

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА КРОНШТАДТСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА «ГРАД ЧУДЕС»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ДДТ «Град чудес»

_____ И.Ю. Черникова
«31» августа 2022 г.

Приказ № 188/Д от «31» августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеразвивающей программе
«В ритме танца»

педагога дополнительного образования
Болговой Юлии Николаевны

1-го года обучения
(группа № 1)

Санкт-Петербург
2022/2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «В ритме танца».

Направленность дополнительной общеразвивающей программы – художественная.

Уровень освоения - общекультурный.

Цель:

Освоение азов ритмики, основы классического танца, несложных элементов народного танца, разучивание детских танцев.

Задачи:

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:

- обучить навыкам музыкального-двигательного движения
- Обучить детей правилам техники безопасности.
- Научить работать с педагогом дистанционно с применением современных электронных средств связи: электронная почта, группа объединения в социальной сетиSkype, WhatsApp
- Научить работе с интернет-ссылками.

РАЗВИВАЮЩИЕ:

- Развитие ритмичности, музыкальности, артистичности и эмоциональной выразительности.
- развить мышечное чувство, осанку, стопу, выворотность, гибкость, шаг, устойчивость и координацию.
- Развить музыкально-двигательную память

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

- Воспитать у учащихся умение слушать, воспринимать, оценивать музыку.
- Воспитать трудолюбие, терпения.
- Воспитать навыки общения в коллективе.

Условия реализации программы.

Учебная группа формируется на основе свободного набора. Для обучения принимаются все желающие вне зависимости от способностей и уровня первоначальной подготовки.

Год обучения	Количество часов (академических)	
	В неделю	В год (теор/практ.)
1 год обучения	2	72 (18/126)

На 1 году обучения занятия проходят 2 раза в неделю по 1 часу – групповые. Учащиеся занимаются по 15 человек в группе.

Содержание программы 1 года обучения

№	Темы учебных занятий	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	Правила безопасности на уроках.	Игра «подари улыбку...», игры на знакомство, разминка, позиции рук и ног
2.	Постановка танцевального номера	Слушаем музыку новых танцевальных номеров, делимся ощущениями	Учим танцевальные комбинации из танцевального номера «Ну, погоди» без музыки, медленно
3.	Партерная гимнастика	Беседа «Как правильно дышать?»	Элементы детского фитнеса, упражнения для укрепления различных групп мышц, релаксация
4.	Стрейчинг	Техника растяжки у станка	Разогревающие упражнения, учим прыжковые этюды «прыгай без остановки», растяжка по одному у станка
5.	Элементы классического танца	Постановка корпуса у станка. Первая позиция ног, техника исполнения.	Постановка корпуса лицом к станку, проучивание первой позиции ног
6.	Ритмика	Повтори, как я хлопаю	Ритмические упражнения с различными перестроениями, чередование хлопков и шагов
7.	Танцевальные этюды	-	Учим танцевальный этюд «Раз ладошка, два ладошка» с перестроениями, сменами рисунка, элементами классического танца в парах и по одному
8.	Партерная гимнастика	Просмотр мультимедия «Для чего танцору растяжка»	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, рук и ног
9.	Элементы классического танца	Просмотр мультимедия «позиции рук, ног в классическом танце» техника исполнения , demiplié.	Позиции рук, ног, demiplié, b.tendu лицом к станку
10.	Танцевальные этюды	-	Продолжаем учить танцевальный этюд «Раз ладошка, два ладошка» с элементами классического танца
11.	Партерная гимнастика	Просмотр мультимедия «Разминка стоп»	Разминка с элементами детского фитнеса, укрепляющие упражнения на различные группы мышц
12.	Элементы классического танца	Что такое b.tendu? Как правильно выполнять это упражнение	Позиции рук, ног, demiplié, b.tendu, по I позиции, лицом к станку
13.	Танцевальные этюды	-	Учим новый танцевальный этюд «Ритмы», повторяем этюд «Раз ладошка, два ладошка» с перестроениями, сменами рисунка
14.	Стрейчинг	Как правильно выполнять растяжку в паре	Разогревающие упражнения, продолжаем учить прыжковые этюды, растяжка по одному
15.	Элементы классического танца	Беседа «Техника исполнения элементов	Позиции рук, ног, demiplié, по I позиции, упражнения по диагоналям

		классического танца лицом к станку»	
16.	Игровые технологии	-	Игры по группам на воображение и фантазию
17.	Танцевальные этюды	-	Отработка сложных элементов танцевальных этюдов «Ритмы», «Раз ладошка, два ладошка»
18.	Стрейчинг	Просмотр мультимедиа «Элемент «Лодочка в парах»»	Разогревающие упражнения, учим прыжковые этюды «прыгай без остановки», растяжка в парах и по одному
19.	Постановка танцевального номера	Разбор танцевальной лексики	Повторяем танцевальные комбинации без музыки и под музыку, добавляем новые движения
20.	Танцевальные этюды	-	Учим танцевальный этюд «Маленькие звёзды» с использованием элементов рас польки, гопака, прыжков. Этюд на взаимодействие детей друг с друг, развитие чувства сплоченности
21.	Игровые технологии	Объяснение правил подвижных игр	Подвижные игры
22.	Постановка танцевального номера	Разбор танцевальной лексики	Проучиваем танцевальные элементы из нового танца.
23.	Элементы классического танца	Вырезаем снежинки и балерин из бумаги для украшения зала к Новому году	Классические упражнения по диагоналям, прыжковые комбинации, растяжка у станка
24.	Стрейчинг	Учимся быстро восстанавливать дыхание	Разогревающие упражнения, растяжка, танцевальные этюды «Встряхнись», «Прыжки без остановки», работа в паре
25.	Танцевальные этюды	-	Продолжаем учить танцевальные этюды с использованием элементов рас польки, гопака, прыжков, перестроениями
26.	Репетиция	-	Отработка техники исполнения движений в выученных танцевальных номерах
27.	Ритмика	Музыкальный ритм	Игровые упражнения на ритм
28.	Стрейчинг	-	Практические упражнения для растяжки позвоночника
29.	Репетиция	-	Продолжение изучения танцевальных этюдов
30.	Игровые технологии	Просмотр мультимедиа «Игра на ритм с предметами»	Игры на развитие чувства ритма
31.	Стрейчинг	Техника исполнения нового упражнения «Кольцо»	Разогревающие упражнения, прыжковые комбинации по кругу, растяжка, работа в паре
32.	Игровые технологии	Беседа «Актёрское мастерство»	Игры по группам на фантазию и воображение, актерское мастерство
33.	Партерная гимнастика	Беседа о видах спорта	Комбинация из элементов детского фитнеса, упражнения для укрепления мышц спины, живота, рук и ног, релаксация

34.	Танцевальные этюды	-	Учим новый танцевальный этюд «Подснежники» с использованием соединения танцевального шага с поклоном, позиции рук, элементами классического танца
35.	Элементы классического танца	Что такое <i>battment tendu jete</i> ? Как правильно выполнять данное упражнение	Позиции рук, ног, <i>demiplié, portdebrass, b.tendu, b.t. jete, sote</i> по I и II поз., <i>rond</i> по I позиции, упражнения по диагоналям, растяжка у станка
36.	Постановка танца	Слушаем музыку нового танцевального номера, делимся впечатлениями	Начинаем учить новый танцевальный номер «Мама».
37.	Танцевальные этюды	-	Элементы африканского танца
38.	Элементы классического танца	Техника исполнения.	Позиции рук, ног, <i>demiplié, portdebrass, b.tendu, b.t. jete, sote</i> по I и II поз., <i>rond</i> по I позиции, прыжковые комбинации
39.	Стрейчинг	Техника выполнения партерных упражнений	Разогревающие упражнения, растяжка, работа в паре
40.	Танцевальные этюды	-	Повторяем и отрабатываем выученные этюды
41.	Партерная гимнастика	Формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни	Разминка с элементами детского фитнеса. Упражнения для укрепления мышц спины, живота, рук и ног, релаксация
42.	Репетиция	-	Повторение танцевальных этюдов и номеров, отработка сложных элементов
43.	Ритмика	Строение музыкального произведения	Ритмические упражнения под медленную и быструю музыку
44.	Элементы классического танца	Техника исполнения всех выученных классических элементов	Позиции рук, ног, <i>demiplié, portdebrass, b.tendu, b.t. jete, sote</i> по I и II поз., <i>rond</i> по I позиции; классические упражнения по диагоналям, растяжка у станка
45.	Танцевальные этюды	-	Работа с предметом
46.	Репетиция	-	Отработка сложных элементов выученных танцевальных номеров
47.	Стрейчинг	-	Разогревающие упражнения, прыжковые комбинации по диагоналям, растяжка, работа в паре
48.	Игровые технологии	Просмотр мультимедия «Подвижные игры»	Игры на внимание, быстроту реакции, подвижные игры
49.	Ритмика	-	Игровые упражнения на ритм
50.	Партерная гимнастика	-	Комбинации детского фитнеса, упражнения для укрепления мышц спины, живота, рук и ног
51.	Партерная гимнастика	-	Упражнения для укрепления мышц спины, живота, рук и ног, релаксация
52.	Ритмика	-	Ритмические упражнения под медленную и быструю музыку
53.	Постановка танца	«Как не стесняться на сцене»	Отрабатываем сложные элементы танцевальных номеров
54.	Элементы классического танца	Как правильно выполнять туры по диагоналям	Позиции рук, ног, <i>demiplié, portdebrass, b.tendu, b.t. jete, sote</i> по I и II поз., <i>rond</i> по I

			позиции, классические упражнения по диагоналям, растяжка у станка
55.	Танцевальные этюды	-	Учим новый этюд «Осенний вальс»
56.	Репетиция	-	Повторение танцевальных этюдов и номеров
57.	Стрейчинг	-	Разогревающие упражнения, растяжка, прыжковые комбинации, работа в паре
58.	Ритмика	-	Ритмические упражнения под медленную и быструю музыку
59.	Партерная гимнастика	-	Разминка, упражнения для укрепления мышц спины, живота, рук и ног
60.	Репетиция	-	Отработка танцевальных элементов
61.	Репетиция	-	Отработка танцевальных элементов
62.	Элементы классического танца	Техника исполнения всех выученных классических элементов	Позиции рук, ног, demiplié, portdebrass, b.tendu, b.t. jete, sote по I и II поз., rond по I поз.; классические упражнения по диагоналям, туры на середине
63.	Танцевальные этюды	-	Повторяем все танцевальные этюды
64.	Репетиция	-	Репетиция на сцене
65.	Репетиция	-	Отработка танцевальных элементов
66.	Партерная гимнастика	-	Разминка, упражнения для укрепления мышц спины, живота, рук и ног, релаксация
67.	Стрейчинг	Правила выполнения продольного шпагата	Разогревающие упражнения, растяжка, прыжковые этюды, работа в паре
68.	Репетиция	-	Повторяем и отрабатываем все танцевальные номера
69.	Ритмика	-	Игровые упражнения на ритм
70.	Репетиция	-	Повторяем и отрабатываем танцевальные номера
71.	Танцевальные этюды	-	Отрабатываем танцевальные этюды
72.	Итоговое занятие	-	Классический станок, танцевальные этюды, танцевальные номера

Ожидаемые результаты

В результате освоения программы 1 года обучения учащиеся должны овладеть коммуникативным навыком, осознать свою значительность в коллективе, должны

знать:

- позиции рук и ног;
- названия классических движений;
- первичные сведения об искусстве хореографии.

уметь:

- воспринимать движение, как символ прекрасного, свободного способа самовыражения;
- соединять отдельные движения в хореографической композиции;
- исполнять движения классического экзерсиса.
-

Календарно-тематический план 1 года обучения

№	Темы учебных занятий	Теория	Практика	Дата проведения занятий	
				Предполагаемая	Фактическая
1.	Вводное занятие	0,5	0,5	2.09	
2.	Постановка танцевального номера	0,5	0,5	6.09	
3.	Партерная гимнастика	0,5	0,5	9.09	
4.	Стрейчинг	0,5	0,5	13.09	
5.	Элементы классического танца	0,5	0,5	16.09	
6.	Ритмика	0,5	0,5	20.09	
7.	Танцевальные этюды	-	1	23.09	
8.	Партерная гимнастика	0,5	0,5	27.09	
9.	Элементы классического танца	0,5	0,5	30.09	
10.	Танцевальные этюды	-	1	4.10	
11.	Партерная гимнастика	0,5	0,5	7.10	
12.	Элементы классического танца	0,5	0,5	11.10	
13.	Танцевальные этюды	-	1	14.10	
14.	Стрейчинг	0,5	0,5	18.10	
15.	Элементы классического танца	0,5	0,5	21.10	
16.	Игровые технологии	-	1	25.10	
17.	Танцевальные этюды	-	1	28.10	
18.	Стрейчинг	0,5	0,5	1.11	
19.	Постановка танцевального номера	0,5	0,5	8.11	
20.	Танцевальные этюды	-	1	11.11	
21.	Игровые технологии	0,5	0,5	15.11	
22.	Постановка танцевального номера	0,5	0,5	18.11	
23.	Элементы классического танца	0,5	0,5	22.11	
24.	Стрейчинг	0,5	0,5	25.11	
25.	Танцевальные этюды	-	1	29.11	
26.	Репетиция	-	1	2.12	
27.	Ритмика	-	1	6.12	
28.	Стрейчинг	0,5	0,5	9.12	
29.	Репетиция	-	1	13.12	
30.	Игровые технологии	0,5	0,5	16.12	
31.	Стрейчинг	0,5	0,5	20.12	
32.	Игровые технологии	0,5	0,5	23.12	
33.	Партерная гимнастика	0,5	0,5	27.12	
34.	Танцевальные этюды	-	1	30.12	
35.	Элементы классического танца	0,5	0,5	10.01	
36.	Постановка танца	0,5	0,5	13.01	
37.	Танцевальные этюды	-	1	17.01	
38.	Элементы классического танца	0,5	0,5	20.01	
39.	Стрейчинг	0,5	0,5	24.01	
40.	Танцевальные этюды	-	1	27.01	
41.	Партерная гимнастика	0,5	0,5	31.01	

42.	Репетиция	-	1	3.02	
43.	Ритмика	-	1	7.02	
44.	Элементы классического танца	0,5	0,5	10.02	
45.	Танцевальные этюды	-	1	14.02	
46.	Репетиция	-	1	17.02	
47.	Стрейчинг	-	1	21.02	
48.	Игровые технологии	0,5	0,5	28.02	
49.	Ритмика	-	1	3.03	
50.	Партерная гимнастика	-	1	7.03	
51.	Партерная гимнастика	-	1	10.03	
52.	Ритмика	-	1	14.03	
53.	Постановка танца	0,5	0,5	17.03	
54.	Элементы классического танца	0,5	0,5	21.03	
55.	Танцевальные этюды	-	1	24.03	
56.	Репетиция	-	1	28.03	
57.	Стрейчинг	-	1	31.03	
58.	Ритмика	-	1	4.04	
59.	Партерная гимнастика	-	1	7.04	
60.	Репетиция	-	1	11.04	
61.	Репетиция	-	1	14.04	
62.	Элементы классического танца	0,5	0,5	18.04	
63.	Танцевальные этюды	-	1	21.04	
64.	Репетиция	-	1	25.04	
65.	Репетиция	-	1	28.04	
66.	Партерная гимнастика	-	1	2.05	
67.	Стрейчинг	0,5	0,5	5.05	
68.	Репетиция	-	1	12.05	
69.	Ритмика	-	1	16.05	
70.	Репетиция	-	1	19.05	
71.	Танцевальные этюды	-	1	23.05	
72.	Итоговое занятие	-	1	26.05	

Диагностическая таблица определения уровня навыков и умений

Первый год обучения.

№ п/п	Фамилия, имя	Физическое развитие	Постановка ног в позиции	Гибкость тела	Экзерсис классического танца	Координация движений	Творческое развитие	Музыкальный слух	Эмоциональность	Исполнение импровизационных движений	Уровень освоения программы	Интерес и потребность к выполнению простых танцевальных этюдов	Всего баллов
1													
2													

Критерии оценки

Цель: проверить уровень усвоения знаний, умений учащихся, динамику физического и творческого развития.

Задачи: - развивать двигательную память, фантазию, логическое мышление,
- формировать коллективные отношения.

Высокий уровень (3 балла):

- максимально использует свои физические возможности (выворотность ног, подъем стопы, балетный шаг, прыжок), выполняя круговую разминку;
- ярко выраженное развитие гибкости тела;
- безошибочно выполняет упражнения на координацию движений;
- соблюдает позиции рук, ног; постановка корпуса правильная;
- движения выполняет музыкально верно, начинает движение после прослушивания вступления;
- эмоционален и артистичен при выполнении танцевальных комбинаций;
- легко перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет оригинально;
- ранее выученные комбинации выполняет без ошибок;
- легко ориентируется в пространстве;
- дыхание во время движения правильное.

Средний уровень (2 балла):

- использует свои физические данные (подъем стопы, легкость и высота прыжка, координация движений, музыкальный слух), не в полной мере;
- наблюдается развитие гибкости тела;

- допускает, но тут же исправляет 1-2 ошибки в упражнениях на координацию;
- верное положение корпуса, но не всегда соблюдает позиции рук, ног;
- движения выполняет музыкально верно, но иногда торопится, не слушая вступление;
- мало эмоционален, напряжен, сосредоточен на правильности выполнения движений;
- перевоплощается в образ; импровизационные и имитационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности;
- в ранее выученных комбинациях допускает 1-2 ошибки;
- ориентируется в пространстве, допуская паузы;
- дыхание во время движения правильное, но иногда требуется напоминание педагога.

Низкий уровень (1 балл):

- развитие физических данных отсутствует;
- мало эмоционален; стеснителен;
- с трудом перевоплощается в образ, не импровизирует, имитационные движения повторяет за другими детьми;
- начинает движение с вступления;
- часто допускает ошибки в постановке корпуса, не соблюдает позиции рук, ног;
- в коллективном исполнении путается, допускает ошибки;
- плохо ориентируется в зале;
- дыхание «через рот», правильное дыхание только при напоминаниях педагога.

Оценка уровня знаний, умений учащихся.

Оптимальный уровень: более 20 баллов

Хороший уровень: 15 -20 баллов

Допустимый уровень: до 15 баллов

Формы подведения итогов учебного плана

1. Концерты
2. Фестивали
3. Открытые уроки

План воспитательной работы

№	Дата (время)	Наименование мероприятия
1.	1.09.2022	Участие в районном празднике «День знаний»
2.	1.09.2022-2.09.2022	Беседа по ПДД «Удвоенное внимание и повышенная осторожность!».
3.	4.09.2022-5.09.2022	Беседа: «Терроризм-угроза обществу»
4.	6.09.2022-9.09.2022	Просмотр мультимедии «Роль хореографического искусства в жизни каждого обучающегося»
5.	21.09.2022-24.09.2022	Викторина «За здоровый образ жизни»
6.	3.10.2022- 5.10.2022	Беседа по профилактике экстремизма и терроризма «Экстремизм-угроза для человечества»
7.	7.10.2022-9.10.2022	Поздравительный видеоролик ко Дню учителя «День учителя-праздник мудрости, знаний, труда»
8.	15.10.2022	Информационный час «Современная хореография»
9.	2.11.2022-3.11.2022	Викторина «Танцы народов мира». Ко Дню народного единства.
10.	6.11.2022	Беседа: «Я наставник». Для развития в коллективе технологии сотрудничества.
11.	24.11.2022-26.11.2022	Онлайн открытые занятия ко Дню Матери.
12.	24.12.2022	Новогодний онлайн концерт
13.	11.01.2023-13.01.2023	Викторина «Парад полезных привычек» Просмотр мультимедия «Я выбираю ЗОЖ»
14.	13.01.2023-14.01.2023	Беседа по ПДД: «Правила поведения на дороге зимой»
15.	17.01.2023-19.01.2023	Беседа по профилактике экстремизма и терроризма «Противодействие терроризму и экстремизму»
16.	27.01.2023	Онлайн концерт ко Дню снятия блокады Ленинграда.
17.	22.02.2023	Видео презентация. Поздравление мальчиков коллектива с Днём защитника Отечества.
18.	7.03.2023	Видео презентация. Поздравление девочек с 8 марта.
19.	14.03.2023-16.03.2023	Беседа по ПДД «Безопасность пешехода» Просмотр видеоролика о ПДД.
20.	6.04.2023-8.04.2023	Просмотр мультимедия «Что мы знаем о здоровье и иммунитете?»
21.	14.04.2023-16.04.2023	Просмотр мультимедия по профилактике экстремизма и терроризма «Мы выбираем жизнь»
22.	29.04.2023	Мастер-класс старших школьников коллектива для младших школьников. Ко Дню танца.

23.	9.05.2023	Онлайн концерт «Война. Победа. Память»
24.	13.05.2023	Поздравительный видеоролик ко Дню семьи.
25.	20.05.2023	Участие в районном фестивале танца «Кронштадтский вальс» посвящённый Дню основания Кронштадта.
26.	23.05.2023-25.05.2023	Работа над ошибками. Просмотр видеоролика «Кронштадтский вальс»
27.	25.05.2023	Онлайн открытое занятие
28.	26.05.2023-27.05.2023	Беседа «Минутка безопасности» Беседа «Безопасные каникулы»
29.	10.06.2023	Флешмоб ко Дню России «Я люблю тебя, Россия»
30.	12.06.2023	Участие в районном Фестивале «Русский хоровод» посвящённый Дню России
31.	22.06.2023	Видео презентация «День памяти и скорби».
32.	22.08.2023	Просмотр онлайн мультимедия «С День Флага Российской Федерации»