

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

| | |
|--|---|
| ПРИНЯТО | УТВЕРЖДЕНА |
| на педагогическом совете | Приказом № <u>132</u> от <u>17.06.2025</u> г. |
| Протокол № <u>11</u> от <u>17.06</u> 20 <u>25</u> г. | Директор ГБОУ средней школы №229 Н.А.Петрова |



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Танец в жизни школы»

возраст учащихся: 7-12 лет

срок реализации: 1 год

Разработчик:
Погосова Ольга Михайловна
педагог дополнительного образования

2025 год

Пояснительная записка:

Дополнительная общеобразовательная программа разработана согласно требованиям, федеральных и региональных нормативных документов, локальных нормативных документов образовательной организации.

Направленность:

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

Адресат программы:

Программа адресована учащимся от 7 до 12 лет, желающим получить навыки в области танцевальной культуры.

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.

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

Уровень освоения программы

Общекультурный

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 участие в мероприятиях на уровне образовательной организации.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

- освоят общеобразовательные развивающие упражнения
- разучат различные танцевальные шаги, прыжки
- обучатся танцевальным движениям

Метапредметные результаты:

- будут владеть более развитыми физическими данными: выносливость, гибкость, растяжка, прыгучесть, сила;
- будут проявлять высокий уровень координации движений;
- будут проявлять музыкально-ритмические способности (чувство ритма, музыкальный слух).
- примут участие в школьных мероприятиях

Личностные результаты:

- обретут признаки уверенности в себе, естественности и раскованности в общении, доброжелательности;
- разовьют навыки личной и коллективной ответственности;
- научатся умения видеть красоту в танце;
- разовьют навыки эстетического вкуса.

Организационно-педагогические условия:

Язык реализации: русский.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации программы:

Условия набора учащихся в коллектив: принимаются все желающие, имеющие медицинский допуск.

Условия формирования групп: ученики одной параллели, допускается дополнительный набор.
Количество детей в группе: 1 год – 15 человек;

Программа допускает повторное обучение по программе по личному желанию учащегося.

Формы организации занятий: по группам.

Формы проведения занятий: традиционная, а также с использованием следующих форм: концерт, конкурс.

Формы организации учащихся

- фронтальная (беседа, показ, объяснения)
- групповая (работа в парах, мини-группах в зависимости от творческого проекта)
- коллективная (репетиции, постановочная работа, концерт; при необходимости — индивидуальная работа с солистами, отработка индивидуальных навыков)

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, проигрыватель СД;
- аудиозаписи

Необходимые материалы,

- костюмы;
- реквизит;
- аудиозаписи.

Кадровое обеспечение программы:

Педагог дополнительного образования.

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 эпидемобстановки возможен временный переход на дистанционное обучение.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

| № | Раздел, тема | Количество часов | | | Формы контроля |
|---|----------------------------------|------------------|--------|----------|---------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Вводное занятие. | 2 | 2 | | беседа |
| 2 | Общеразвивающие упражнения. | 15 | 5 | 10 | показ, тестирование |
| 3 | Упражнения на полу, стрейчинг | 10 | 2 | 8 | показ, тестирование |
| 4 | Танцевальные шаги, прыжки. | 12 | 3 | 10 | показ, тестирование |
| 5 | Пластиический этюд, танец. | 11 | 3 | 9 | беседа, показ |
| 6 | Повторение пройденного материала | 20 | 5 | 15 | демонстрация |
| 7 | Итоговое занятие | 2 | | 2 | тестирование |
| | Итого часов: | | 20 | 54 | |

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 | 01.09.2025 | 25.05.2026 | 36 недель | 72 | 2 раза в неделю по 1 часу |

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

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол № 11 от 17.06 2025г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 136 от 17.06.2025 г.

Директор ГБОУ средней школы
№229



Н.А.Петрова

Рабочая программа
«Танец в жизни школы»

возраст учащихся: 7-12 лет

срок реализации: 1 год

Разработчик:
Погосова Ольга Михайловна
педагог дополнительного образования

2025 год

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.

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

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.

Тематический план.

| № | Тема занятия | Корректировка |
|----------|--|----------------------|
| 1 | Вводное занятие, беседа по технике безопасности | |
| 2 | Общеразвивающие упражнения. Развивающие упражнения на все части тела | |
| 3 | Общеразвивающие упражнения. Повторение и разучивание новых упражнений | |
| 4 | Подготовка к концерту, посвященному Дню Учителя | |
| 5 | Концерт для учителей | |
| 6 | Разминка. Упражнения в партере, стрейчинг | |
| 7 | Разминка. Танцевальные шаги, прыжки | |
| 8 | Разучивание новых танцевальных связок и комбинаций | |
| 9 | Общеразвивающие упражнения. Развивающие упражнения на все части тела. | |
| 10 | Общеразвивающие упражнения. Разучивание новых танцевальных комбинаций. | |
| 11 | Разминка. Упражнения на полу. Повторение танцевальных комбинаций | |
| 12 | Разминка. Разучивание новых танцевальных прыжков. Разучивание рисунка танца. | |
| 13 | Разминка. Отработка танцевальных прыжков. Комбинации шагов, прыжков. | |
| 14 | Разминка. Отработка танцевальных комбинаций, повторение и отработка танца | |
| 15 | Подготовка к Новому году. Помощь ученикам школы в подготовке танцевальных номеров. | |
| 16 | Участие в новогодних мероприятиях в школы | |
| 17 | Общеразвивающие упражнения. Повторение | |
| 18 | Разминка. Разучивание и отработка танцевальных шагов и прыжков | |
| 19 | Разминка. Разучивание танцевальных комбинаций | |
| 20 | Разминка, упражнения на полу, стрейчинг | |
| 21 | Разминка. Танцевальные шаги, прыжки | |
| 22 | Разминка. Разучивание танцевальных движений | |
| 23 | Разминка. Разучивание танцевальных комбинаций | |
| 24 | Разминка. Подготовка к празднику 8 марта | |
| 25 | Концерт, посвященный 8 марта | |
| 26 | Разминка. Подготовка к Дню открытых дверей в школе. | |
| 27 | Общеразвивающие упражнения. Разучивание новых упражнений на все части тела | |
| 28 | Разминка. Упражнения на полу | |
| 29 | Разминка. Танцевальные шаги, прыжки | |
| 30 | Разминка. Разучивание новых танцевальных связок и комбинаций | |
| 31 | Разминка. Отработка танцевальных комбинаций, разучивание | |

| | |
|----|---|
| | рисунка танца. |
| 32 | Разминка. Отработка рисунка танца, музыкальности |
| 33 | Разминка. Отработка техники исполнения движений в танце |
| 34 | Разминка. Подготовка к празднику Последнего звонка |
| 35 | Разминка. Подготовка к празднику Последнего звонка |
| 36 | Праздник последнего звонка. Подведение итогов. |

Содержание обучения:

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда

Теория: Инструктаж по охране труда.

Практика: Первичная диагностика.

Тема 2. 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 3. 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 4. 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 5. 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 6. Повторение пройденного материала

Теория: Разбор ошибок.

Практика: Повторение и отработка тренировочных упражнений.

Тема 7. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов учебного года. Тестирование.

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 педагогов:

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Татьяна Барышникова. - Москва : Айрис-Пресс : Рольф, 2020. - 262, [3] с. : ил.; 24 см. - (Внимание: дети).; ISBN 5-7836-0157-8.
- Текст : непосредственный.
2. Бардышева, Т.Ю. Пальчиковые игры : кн. для занятий с детьми [3-7 лет : учеб.-метод. пособие : для чтения взрослыми детям] / Бардышева Т. Ю. - Москва : Карапуз-Дидактика, 2021 (Смоленск : Смоленский полиграфкомбинат). - [64] с. : цв. ил.; 29 см.
- (Пляшут мои ручки) (Развитие речи и мелкой моторики. Семья. Детский сад. Начальная школа. Центр творчества).; ISBN 5-9715-0137-2. - Текст : непосредственный.
3. Гавердовский, Ю.К. Техника гимнастических упражнений : Попул. учеб. пособие / Ю. К. Гавердовский. - Москва : Терра-Спорт, 2022. - 507, [1] с. : ил.; 22 см.; ISBN 5-93127-158-9. - Текст : непосредственный.
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала : учеб. пособие для студ. вузов культуры и искусств / Г.П. Гусев. - М. : ВЛАДОС, 2021. - 208 с. : ил., ноты. - ISBN 5-691-01180-4. - Текст : непосредственный.
5. Захаров, Р.В. Сочинение танца : Страницы пед. опыта / Р. Захаров. - [2-е изд.]. - Москва : Искусство, 2020. - 235,[2] с., [24] л. ил. : ил., нот. ил.; 21 см.; ISBN 5-210-00347-7. - Текст : непосредственный.
6. Никитин, В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце [Текст] : учебное пособие / В. Ю. Никитин ; ГИТИС. - Москва : ГИТИС, 2021. - 469, [1] с. : портр., табл.; 25 см.; ISBN 978-5-91328-122-7. - Текст : непосредственный.
7. Фирилева, Ж.Е. "Са-фи-данс". Танцевально-игровая гимнастика для детей : Учеб.-метод. пособие для педагогов дошк. и шк. учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. - СПб. : Детство-пресс, 2000. - 321, [22] с. : ил.; 20 см. - (Библиотека программы "Детство").; ISBN 5-89814-068-9. - Текст : непосредственный.

Для учащихся:

1. Захаров, Р.В. Слово о танце [Текст] / Ростислав Захаров. - Москва : Мол. гвардия, 2019. - 159 с., 25 л. ил.; 17 см. - (Мастера искусств — молодежи).; ISBN 978-5-91328-122-7. - Текст : непосредственный.
2. Те Роберт 5 минут растяжки ежедневно / Р. Те — Минск: Попурри, 2020. - 112с. - (Здоровье в любом возрасте).; SBN: 985-483-093-4. - Текст : непосредственный.
3. Яных, Е.А. Аэробика дома / Яных Е. А., Захаркина В. А. - М.: ACT : Сталкер, 2019.- (Владимир : Владимирская книжная типография). - 175 с. - (Идеальная фигура).; ISBN 5-17-038317-7. - Текст : непосредственный.

Список литературы, использованный для написания программы:

1. Божович, Л. И. Б76 Личность и ее формирование в детском возрасте. — СПб.: Питер, 2022. — 400 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»); ISBN 978-5-91180-846-4. - Текст : непосредственный.
2. Ищенко, Г.Г. Ребенок и взрослый: педагогика взаимопонимания : актуальные уроки для детей и родителей / Г. Г. Ищенко. - Москва : Либерея-Бибинформ, 2020. - 119 с. : ил.; 21 см. - (Серия «Библиотекарь и время. XXI век» : 100 вып.; № 70); ISBN 5-85129-175-3. - Текст : непосредственный.
3. Михайлова, М.А. Развитие музыкальных способностей детей : Попул. пособие для родителей и педагогов / М. А. Михайлова. - Ярославль : Акад. развития, 1997. - 238 с. : ил., ноты; 20 см. - (Вместе учимся, играем); ISBN 5-7797-0032-X. - Текст : непосредственный.
4. Петрушин, В.И. Психология и педагогика художественного творчества: учебное пособие для вузов/ В.И.Петрушин.— 3-е изд., испр. и доп.— Москва: Издательство Юрайт, 2023.— 395с.— (Высшее образование).— ISBN978-5-534-08179-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513390>

Интернет-ресурсы:

1. Официальный сайт проекта «Танцевальный клондайк» : [сайт]. - 2018. - URL: <http://www.dancerussia.ru/> (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
2. Сайты о классических танцах, балете : [сайт]. - 2018. - URL: <http://www.globaldance.info/catalog.php?dir=3> (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
3. Сайт учебных пособий для педагогов по ритмике : [сайт]. - 2018. - URL: <http://detiritmika.ru/> (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
4. Сайт детского сада № 1353, раздел учебные пособия : [сайт]. - 2018. - URL: <http://ds1353.mskobr.ru/base/add/ritmika/>
5. Сайт методических разработок для развития ребенка средствами музыки и ритмики : [сайт]. - 2018. - URL: <http://www.moi-detsad.ru/metod33.htm> (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
6. Сайт методических пособий для родителей и педагогов по ритмике для детей дошкольного возраста : [сайт]. - 2018. - URL: <http://www.kinder-planet.ru/page.php?id=156> (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
7. Эстрадный танец - 14 Апреля 2012 - Искусство танцевать : [сайт]. - 2018. - URL: http://tanculki.ucoz.ru/news/ehstradnyj_tanec/2012-04-14-21 (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
8. Хореографическая терминология / Хореография в спорте: учебник : [сайт]. - 2018. - URL: http://www.xliby.ru/sport/horeografija_v_sporte_uchebnik_dlja_studentov/p2.php (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
9. Хорографические термины : [сайт]. - 2018. - URL: <http://spb1a511.narod.ru/MATERIALY/terminy.htm> (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
10. Наша сеть — социальная сеть работников образования : [сайт]. - 2018. - URL: <http://nsportal.ru/> (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.
11. Журнал «Педагогический мир» : [сайт]. - 2018. - URL: <http://pedmir.ru/> (дата обращения: 13.05.2023). - Текст : электронный.

Система контроля результативности:

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

Периодичность отслеживания результативности реализации программы:

Для отслеживания результативности в течение года используется метод педагогического наблюдения; в конце полугодия и по окончанию учебного процесса проводятся тестирования по следующим критериям — гибкость, выносливость, растяжка, прыгучесть, музыкальность, координация, уровень освоения программы (ранг исполнителя — солист, стабильный исполнитель, массовка). 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.).