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 02.06.2022 №10	Утверждена: приказ от 02.06.2022 №87

Рабочая программа

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Коллектив современного эстрадного танца «Данс Авеню»»

на 2023/2024 уч.г.

Четвертый 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 11:22:14 +03'00'

педагог дополнительного образования
Королёва О. А.

Санкт-Петербург
2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Задачи на четвертый год обучения 3
Содержание программы 3
Календарно-тематический план 6
Формы контроля 11
Планируемые результаты освоения программы 11
Лист корректировки рабочей программы 12

Задачи на четвертый год обучения

Можно выделить следующие задачи общеобразовательной программы коллектива эстрадного танца «Dance Avenue» для группы 4 года обучения.

1 Образовательные:

- дальнейшее совершенствование физической формы;
- дальнейшее усложнение и развитие танцевального лексикона;
- дальнейшее расширение кругозора в стилях и направлениях танцевальной деятельности;

2. Развивающие:

- создание условий для всестороннего развития ребенка;
- 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

Помимо физического развития добавляются общеразвивающие задачи. Начинается изучение народных, историко-бытовых танцев, что приобщает воспитанников к культурному достоянию различных народов. Производится знакомство с основными движениями бальных танцев. Совокупность изученной танцевальной лексики дает возможность создавать новые виды

разминки: народную и латиноамериканскую. Исследуются также современные танцевальные стили и направления. Продолжается работа над гибкостью, координацией движений, укреплением опорно-двигательного аппарата, повышается насыщенность занятий, что положительно влияет на сердечно-сосудистую и дыхательную системы организма, способствует развитию выносливости.

Наряду с этим решаются задачи технической подготовки: освоение различных элементов и комбинаций. Начинают изучаться многообразные сочетания движений ног, рук, туловища, головы. Путем соответствующей корректировки каждого движения формируется его выразительность, без которой невозможно добиться артистичности исполнения, т.е. способности создать индивидуальный образ в композиции. Эти образы, более сложные, чем в младшей группе, воплощают в себя личностные и эмоциональные особенности воспитанника. При этом необходимо, чтобы указанные способности умело соединялись и позволяли в целом раскрывать идею и смысл, которую несет в себе хореографическая композиция. Следовательно, на данном этапе решаются задачи коллективного творческого мышления.

1. Разминка. Растяжка. ОФП.

Теория: правила выполнения элементов, техника безопасности.

Практика: для развития общей выносливости увеличивается количество движений, входящих в одну комбинацию, применяются дополнительный инструментарий – фитнес ленты, утяжелители. В целях развития мышц стопы ряд движений выполняется с подъемом на полупальцы, производится работа с фитнес лентой. Особое внимание уделяется выработке устойчивости. Залог устойчивости:

- правильное распределение тяжести корпуса на стопы или на одну стопу;
- выворотность ног;
- подтянутый корпус, правильное положение рук в позициях.

Для развития координации используются комбинированные задания, в которые вводятся движения, исполняемые в больших и малых позах. Также проводится работа с балансировочным диском. Музыкальное сопровождение становится более разнообразным по ритмическому рисунку, осуществляется постепенный переход от малых темпов к более быстрым.

2. Гимнастика.

Теория: правила выполнения элементов.

Практика: отрабатывается исполнительское мастерство и техника выученных на предыдущих этапах программы элементов.

3. Классический танец.

Теория: правила выполнения элементов, изучение новых названий.

Практика: отрабатывается ранее изученное, осваиваются новые элементы:

- battements tendus jetes: balansoir (балянсуар), в больших и малых позах;

- rond de jambe par terre en dehors et en dedans demi plies;
- demi rond et rond de jambe на 45 градусов en dehors et en dedans на всей стопе, затем на полупальцах;
- battements fondues: на полупальцах, с plies - releve на всей стопе, затем на полупальцах.

Также изучаются композиции и связки с изученными элементами.

4. Работа по группам.

Теория: правила выполнения элементов, правила работы в данной форме проведения занятий, техника безопасности.

Практика: изучаются более сложные эстрадные прыжки со сменой направления и комбинаций (с продвижением вперед и в сторону). Изучаются «разножки» в шпагат, прыжок «пистолетиком», боковые прыжки с согнутой опорной ногой, кабриоль (вбок, вперед).

5. Движение по диагонали в парах.

Теория: правила выполнения элементов, правила работы в паре, техника безопасности.

Практика: изучаются основы работы в паре (ведение партнера, парные элементы, встречающиеся в танцевальных композициях).

6. Прыжки. Повороты.

Теория: правила выполнения элементов, основные принципы развития координации и устойчивости.

Практика: в целях развития выносливости увеличивается количество и темп исполнения прыжков и поворотов на середине. Но программа данной дисциплины усложняется за счет появления новых вариантов прыжка на 360 градусов с более сложным положением ног.

Изучаются новые большие и малые прыжки, получаемые в результате мастер-классов. Прыжки и повороты по диагонали также пополняются новыми элементами.

7. Танцевальные этюды.

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

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

8.Формирование актерского мастерства.

Теория: значимость развития актерского мастерства для танцора, виды эмоций, способы выражение эмоционального настроя.

Практика: задания-аналогии, задания на формирование умений интерпретировать и импровизировать с танцевальной лексикой, задания на самовосприятие, задания на обогащение танцевальной экспрессивной лексики.

9.Формирование танцевальной раскрепощенности.

Теория: понятие раскрепощенности, значимость данного качества для становления танцора, способы развития данного качества.

Практика: используются методы танцевально-двигательной терапии, направленные на формирование эмоциональной и телесной раскрепощенности («зеркало», «паралитик», «перерождение» и т.д.).

10.Освоение различных танцевальных стилей.

Теория: различные стили и направления танцевального искусства, история их формирования, отличительные особенности, музыкальное сопровождение, отличие и сходства похожих стилей.

Практика: изучение характерной для разных стилей и направлений танцевальной деятельности танцевальной лексики.

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	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.	2	2 неделя сентября

5	Повторение всех Port de bras	2	2 неделя сентября
6	Офп: повторение техники 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 ранее изученного	2	3 неделя сентября
9	Повторение изученной ранее композиции. Введение новых участников коллектива в номер	2	3 неделя сентября
10	Усложнение комплекса упражнений на гибкость спины	2	4 неделя сентября
11	Повторение изученного комплекса 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	Работа над синхронностью и музыкальностью по группам	2	1 неделя октября
15	Отработка стойки на руках в паре, индивидуально, переход в мост	2	1 неделя октября
16	Классический экзерсис с использованием базовых элементов на середине	2	2 неделя октября
17	Введение в танцевальные композиции новых участников	2	2 неделя октября
18	Отработка сложных танцевальных шагов танцевальной композиции по группам и индивидуально по диагонали	2	2 неделя октября
19	Классический экзерсис - повторение и отработка всего изученного.	2	3 неделя октября
20	ОФП - упражнение на равновесие, работа с балансировочными дисками	2	3 неделя октября
21	Отработка изученной лексики танцевальной композиции под счет	2	3 неделя октября
22	Классический экзерсис. Основные упражнения с выполнением на середине зала	2	4 неделя октября
23	Введение в танцевальные композиции новых участников	2	4 неделя октября
24	Повторение ранее изученных элементов гимнастической дорожки	2	4 неделя октября
25	Повторение и отработка силового комплекса работы по группам	2	5 неделя октября
26	Отработка всего ранее изученного	2	5 неделя октября
27	Классический экзерсис. Изучение группы ""больших" прыжков - прыжок с подбивкой, прыжок в "кольцо"	2	1 неделя ноября
28	Отработка ранее изученных танцевальных композиций	2	2 неделя ноября

29	Техника переворота вперед. Отработка переворота вперед на матах	2	2 неделя ноября
30	Изучение композиции с элементом «Plié»	2	2 неделя ноября
31	Работа с "точкой". Повторение и отработка всех видов поворотов.	2	3 неделя ноября
32	Работа с утяжелителями и резиновыми лентами для формирования ОФП.	2	3 неделя ноября
33	Качалочка с одной ного как подготовка к перевороту вперед и назад	2	3 неделя ноября
34	Работа над координацией, точкой. Прыжки и повороты на 720*. Техника выполнения	2	4 неделя ноября
35	Изучение композиции с Battements fondus, Grand battemen. Растяжка у стонка.	2	4 неделя ноября
36	Гимнастика: повторение техники ранее изученных элементов	2	4 неделя ноября
37	Большие прыжки с поворотом на 360*	2	5 неделя ноября
38	Изучение элемента Адажио	2	5 неделя ноября
39	Гимнастика - отработка стойки самостоятельно, в паре, на локтях, с разными положениями ног	2	5 неделя ноября
40	Современная хореография. Работа над пластикой корпуса	2	1 неделя декабря
41	Отработка под музыку танцевальной композиции	2	1 неделя декабря
42	Различные виды удержания. Работа с балансировочными дисками.	2	1 неделя декабря
43	Работа над равновесием и координацией. Работа на балансировочных дисках	2	2 неделя декабря
44	Повторение ранее изученных усложненных композиций базовых элементов классического экзерсиса	2	2 неделя декабря
45	Отработка под музыку танцевальной композиции	2	2 неделя декабря
46	Джазовые повороты, перуэт	2	3 неделя декабря
47	Отработка всех видов перекатов вперед и назад на матах. Повторение полуакробатических элементов	2	3 неделя декабря
48	Танцевальная импровизация: что это такое, зачем это умение для танцоров	2	3 неделя декабря
49	Творческая мастерская – работа над эмоциональностью	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	Творческая мастерская – работа над формирование танцевальной импровизации	2	5 неделя декабря
53	Работа над синхронностью	2	2 неделя января
54	Отработка и повторение ранее изученного	2	3 неделя января
55	Классический экзерсис - весь комплекс	2	3 неделя января

	упражнений у стонка. Отработка ранее изученного		
56	Повторение изученной танцевальной композиции	2	3 неделя января
57	Техника работы в паре. Изучение полуакробатики в парах	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	Техника работы в парке – элементарные трюки и поддержки в паре	2	5 неделя января
61	Работа над координацией и с "точкой", Работа с балансировочными дисками - индивидуальная и группавая.	2	5 неделя января
62	Изучение лексики новой танцевальной композиции под счет	2	5 неделя января
63	Новый гимнастический элемент - перекат назад с колен	2	1 неделя февраля
64	Современная хореография – основы, техника, отличие от классической 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	Современная хореография – работа над пластикой корпуса	2	2 неделя февраля
68	Изучение лексики новой танцевальной миниатюры под музыку частями	2	2 неделя февраля
69	Изучение нового гимнастического элемента "Бочка»	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	Изучение перелета на одной руке с места на место с разным положение ног – «Книжка»	2	4 неделя февраля
73	Повторение ранее изученного	2	4 неделя февраля
74	Отработка изученной лексики под музыку	2	4 неделя февраля
75	Отработка всех ранее изученных перекатов, перелетов, акробатических и полакробатических элементов индивидуально на матах	2	1 неделя марта
76	Отработка сложных танцевальных шагов танцевальной композиции по группам и индивидуально по диагонали	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 – изучение элемента «Мескиканка»	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 – работа на балансировочном диске.	2	3 неделя марта
83	Повторение всех элементов гимнастической дорожки. Отработка сложных полуакробатических элементов индивидуально на матах	2	3 неделя марта
84	Классический экзерсис. Повторение и отработка базовых элементов на середине	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. Отработка прыжков с использованием классических рук	2	5 неделя марта
88	Изучение основной лексики новой танцевальной композиции под счет	2	1 неделя апреля
89	Гимнастика: упражнение «тик-так». Перевороты вперед и назад	2	1 неделя апреля
90	Изучение основной лексики новой танцевальной композиции под счет	2	1 неделя апреля
91	Классический экзерсис. Повторение и отработка всех видов поворотов	2	2 неделя апреля
92	Изучение основной лексики новой танцевальной композиции под музыку	2	2 неделя апреля
93	Гимнастика отработка всех изученных элементов ндивидуально на матах	2	2 неделя апреля
94	Отработка танцевальной композиции частями и по группам под счет	2	3 неделя апреля
95	Работа над синхронностью в парах и группами	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	Отработка танцевальной композиции частями и по группам под счет	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. Сдача нормативов и изучаемых элементов на экзаменационном уроке.
5. Коллективная рефлексия, беседы с воспитанниками.
6. Коллективная рефлексия, беседы с родителями.
7. Концертно-конкурсная деятельность.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные	Предметные	Метапредметные
• формирования мотивации для дальнейшего обучения; • формирование мотивации достижения успеха, стремление к конкуренции, 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; • освоение навыков постановочной работы; • формирование навыков танцевальной импровизации	• 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 Четвертый 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.