

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №229
АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ - ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО на педагогическом совете Протокол № 11 от 28.06 2022 г.	УТВЕРЖДЕНА Приказом № 163 от 28.06 2022 г. Директор ГБОУ средней школы №229 И. А. Петрова
---	--



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Танец в жизни школы»

возраст учащихся: 10-18 лет

срок реализации: 1 год

Разработчик:

Григорьева Ирина Владимировна

педагог дополнительного образования

2022 год

Пояснительная записка:

Дополнительная общеобразовательная программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р.
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1403030/2022-30338(1) 2 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Министерством просвещения РФ от 09.11.2018 № 196).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р).
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (утверждено распоряжением Комитета по образованию от 01.03.2017 №617-р)

Основные характеристики программы:

Направленность и уровень освоения:

Дополнительная общеобразовательная программа «Танец в жизни школы», относится к художественной направленности.

Уровень освоения программы общекультурный 1 год уровень освоения.

Актуальность программы:

Программа отвечает социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей с учетом анализа социальных проблем, педагогического опыта и детского или родительского спроса. А также в соответствии с государственной политикой в области дополнительного образования базируется на концепции «Стратегия государственной культурной политики на период до 2030 года».

Программа разработана в интересах и в соответствии с запросами современных детей с учетом требований родителей, ориентирована на обучение и получение знаний и опыта в

области танцевальной культуры. Групповые занятия помогают учащимся быстрее справиться со своими комплексами, проблемами общения, способствуют раскрытию скрытых возможностей учащегося и демонстрации своих способностей и полученных умений на публике.

Программа «Танец в жизни школы» дает возможность учащимся разного возраста в процессе подготовки к мероприятиям развивать музыкально-пластические возможности, двигательные навыки и умения. Помогает развитию творческих способностей, инициативы. Ребенок учится свободно держаться на публике, помогает приобрести уверенность в себе, раскованность в общении.

Вовлечение учащихся в процесс подготовки к мероприятиям решает важную проблему занятости учащихся и отвлечения их от улицы, даже если это носит разовый характер.

Программа способствует расширению и углублению знаний в области танцевальной культуры.

Отличительные особенности:

В любом школьном коллективе есть учащиеся, которые умеют хорошо двигаться, но по каким-то причинам не занимаются танцами профессионально. Программа предназначена для привлечения таких учащихся к участию в различных праздниках и мероприятиях школы, где по сценарию необходимо выполнить какие-либо пластические этюды.

Для оказания активной помощи своим товарищам в подготовке этюдов оказывают участники студии ИГРИС, работающей на базе школы №229. Именно поэтому основной состав группы, работающей по этой программе состоит из учеников этой студии, что делает каждое выступление более профессиональным и зрелищным.

Данная программа является универсальной и доступна каждому учащимся проявляющему живой интерес к жизни школы.

Адресат программы:

Программа адресована учащимся от 10 до 18 лет, желающим получить навыки в области танцевальной культуры. На время действия ограничений группа набирается из учеников одной параллели.

Цель и задачи программы:

Цель программы:

Программа направлена

- на привлечение учащихся к участию в мероприятиях разного уровня посредством танцевальной культуры.
- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания учащихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья учащихся;
- профессиональное самоопределение учащихся;
- личностное развитие учащихся;
- социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся.

Достижение поставленной цели осуществляется посредством решения следующих групп **задач:**

Обучающие:

- способствовать освоению общеразвивающих упражнений;
- обучить различным танцевальным шагам и прыжкам
- научить танцевальным движениям.

Развивающие:

- развивать физические способности (выносливость, гибкость, сила, правильная осанка);
- формировать умение согласовывать движение с музыкой;
- развивать воображение, творчество в движении;
- развивать координацию движений;
- совершенствовать музыкально-ритмические способности (чувство ритма, музыкальный слух).

Воспитательные:

- воспитывать уверенность в себе, естественность и раскованность в общении, доброжелательность;
- содействовать формированию целостного и дружного коллектива;
- содействовать развитию инициативы, чувство взаимопомощи, трудолюбия;
- привлекать к участию в мероприятиях на уровне образовательной организации.

Условия реализации программы:

Условия набора учащихся в коллектив: принимаются все желающие.

Условия формирования групп: ученики одной параллели, допускается дополнительный набор.

Количество детей в группе:

1 год – 15 человек;

Дополнительные условия приема: учащиеся принимаются по медицинским показаниям;

Программа допускает повторное обучение по программе по личному желанию учащегося.

Условия дополнительного добора:

- в течение года допускается дополнительный набор на основании собеседования и с обязательной разработкой индивидуального маршрута по прохождению пропущенных тем.

Реализация дополнительной общеобразовательной программы осуществляется круглогодично («образование без каникул»), поскольку в летний период в ее рамках осуществляется: *самостоятельная* творческая деятельность детей, выполнение заданий по пройденному материалу.

Кадровое обеспечение программы:

Педагог дополнительного образования.

Материально-техническое обеспечение программы:

Характеристика помещения

- помещение для занятий хореографией(предоставляется школой);

Помещение для проведения занятий должно быть светлым, соответствовать санитарно – гигиеническим требованиям. До начала занятий и после их окончания необходимо осуществлять сквозное проветривание помещения. В процессе обучения учащиеся и педагог должны строго соблюдать правила техники безопасности труда.

- костюмерная(предоставляется школой).

Необходимые ТСО:

- звукоакустическая система (магнитофон, проигрыватель CD);
- аудиозаписи

Необходимые материалы,

- костюмы;

- реквизит;
- аудиозаписи.

Особенности организации образовательного процесса

Программа позволяет воспитать гармоничного, всесторонне развитого человека. Организация образовательного процесса при реализации данной программы, отвечает потребностям современных детей во всестороннем развитии и формировании здоровой личности.

Выбранные **формы занятий**, такие как: беседа, практикум, праздник, репетиция – позволяют максимально отработать практические навыки, усвоить теоретический материал и выработать навыки публичных выступлений.

В ходе изучения программы используются различные **методы**:

- словесные (рассказ, объяснение, беседа, структуры музыкального произведения, разъяснение, убеждение примером);
- наглядные (демонстрация, показ, просмотр);
- практические (наблюдение, участие, выполнение задания, тренировочные упражнения).

При реализации программы используются следующие **педагогические технологии**:

- технология группового и коллективного взаимодействия;
- здоровьесберегающие технологии;
- технология коллективной организаторской деятельности.

В зависимости от эпидемиологической обстановки возможен временный переход на дистанционное обучение.

Планируемые результаты:

Предметные результаты:

- способствовать освоению общеразвивающих упражнений;
- обучить различным танцевальным шагам и прыжкам
- научить танцевальным движениям.

Метапредметные результаты:

- развивать физические способности (выносливость, гибкость, сила, правильная осанка);
- формировать умение согласовывать движение с музыкой;
- развивать воображение, творчество в движении;
- развивать координацию движений;
- совершенствовать музыкально-ритмические способности (чувство ритма, музыкальный слух).

Личностные результаты:

- воспитают уверенность в себе, естественность и раскованность в общении, доброжелательность;
- сформируют целостный и дружный коллектив;
- разовьют инициативу, чувство взаимопомощи, трудолюбия;
- примут участие в мероприятиях на уровне образовательной организации

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Комплектование групп.	2	2		
2	Вводное занятие.	2	2		беседа
3	Общеразвивающие упражнения.	15	5	10	показ, тестирование
4	Упражнения на полу, стрейчинг	10	2	8	показ, тестирование
5	Танцевальные шаги, прыжки.	10	2	8	показ, тестирование
6	Пластический этюд, танец.	11	2	9	беседа, показ
7	Повторение пройденного материала	20	5	15	демонстрация
8	Итоговое занятие	2		2	тестирование
	Итого часов:	72	20	52	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2022	25.05.2023	36 недель	72	1 раз в неделю по 2 часа

Оценочные и методические материалы (УМК):

Педагогические технологии обучения:

При реализации программы используются следующие педагогические технологии:

- технология группового и коллективного взаимодействия;
- здоровьесберегающие технологии;
- технология коллективной организаторской деятельности.

Методы и методики обучения:

В ходе изучения программы используются различные методы:

- словесные (рассказ, объяснение, беседа, структуры музыкального произведения, разъяснение, убеждение примером);
- наглядные (демонстрация, показ, просмотр);
- практические (наблюдение, участие, выполнение задания, тренировочные упражнения).

Дидактические материалы:

На занятиях и в домашних условиях в ходе изучения программы используется видеотека с записями танцевальных номеров в исполнении различных исполнителей, постановок хореографов, балетов, музыкальных танцевальных фильмов.

Информационные источники:

Для педагога:

1. Барышникова Т. – Азбука хореографии. – М.:Рольф,1999.
2. Еремина М. – Роман с танцем. – СПб.: Созвездие,1998.
3. Иванова О., Шарабарова И. - Занимайтесь ритмической гимнастикой. - М.: Советский спорт, 1988.
4. Иваницкий А. В. и др. – Ритмическая гимнастика на ТВ. – М.: Знание, 1989.
5. Летфуллин И. – Как быстро сесть на шпагат. – Набережные Челны,1998.
6. Лисицкая Т. - Ритм + пластика. - М.: ФИС, 1989.
7. Лисицкая Т. - Гимнастика и танец. - М.: Знание, 1988.
8. Матов В. и др. - Ритмическая гимнастика для школьников. - М.: ФИС, 1989.
9. Матов В. и др. - Ритмическая гимнастика. - М.: ФИС, 1985.
10. Полятков С. С. – Основы современного танца. – Ростов/НД: Феникс, 2006.
11. Риттер-Клейнгенс М. – Гимнастика позвоночника. – М.:Сигма-пресс,1997.
12. Стуколкина Р. - Четыре экзерсиса. - М.,1972.

Для учащихся и родителей:

1. Бурбо Люси – 15 минут тренируем мышцы спины и живота. – Ростов/НД: Феникс, 2005.
2. Прокопов К., Прокопова В. – Клубные танцы: ОН (самоучитель). – М.:АСТ; Астрель, 2007.
3. Прокопов К., Прокопова В. – Клубные танцы: ОНА (самоучитель). – М.:АСТ; Астрель, 2007.
4. Роберт Те - 5 минут растяжки ежедневно. – Минск: ООО «Попурри», 2004
5. Синтия Вейдер – Боди – балет. - Ростов/НД: Феникс, 2006
6. Яных Е. А., Захаркина В. А. – Аэробика дома. – М: АСТ; Донецк: Сталкер, 2006

Интернет-ресурсы:

1. Мир танца в Интернет - каталог танцевальных сайтов <http://www.globaldance.info/>
2. Официальный сайт проекта «Танцевальный клондайк» <http://www.dancerussia.ru/>
3. The next generation of Dance as Art <http://danceart.com/>
4. Сайты о классических танцах, балете <http://www.globaldance.info/catalog.php?dir=3>

Система контроля результативности:

Формы и средства выявления фиксации предъявления результатов обучения, а так же их периодичности.

Периодичность отслеживания результативности реализации программы: Для отслеживания результативности в течение года используется метод педагогического наблюдения; в конце полугодия и по окончании учебного процесса проводятся тестирования, на их основе осуществляется педагогический анализ для определения результатов обучения.

Подведение итогов реализации программы: Итоги реализации программы дополнительного образования проводятся в форме открытых занятий для друзей, одноклассников, родителей; (в форме отдельных концертных номеров, видеозаписи танцевальных композиций и т.п.).

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №229
АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ - ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол № ___ от _____ 20__ г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № ___ от _____ 20__ г.

Директор ГБОУ средней школы

Н. А. Петрова



Рабочая программа
«Танец в жизни школы»

возраст учащихся: 10-18 лет

срок реализации: 1 год

Разработчик:

Григорьева Ирина Владимировна

педагог дополнительного образования

Задачи 1 года обучения:

Обучающие:

- способствовать освоению общеразвивающих упражнений;
- обучить различным танцевальным шагам и прыжкам
- научить танцевальным движениям.

Развивающие:

- развивать физические способности (выносливость, гибкость, сила, правильная осанка);
- формировать умение согласовывать движение с музыкой;
- развивать воображение, творчество в движении;
- развивать координацию движений;
- совершенствовать музыкально-ритмические способности (чувство ритма, музыкальный слух).

Воспитательные:

- воспитывать уверенность в себе, естественность и раскованность в общении, доброжелательность;
- содействовать формированию целостного и дружного коллектива;
- содействовать развитию инициативы, чувство взаимопомощи, трудолюбия;
- привлекать к участие в мероприятиях на уровне образовательной организации.

Ожидаемые результаты 1 года обучения:

Предметные результаты:

- способствовать освоению общеразвивающих упражнений;
- обучить различным танцевальным шагам и прыжкам
- научить танцевальным движениям.

Метапредметные результаты:

- развивать физические способности (выносливость, гибкость, сила, правильная осанка);
- формировать умение согласовывать движение с музыкой;
- развивать воображение, творчество в движении;
- развивать координацию движений;
- совершенствовать музыкально-ритмические способности (чувство ритма, музыкальный слух).

Личностные результаты:

- воспитают уверенность в себе, естественность и раскованность в общении, доброжелательность;
- сформируют целостный и дружный коллектив;
- разовьют инициативу, чувство взаимопомощи, трудолюбия;
- примут участие в мероприятиях на уровне образовательной организации

Особенности 1 года обучения

Учащийся первого года обучения должен научиться работать в группе, понять, что такое коллективная ответственность, проявить умение трудиться, подчиняться общим интересам, принять участие в мероприятиях на уровне учреждения и, по мере подготовки, в мероприятиях районного и более высоких уровней.

Календарно-тематическое планирование

№	Планируемая дата проведения	Фактическая дата	Тема занятия	Ожидаемые результаты	Корректировка
1	01-02.09		Комплектование группы		
2	05-10.09		Вводное занятие, беседа по технике безопасности		
3	12-19.09		Общеразвивающие упражнения. Развивающие упражнения на все части тела	Выполняют упражнения на все части тела.	
4	19-24.09		Подготовка к концерту, посвященному Дню Учителя	Повторят танцы к концерту.	
5	26.09-01.10		Концерт для учителей	Выступят на концерте	
6	03-08.10		Общеразвивающие упражнения. Повторение и разучивание новых упражнений.	Повторят и разучат новые упражнения на все части тела	
7	10-15.10		Разминка. Упражнения в партере, стрейчинг	Выполняют разогревающие упражнения. Выполняют упражнения на полу - растяжка	
8	17-22.10		Разминка. Танцевальные шаги. прыжки	Разомнутся, повторят и выучат новые танцевальные шаги и прыжки	
9	25-30.10		Разучивание новых танцевальных связок и комбинаций	Разучат и отработают новые танцевальные связки и комбинации	
10	31.10-05.11		Подготовка к Декаде толерантности, участие в мероприятиях школы	Примут участие в Декаде толерантности	
11	07-12.11		Общеразвивающие упражнения. Разучивание новых танцевальных комбинаций.	Разомнутся, выучат новые танцевальные комбинации	
12	14-19.11		Разминка. Упражнения на полу. Повторение танцевальных комбинаций	Разомнутся, выполнят упражнения растяжки, отработают танцевальные комбинации	
13	21-26.11		Разминка. Разучивание новых танцевальных прыжков. Разучивание рисунка танца.	Разомнутся, выучат и отработают новые танцевальные прыжки, разучат рисунок танца	
14	28.11-03.12		Разминка. Отработка танцевальных комбинаций, повторение и отработка танца	Разогреются, отработают танцевальные комбинации, повторят	

				танец в целом.	
15	05-10.12		Подготовка к Новому году. Помощь ученикам школы в подготовке танцевальных номеров.	Помогут ученикам школы подготовить танцевальные композиции к новогодним мероприятиям в школе.	
16	12-17.12		Участие в новогодних мероприятиях в школы	Выступят на новогоднем празднике в школе	
17	19-24.12		Общеразвивающие упражнения. Повторение	Повторят развивающие упражнения на все части тела.	
18	26-31.12		Разминка. Разучивание и отработка танц. шагов и прыжков	Разомнутся, повторят танцевальную композицию	
19	09-14.01		Участие в мероприятиях, посвященных Дню снятия блокады	Примут участие в торжественных мероприятиях в школе	
20	16-21.01		Разминка, упражнения на полу, стретчинг	Разомнутся, выполнят упражнения растяжки	
21	23-28.01		Разминка. Танцевальные шаги прыжки.	Разомнутся. Повторят и выучат новые танцевальные шаги, прыжки	
22	30.01-04.02		Разминка. Подготовка к празднику, посвященному Дню защитника Отечества	Разомнутся. Повторят или подготовят танцевальную композицию.	
23	06-11.02		Участие в мероприятиях, посвященных Дню защитника Отечества	Примут участие в школьных мероприятиях	
24	13-18.02		Разминка. Подготовка к празднику 8 марта	Разомнутся. Повторят танец к концерту	
25	20-25.02		Концерт, посвященный 8 марта	Примут участие в концерте	
26	27.02-04.03		Разминка. Подготовка к Дню открытых дверей в школе.	Разомнутся повторят танец.	
27	06-11.03		Общеразвивающие упражнения. Разучивание новых упражнений на все части тела	Разучат новые упражнения на все части тела	
28	13-18.03		Разминка. Упражнения на полу	Разомнутся, выполнят упражнения растяжки	
29	20-25.03		Разминка. Танцевальные шаги, прыжки	Разомнутся, разучат новые танцевальные шаги, прыжки	
30	27.03-01.04		Разминка. Разучивание новых танцевальных связок и	Разомнутся, выучат новые танцевальные	

			комбинаций	связки и комбинации	
31	03-08.04		Разминка. Отработка танцевальных комбинаций, разучивание рисунка танца.	Разомнутся, отработают танцевальные комбинации, разучат рисунок танца	
32	10-15.04		Разминка. Отработка танца	Разомнутся, отработают танцевальную композицию	
33	17-22.04		Разминка. Подготовка к мероприятиям, посвященным Дню Победы	Разомнутся, повторят танцевальную композицию	
34	24-29.04		Разминка. Подготовка к празднику Последнего звонка	Разомнутся, повторят танцевальную композицию к празднику последнего звонка	
35	01-06.05		Разминка. Подготовка к празднику Последнего звонка	Разомнутся, повторят танцевальную композицию к празднику последнего звонка	
36	08-13.05		Праздник последнего звонка. Подведение итогов.	Выступят на празднике. Обсудят итоги года.	

Содержание обучения:

Тема 1. Комплектование группы

Проведение мероприятий по привлечению детей в программу.

Тема 2. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда

Теория: Инструктаж по охране труда.

Практика: Первичная диагностика.

Тема 3. Общеразвивающие упражнения.

Теория: Разминка. Показ и объяснение новых упражнений и танцевальных тренировочных комбинаций, разбор ошибок.

Практика: Работа на разогрев отдельных частей тела, разучивание и отработка новых упражнений, тренировочных связок, где участвуют несколько частей тела, освоение различных волновых движений, разучивание и отработка танцевальных тренировочных комбинаций..

Тема 4. Упражнения в партере, основные упражнения стретчинга

Теория: Показ и объяснение новых упражнений, разбор ошибок.

Практика: Упражнения на все части тела, акцент делается на укрепление мышц брюшного пресса, развитие гибкости спины и на растяжку.

Тема 5. Танцевальные шаги, прыжки в комбинациях.

Теория: Показ и объяснение новых комбинаций танцевальных шагов и прыжков, разбор ошибок.

Практика: Разучивание и отработка новых танцевальных шагов и прыжков. Разучивание прыжков из классического танца (прыжок со сменой ног, с приземлением в портере, с перекатами через бедро и спину). Разучивание и отработка комбинаций: шаги – шаги; шаги – вращения; шаги – прыжки; прыжки – прыжки.

Тема 6. Танец.

Теория: Обсуждение идеи и содержания танца, работа над образом исполнителей.

Практика: Разучивание и отработка движений и комбинаций танца, разучивание рисунка танца, отработка танца в целом, работа над актерским мастерством исполнителей.

Повторение готовых номеров. Участие в концертах и видео съемках танцевальных номеров.

Тема 7. Повторение пройденного материала

Теория: Разбор ошибок.

Практика: Повторение и отработка тренировочных упражнений.

Тема 8. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов учебного года. Тестирование.