерсиса у стонка - добавление рук в изучаемые элементы | 2 | 5 неделя октября |
| 27 | Работа с силой ног при помощи резиновых лент. | 2 | 1 неделя ноября |
| 28 | Эклассический экзерсис. Большие прыжки - прыжок с подбивкой ноги. | 2 | 2 неделя ноября |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 29 | Большие Махи. Комбинаия махов. | 2 | 2 неделя ноября |
| 30 | Повторение стойки на руках и мостик из положения стоя. Изучение комбинации стойка с переходом в мост | 2 | 2 неделя ноября |
| 31 | Работа с "точкой". Все виды изученных поворотов. Добавление рук в повороты | 2 | 3 неделя ноября |
| 32 | Различные виды удержаний. | 2 | 3 неделя ноября |
| 33 | Повторение подготовки к колесу | 2 | 3 неделя ноября |
| 34 | Работа с балансировочными дисками в группе и индивидуально | 2 | 4 неделя ноября |
| 35 | Отработка танцевального этюда под музыку | 2 | 4 неделя ноября |
| 36 | Гимнастика: исполнение колеса с разных рук. | 2 | 4 неделя ноября |
| 37 | Прыжок пистолетиков на 360 | 2 | 5 неделя ноября |
| 38 | Прыжки и повроты на 360. Джазовый поворот | 2 | 5 неделя ноября |
| 39 | Гимнастика - колесо на локтях. Техника выполнения | 2 | 5 неделя ноября |
| 40 | Прыжок на 720 градусов. Техника выполнения | 2 | 1 неделя декабря |
| 41 | Отработка под музыку ранее изученных танцевальных композиций. Подготовка к концертной деятельности | 2 | 1 неделя декабря |
| 42 | Варианты стоек на локтях с различным положением ног | 2 | 1 неделя декабря |
| 43 | Работа над равновесиеем и координацией. Работа с балансировочными дисками | 2 | 2 неделя декабря |
| 44 | Изучение элемента: стойка с переходом в кувырок | 2 | 2 неделя декабря |
| 45 | Отработка под музыку ранее изученных танцевальной композиции | 2 | 2 неделя декабря |
| 46 | Повторение и отработка всего изученного классического экзерсисса | 2 | 3 неделя декабря |
| 47 | Повторение и отработка всего силового комплекса и прыжков в работе по группам | 2 | 3 неделя декабря |
| 48 | Творческая мастерская: работа над эмоциональностью | 2 | 3 неделя декабря |
| 49 | Подготовка номеров в конкурсно-концертной деятельности | 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 | Повторение всео ранее изученного. Правила ПДД и техники безопасности в хореографическом зале | 2 | 5 неделя декабря |
| 53 | Работа над синхронностью в парах и по группам | 2 | 2 неделя января |
| 54 | Отработка и повторение ранее изученного | 2 | 3 неделя января |
| 55 | Классический экзерсис - позиции | 2 | 3 неделя января |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Arabesque. Использование данных позиций при исполнении прыжков | | |
| 56 | Техника выполнения элемента "Разножка" | 2 | 3 неделя января |
| 57 | Перекат "Белочка" - тезника выполнения элемента | 2 | 4 неделя января |
| 58 | Повторение и отработка всех изученных поворотов и прыжков | 2 | 4 неделя января |
| 59 | Образы и сюжет новой танцевальной композиции | 2 | 4 неделя января |
| 60 | Переворот в паре через партнера. | 2 | 5 неделя января |
| 61 | Изучение музыкального сопровождения новой танцевальной композиции | 2 | 5 неделя января |
| 62 | Изучение лексики новой танцевальной композиции под счет | 2 | 5 неделя января |
| 63 | Колесо в паре - синхронно, через партнера, на партнере на локтях | 2 | 1 неделя февраля |
| 64 | Работа над пластичностью - азы современной хореографии | 2 | 1 неделя февраля |
| 65 | Изучение лексики новой танцевальной композиции под счет | 2 | 1 неделя февраля |
| 66 | Изучение лексики новой танцевальной композиции под музыку | 2 | 2 неделя февраля |
| 67 | Гимнастическая дорожка: боковые упражнения | 2 | 2 неделя февраля |
| 68 | Изучение лексики новой танцевальной миниатюры под музыку частями | 2 | 2 неделя февраля |
| 69 | Группировка. Работа в паре. Техника трюков и поддержек | 2 | 3 неделя февраля |
| 70 | Современная хореография - работа над пластичностью. | 2 | 3 неделя февраля |
| 71 | Изучение лексики новой танцевальной композиции под счет | 2 | 3 неделя февраля |
| 72 | Гимнастический элемент Стойка с переходом через грудь | 2 | 4 неделя февраля |
| 73 | Изучение разминочного комплекса на пластичность | 2 | 4 неделя февраля |
| 74 | Отработка изученной лексики под музыку | 2 | 4 неделя февраля |
| 75 | Флип - техника исполнения | 2 | 1 неделя марта |
| 76 | Отработка новых элементов разминки на базе современной хореографии | 2 | 1 неделя марта |
| 77 | Повторение и отработка всех изученных элементов | 2 | 1 неделя марта |
| 78 | Классический экзерсис. Повторение и отработка ранее изученного | 2 | 2 неделя марта |
| 79 | Работа над синхронностью. | 2 | 2 неделя марта |
| 80 | Гимнастика - отработка всего ранее изученного | 2 | 2 неделя марта |
| 81 | Эмоции в танце. Разновидности. Упражнения ТДТ на развитие эмоциональной сферы | 2 | 3 неделя марта |
| 82 | Работа над координацией и равновесием | 2 | 3 неделя марта |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 83 | Повторение всех элементов гимнастической дорожки | 2 | 3 неделя марта |
| 84 | Классический экзерсис. Повторение и отработка ранее изученного | 2 | 4 неделя марта |
| 85 | Упражнения ТДТ на развитие эмоциональной сферы | 2 | 4 неделя марта |
| 86 | Изучение основной лексики новой танцевальной композиции под счет | 2 | 4 неделя марта |
| 87 | Классический экзерсис. Повторение и отработка всех видов прыжков | 2 | 5 неделя марта |
| 88 | Изучение основной лексики новой танцевальной композиции под счет | 2 | 1 неделя апреля |
| 89 | Гимнастика: отработка изученных элементов индивидуально на матах | 2 | 1 неделя апреля |
| 90 | Изучение основной лексики новой танцевальной композиции под счет | 2 | 1 неделя апреля |
| 91 | Классический экзерсис. Работа над осанкой в партере | 2 | 2 неделя апреля |
| 92 | Изучение основной лексики новой танцевальной композиции под музыку | 2 | 2 неделя апреля |
| 93 | Гимнастика отработка всех элементарных перекатов и кувырков на гимнастической дорожке | 2 | 2 неделя апреля |
| 94 | Отработка танцевальной композиции частями и по группам под счет | 2 | 3 неделя апреля |
| 95 | Работа над синхронностью | 2 | 3 неделя апреля |
| 96 | Отработка танцевальной композиции частями и по группам под музыку | 2 | 3 неделя апреля |
| 97 | Классический экзерсис - повторение и отработка всего изученного. | 2 | 4 неделя апреля |
| 98 | Повторение всего ранее изученного | 2 | 4 неделя апреля |
| 99 | ОФП - сдача нормативов | 2 | 4 неделя апреля |
| 100 | Гимнастика - сдача всех изученных элементов | 2 | 1 неделя мая |
| 101 | Работа над балансом и координацией | 2 | 2 неделя мая |
| 102 | Работа над прыгучестью | 2 | 2 неделя мая |
| 103 | Отработка гимнастических элементов | 2 | 3 неделя мая |
| 104 | Упражнения ТДТ для формирования положительного эмоционального фона и танцевальной раскрепощенности | 2 | 3 неделя мая |
| 105 | Отработка гимнастических элементов | 2 | 3 неделя мая |
| 106 | Концертная деятельность | 2 | 4 неделя мая |
| 107 | Праздничное мероприятие в коллективе | 2 | 4 неделя мая |
| 108 | Подведение итогов, правила ПДД и правила поведения в общественном месте | 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;<br>• формирование мотивации достижения успеха, стремление к конкурен-ции, соревнованиям;<br>• развитие творческого воображения при помощи творческих мастерских | • формирование уровня физической подготовки;<br>• формирования музыкального слуха, чувства ритма;<br>• знакомство с азами классического танца;<br>• формирование расширенной танцевальной лексики;<br>• освоение базовых элементов гимнастики<br>• знакомство с различными танцевальными направлениями. | • культура поведения на сцене, за кулисами, в зрительном зале;<br>• развитие активной жизненной позиции школьника<br>• 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 Третий 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
«____»_____20___г.