

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Правительство Санкт-Петербурга
Комитет по образованию Санкт-Петербурга**

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 164 Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол от
«23» мая 2023 года №14



УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ СОШ №164
Железнов Ю.И.
Приказ от «26» мая 2023 г. №69

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Хореография»**

Срок освоения: 3 года

Возраст обучающихся: 7-12 лет

Разработчик:

Дмитриева Валентина Александровна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография» является основной для систематического и последовательного обучения, физического развития, морального и эстетического воспитания школьников.

Программа направлена на подготовку, развитие и воспитание образованного, нравственного, инициативного человека, способного проектировать свою деятельность и нести за нее ответственность. Программа соотносится с общепедагогическими установками в отечественном образовании, опирающимися на личностно-ценностные и социальные мотивации, развивает традиции танцевального искусства и отечественные традиции гуманитарного образования.

Данная программа имеет **художественную направленность**.

Направленность программы по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначению - досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации - групповой, кружковой; для самостоятельных коллективов; общедоступной..

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству, приобщению детей к здоровому образу жизни и к общечеловеческим ценностям. А, также, укреплению психического и физического здоровья, получению общего эстетического, морального и физического развития.

Отличительные особенности данной программы заключаются в методике преподавания, в организации занятий, где получение знаний осваивается по направлениям хореографии по годам: 1 год — фитнес-танец, 2 год — классика, народный, 3 год — народный, современный. Фитнес-танец вносит разнообразие в обучение хореографии, позволяет быстро устранить недостатки (физические, психологические), ускорить процесс вхождения в смысл хореографии. Элементы фитнес-танца направлены на оздоровление организма и на более быструю подготовку к занятиям хореографией, в игровой и музыкально-танцевальной композиции развивается координация, выносливость, сила, тем самым осуществляется быстрое освоение хореографических навыков, что очень значимо в условиях школьной художественной самостоятельности.

Особенности организации образовательного процесса обучающихся заключаются в возможности проведения сводных репетиций с другими группами учащихся творческих объединений для совместного участия в школьных мероприятиях (концертах, спектаклях)

Возможна реализация программы в очно-дистанционном и дистанционном режиме:

-проведение практических занятий по подгруппам (при нахождении в помещении половины группы и меньше), индивидуально

-проведение теоретических занятий с помощью видеоуроков ,мастер-классов, заданий с использованием дистанционных ресурсов.

Уровень освоения - базовый.

Адресат программы. Программа «Хореография» ориентирована на работу с детьми в возрасте от 7 до 12 лет, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в хореографии, предназначена для внеурочной деятельности с учащимися младшего и среднего школьного возраста.

Цель программы: создание условий для личностного самоопределения и самореализации; обеспечение процесса социализации и адаптации к жизни в обществе; выявление и поддержка мотивации к обучению основам хореографии, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений и воспитание чувства коллективизма, способности к творчеству.

ЗАДАЧИ:

1. Образовательные:

- знакомство с основами хореографического искусства: классический, народный, исторический и современный танец;

- формирование основных музыкально-двигательных умений, навыков на основе программного материала;

- формировать познавательный интерес и любовь к прекрасному;
- научить грамотно и выразительно исполнять танцы.

2. Воспитательные:

- воспитывать нравственные, волевые и эстетические качества;
- воспитывать умение эмоционально, раскрепощенно выразить движение;
- воспитывать культуру поведения и общения;
- воспитывать интерес к систематическим занятиям хореографией.

3. Развивающие:

- развивать танцевальные, музыкально-двигательные и художественно-творческие способности школьников;
- развивать память, внимание, умственный кругозор;
- развивать художественный вкус.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Формы организации деятельности обучающихся

Язык реализации программы – государственный язык РФ - русский.

Форма обучения: очная и дистанционная.

Основной формой образовательной работы с детьми является **очное** музыкально-тренировочное занятие, в ходе которого осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование танцевальных способностей учащихся. Занятие включает чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмичные упражнения, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и композиции, творческие задания. Программа предусматривает занятия с теоретическими дисциплинами: музыкальную грамоту, беседы о хореографическом искусстве. Беседы, проводимые на занятиях (диалоги, обсуждения) соответствуют возрасту и степени развития детей

Дистанционное занятие, по видео мастер-классам и самостоятельная работа учащихся - просмотр видеоматериала, анализ видеоматериала, повторение, запоминание видеоматериала.

Набор детей

В объединение «Хореография» на обучение принимаются все желающие дети без специальной подготовки. Необходимо разрешение от врача, что ребенок физически здоров и заявление от родителей.

Формирование групп

В танцевальные группы принимаются одновозрастные дети с 7 лет. Наполняемость групп зависит от года обучения, так:

первый год обучения (7-8 лет) — 12-15 чел.

второй год обучения (9-10 лет) — 10-12 чел.

третий год обучения (11-12 лет) — 8-10 чел.).

Допускается дополнительный набор в группы на второй и третий года обучения.

Сроки реализации программы

Срок реализации программы 3 года. Всего 432 часа.

1 год обучения: 144 часа;

2 год обучения: 144 часа;

3 год обучения: 144 часа.

Режим занятий

1 год обучения: 144 часа; 2 раза в неделю по 2 часа

2 год обучения: 144 часа; 2 раза в неделю по 2 часа

3 год обучения: 144 часа; 2 раза в неделю по 2 часа

.

Методы и формы организации образовательного процесса

Формы занятий:

- учебно-тренировочное занятие с группой или индивидуально с обучающимися;
- постановка и репетиция танцев;
- дистанционное занятие, самостоятельная работа.
- концерты, конкурсы и фестивали: внутри школы, в районе, городе.

Методы обучения:

- словесный (беседа, объяснение, убеждение, поощрение);
- наглядный (показ, пример);
- практический (упражнения);
- аналитический (сравнение, самоконтроль, самоанализ);
- результативный (знания и умения, творческое отношение, выступления на концертах и конкурсах).

Возможна реализация дополнительных программ:

- с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения и в сетевой форме;

- проведение практических занятий по подгруппам (при нахождении в помещении половины группы и меньше), индивидуально

- проведение теоретических занятий с помощью видеуроков, мастер-классов, заданий с использованием дистанционных ресурсов.

- самостоятельная работа обучающихся.

Материально-техническое обеспечение

- наличие актового зала (с зеркалами, 4 передвижных станка);
- наличие технических средств обучения (музыкальный центр).
- наличие специальной формы для занятий (черные гимнастические купальники, чешки, балетки, характерные туфли, юбки);
- наличие методической литературы, дисков CD, флешка, DVD дисков для просмотра;
- наличие необходимого инвентаря и реквизита (коврики, ленты, рабочие юбки, обувь, костюмы);
- интернет, для проведения теоретических занятий в дистанционном режиме.

Так же для реализации рабочей программы используется оборудование, поставленное в рамках грантовой поддержки образовательного учреждения.

Перечень приобретенных на средства гранта средств обучения и воспитания :

- Система раздвижных аудиторных досок с встроеной интерактивной панелью
- Многофункциональное устройство
- Управляющая станция (Компьютер)
- Интерактивная трибуна
- Интерактивный комплекс

Планируемые результаты (предметные, метапредметные, личностные)

Личностные

В результате обучения хореографией:

- разовьется способность творчески подходить к выполнению любого задания;
- приобретут умение работать в коллективе;
- разовьют организационно-волевые качества;
- разовьют положительные поведенческие качества.
- научатся соблюдать принципы, традиции и ценности коллектива;
- научатся брать на себя ответственность, вести за собой остальных и двигаться к поставленной цели;

- разовьют эмоциональную и психологическую восприимчивость, мыслительные процессы: внимание, память, речь, воображение, образное мышление, аналитический ум, логику; музыкальность, чувство ритма, ощущение пространства и времени; физические качества - координацию, подтянутость, эстетическое восприятие окружающего мира;

- разовьют специфическое восприятие видеоматериала.

Предметные

К концу обучения по программе учащиеся:

- сформируют представление о профессиональной хореографии на теоретическом уровне;
- обучатся основам хореографии всех базовых направлений на практическом уровне;
- воспитают интерес и уважение к создателям и хранителям этого вида искусства.

Метапредметные

К концу обучения по программе учащиеся будут владеть:

Познавательными учебными универсальными действиями (УУД);

- сумеют находить необходимую информацию из разных источников расширения кругозора и разучивания новых танцев;

- смогут выполнять самостоятельно танец, опираясь на хореографические знания и эстетическое восприятие мира.

Регулятивными УУД:

- сумеют спланировать и скорректировать свои действия при выполнении танца, проанализировать его результаты.

Коммуникативными УУД:

- сумеют выстроить взаимоотношения с педагогом и своими сверстниками одноклассниками при работе в коллективе, сотрудничать при выполнении общей постановки танца.

Хореография осуществляет связь с такими предметами, как музыка гимнастика, история, литература, география, математика - пространственное воображение, углы, повороты.

**Учебный план
Первый год обучения**

№	Название раздела	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.		Всего	Теория	Практика	
2.	Вводное занятие.	2	1	1	-
3.	Музыкальная грамота, ритмические упражнения	12	2	10	наблюдение; табл.2 «Самооценка учащихся»
4.	Классический танец.	20	2	18	
5.	Народно-характерный танец.	32	2	30	
6.	Современный, спортивный и фитнес-танец.	42	2	40	
7.	Историко-бытовой танец	14	1	13	
8.	Постановочная и репетиционная работа.	22	-	22	наблюдение; табл.2 «Самооценка учащихся»
	Всего	144	10	134	

Второй год обучения

№	Название раздела	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	1	1	-
2.	Музыкальная грамота, ритмические упражнения	17	2	15	наблюдение
3.	Классический танец.	32	2	26	
4.	Народно-характерный танец.	27	2	25	
5.	Современный, спортивный и фитнес-танец.	18	2	16	
6.	Историко-бытовой танец	14	2	12	
7.	Постановочная и репетиционная работа.	34	-	34	наблюдение; табл.2 «Самооценка учащихся»
	Всего	144	11	129	

Третий год обучения

№	Название раздела	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие.	2	1	1	-
2.	Музыкальная грамота, ритмические упражнения	13	2	11	наблюдение;
3.	Классический танец.	23	2	21	
4.	Народно-характерный	28	2	26	

	танец.				
5.	Современный, спортивный и фитнес-танец.	38	2	36	
6.	Историко-бытовой танец	14	1	13	
7.	Постановочная и репетиционная работа.	26	-	26	наблюдение; табл.2 «Самооценка учащихся»
	Всего	144	10	134	

Календарный учебный график

Год обучения, номер группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режимы занятий
1.1	01.09.2023	31.05.2024	36	72	144	2 р в нед по 2 часа
2.1	01.09.2023	31.05.2024	36	72	144	2 р в нед по 2 часа
2.2	01.09.2023	31.05.2024	36	72	144	2 р в нед по 2 часа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Первый год обучения

Особенности 1 г/о:

- учет психофизического развития учащихся (потребность в большой двигательной активности, но быстрая утомляемость);
- учет психологических особенностей учащихся: применение наглядного метода обучения, похвала для повышения продуктивности занятия;
- подбор образных танцевальных номеров с простым ритмическим рисунком;
- применение игрового метода.
- формировать представление о хореографическом искусстве;
- способствовать овладению основами: музыкальной грамоты, хореографии по теории и практике;
- способствовать развитию внимания, памяти, воображения, чувства ритма, ориентированию в пространстве, координации;
- способствовать формированию духовно-нравственной позиции личности.

Задачи 1 г/о обучения:

- содействовать всестороннему гармоническому развитию личности обучающихся, повышению их физической подготовленности;
- прививать ЗУН, предусмотренные программой 1 г/о по фитнес-танцу;
- способствовать развитию двигательных способностей, культуре движений, музыкальности и творческим способностям занимающихся;
- формировать потребность в регулярных занятиях, способствовать повышению интереса к хореографии;
- воспитывать чувство прекрасного, формировать красоту движения и внешнего облика.

Ожидаемые результаты:

Знать:

- назначение зала, в котором занимаются и правила поведения в нем, знать о правилах самостраховки при занятиях хореографией;

- основы музыкальной грамоты;
- основные танцевальные шаги;
- основные позиции рук и ног;
- подготовительные танцевальные движения и рисунки.

Уметь:

- правильно выполнять изученный материал;
- внимательно слушать музыку;
- различать динамические оттенки в музыке;
- ориентироваться в пространстве;
- держать правильную осанку;
- корректировать свою деятельность на замечания педагога;
- работать в группе;
- контролировать свое исполнение с коллективным;
- самостоятельно выполнять этюды, простые ритмические танцы.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие.

Теория: Беседа с детьми о целях, задачах, форме занятий в кружке. Расписание занятий (количество часов, время занятий). Оформление класса (станок, зеркала, пол). Внешний вид и беседа с родителями о целях и задачах, перспективный план.

Практика: Организация групп, знакомство с учениками. Тестирование. Выбор родительского комитета.

2. Музыкальная грамота и ритмические упражнения.

Теория: Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры: 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка (быстрая-медленная, веселая-грустная). Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Такт и затакт.

Практика: Музыкально-пространственные упражнения: маршировка, шаги, продвижение на углах, с прыжком вправо, влево. Перестроения из колонны в шеренгу. Танцевальные шаги в образах (оленья, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички). Выделение сильной доли на счет.

3. Классический танец.

Теория: Знания и навыки, специфика танцевального шага и бега. Выработка осанки, опоры, эластичности и крепости голеностопа, коленного и тазобедренного суставов. Позиция и положение рук и ног.

Практика: Упражнения у станка. Постановка корпуса (лицом к станку, одной рукой за станок).

Позиции ног: 1, 2, 3 (не совсем выворотные)

Позиции рук: подготовительная, 1, 2, 3-я.

Батман тандю (вытягивание ноги) из 1-й, и 3-й позиций вперед, в сторону, назад.

Деми плие (полуприседание) по 1, 2, 3 позициям.

Деми ронд де жамб партер (четверть круга вперед -в сторону, в сторону -назад, назад -в сторону, в сторону -вперед).

Батман тандю пур ле пье (вытягивание ноги с подниманием и опусканием пятки).

Батман фраппэ: лицом к станку – в сторону, затем вперед и назад.

Батман релеве лян на 45*.

4. Народно-характерный танец.

Теория: Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения. Характерные положения рук в сольном, групповом танце в хороводах, рисунки хороводов.

Практика: Русский танец. Позиции рук – 1,2,3, на талию. Шаги танцевальные: с носка, простой шаг вперед, переменный шаг вперед. Притоп, шаг с притопом в сторону, тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в сторону, Выведением ноги на каблук. Ковырялочка. Подготовка к присядке (мужск.), хлопущки (одинарные) - в ладоши по бедру.

Элементы белорусского танца.

Ход: в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими переступаниями на месте, с передвижением вперед, назад с поворотом. Притопы в полуприседании: перескок на всю ступню с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по 6-1 позиции.

Присядка мальчика: перескок из стороны в сторону на обеих ногах на низких полупальцах в глубоком полуприседании по 6-1 позиции; полное приседание по 6-1 позиции, с последующим подскоком в полуприседании на одной ноге с одновременным выведением другой ноги на носок, вперед в прямом положении.

5. Современный, спортивный и фитнес-танец.

Теория: Особенности содержания фитнес-танца. Задачи фитнес-танца и влияние его на организм.

Практика: Способы двигательной деятельности (умения, навыки и развитие двигательных способностей) включает ритмичные танцы и комплексы упражнений. Упражнения различных оздоровительных видов аэробики, освоение шагов аэробики, хлопки, повороты, кик.

Ритмичные танцы, маршевые танцы, фитнес-танцы.

6. Историко-бытовой танец.

Теория: Особенности старинного танца 18 века-гавота. Поклоны, позы, шаги. Старинные костюмы и прически, манера персонажей в сказочных спектаклях-балетах «Золушка», «Спящая красавица».

Практика: Поклоны и реверансы 18 века (показ педагога), простейшая композиция гавота (па де грас). Поклоны для девочек, шаг с приставкой и наклон головы - для мальчиков. Па галопа (боковые) по 6-й позиции, па галопа по 3-й позиции, шаг полонеза.

7. Постановочная и репетиционная работа.

Практика: Классический танец: Детский танец – основан на шагах польки, Цветной вальс, Петербургский вальс – основан на легком беге, позе арабеск.

Ритмичные танцы: «Друзья», «Вечеринка у Малинки», «Веселая дружина» - основан на строевых движениях и перестроениях в движении и на месте, «Мамонтенок» - образный танец, «Знаки препинания» - образный танец, «Попкорн» - ритмичный танец в стиле диско.

Фитнес-танцы: Марш энтузиастов, Марш «Москва», мышка Хохоща, «Непогода», «Хула-хуп» - укрепление мышц спины и рук, «Сулейман» - укрепление спины и дыхания, образные танцы - («Туф и Баф», «Виноватая тучка», «Друзья»), «Матрешечки», «Карусель».

Тематическое планирование 1 г/о группа 1.1

№	Темы	Часы
1.	Организационное занятие	2
2.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
3.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
4.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
5.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
6.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
7.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
8.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
9.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
10.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
11.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
12.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
13.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
14.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
15.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
16.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
17.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
18.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
19.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического, народного, современного танцев.	2
20.	Элементы фитнес-танца	2
21.	Элементы классического танца	2
22.	Элементы фитнес-танца	2
23.	Элементы современного танца	2
24.	Элементы классического танца	2
25.	Элементы фитнес-танца	2
26.	Элементы фитнес-танца	2
27.	Элементы фитнес-танца	2
28.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения	2
29.	Элементы современного танца	2
30.	Элементы фитнес-танца	2
31.	Элементы фитнес-танца	2

32.	Элементы фитнес-танца	2
33.	Элементы современного танца	2
34.	Элементы фитнес-танца	2
35.	Элементы фитнес-танца	2
36.	Организационное занятие	2
37.	Элементы народно-характерного танца	2
38.	Элементы классического танца	2
39.	Элементы классического танца	2
40.	Элементы историко-бытового танца	2
41.	Элементы историко-бытового танца	2
42.	Постановка и репетиция	2
43.	Элементы классического танца	2
44.	Элементы народно-характерного танца	2
45.	Элементы классического танца	2
46.	Элементы историко-бытового танца	2
47.	Элементы классического танца	2
48.	Элементы фитнес-танца	2
49.	Постановка и репетиция	2
50.	Элементы народно-характерного танца	2
51.	Элементы народно-характерного танца	2
52.	Элементы историко-бытового танца	2
53.	Элементы историко-бытового танца	2
54.	Элементы классического танца	2
55.	Элементы классического танца	2
56.	Элементы современного танца и фитнес-танца	2
57.	Постановка и репетиция	2
58.	Элементы современного танца	2
59.	Элементы современного танца	2
60.	Элементы современного танца	2
61.	Элементы классического танца	2
62.	Элементы народно-характерного танца	2
63.	Элементы современного танца	2
64.	Элементы историко-бытового танца	2
65.	Постановка и репетиция	2
66.	Постановка и репетиция	2
67.	Элементы современного танца	2
68.	Элементы классического танца	2
69.	Элементы народно-характерного танца	2
70.	Элементы современного танца	2
71.	Элементы историко-бытового танца	2
72.	Итоговое занятие. Повторение пройденного.	2

Календарно-тематическое планирование 1 г/о 2023-2024 группа 1.1

№	Дата	Тема	Часы
1.		Организационное занятие	2
2.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
3.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
4.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
5.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
6.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
7.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
8.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
9.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
10.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
11.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
12.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
13.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
14.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
15.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
16.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
17.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
18.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического и фитнес танцев.	2
19.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения. Основы классического, народного, современного танцев.	2
20.		Элементы фитнес-танца	2
21.		Элементы классического танца	2
22.		Элементы фитнес-танца	2
23.		Элементы современного танца	2
24.		Элементы классического танца	2
25.		Элементы фитнес-танца	2
26.		Элементы фитнес-танца	2
27.		Элементы фитнес-танца	2
28.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения	2
29.		Элементы современного танца	2

30.	Элементы фитнес-танца	2
31.	Элементы фитнес-танца	2
32.	Элементы фитнес-танца	2
33.	Элементы современного танца	2
34.	Элементы фитнес-танца	2
35.	Итоговое занятие. Повторение	2
36.	Организационное занятие	2
37.	Элементы народно-характерного танца	2
38.	Элементы классического танца	2
39.	Элементы классического танца	2
40.	Элементы историко-бытового танца	2
41.	Элементы историко-бытового танца	2
42.	Постановка и репетиция	2
43.	Элементы классического танца	2
44.	Элементы народно-характерного танца	2
45.	Элементы классического танца	2
46.	Элементы историко-бытового танца	2
47.	Элементы классического танца	2
48.	Элементы фитнес-танца	2
49.	Постановка и репетиция	2
50.	Элементы народно-характерного танца	2
51.	Элементы народно-характерного танца	2
52.	Элементы историко-бытового танца	2
53.	Элементы историко-бытового танца	2
54.	Элементы классического танца	2
55.	Элементы классического танца	2
56.	Элементы современного танца и фитнес-танца	2
57.	Постановка и репетиция	2
58.	Элементы современного танца	2
59.	Элементы современного танца	2
60.	Элементы современного танца	2
61.	Элементы классического танца	2
62.	Элементы народно-характерного танца	2
63.	Элементы современного танца	2
64.	Элементы историко-бытового танца	2
65.	Постановка и репетиция	2
66.	Постановка и репетиция	2
67.	Элементы современного танца	2
68.	Элементы классического танца	2
69.	Элементы народно-характерного танца	2
70.	Элементы современного танца	2
71.	Элементы историко-бытового танца	2
72.	Итоговое занятие. Повторение пройденного.	2

Рабочая программа Второй год обучения

Особенности 2 г/о:

- включение элементов классического экзерсиса (большая физическая и духовная подготовка, усиленная работа мышц, суставов и сухожилий, развитие равновесия и ориентировки в пространстве);
- создание разнообразного репертуара с учетом появившихся возможностей;
- введение образов отрицательных и положительных героев, образов из животного мира, образов сказочных персонажей (способность к обобщению). Для мальчиков подчеркивание мужественности в танцах (охотники, стрелки, моряки, пограничники и т.д.).

Задачи 2 г/о:

- обучать основам хореографии;
- способствовать овладению хореографией по теории и практике.
- развивать двигательные способности, выразительное исполнение;
- способствовать формированию духовно-нравственной позиции личности;
- воспитывать чувство ответственности в коллективной деятельности, умение взаимодействовать в коллективе;

Ожидаемые результаты:

Знать:

- правила безопасности при занятиях хореографией;
- терминологию и основные движения классического и народного танца по 1 году обучения у станка (лицом к станку) и на середине;
- основные элементы классического и народного русского танца;
- танцевальные рисунки и движения;
- ориентироваться в пространстве.

Уметь:

- передавать в движении характер и темп музыки;
- грамотно выполнять движения классических и народных танцев и согласовывать с музыкой;
- перестраиваться в (круг, линии, колонны);
- владеть приемами музыкального движения (импровизация, показ, объяснение);
- общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие.

Теория: Цели и задачи второго года обучения, перспективы занятий, постановочной и репетиционной работы. Праздничные даты и подготовка к ним. Реорганизация групп, расписание занятий.

Практика: Знакомство с новыми занимающимися, построение по росту, маршировка под музыку с целью ознакомления с ритмичностью занимающихся. Тестирование.

2. Музыкальная грамота, ритмические упражнения. (17 часов).

Теория: Включается весь материал, указанный в программе первого года обучения. Дополнительно: особенности метро-ритма, чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши, вальсы, медленные хороводы, быстрые русские и белорусские пляски.

Практика: Изучается и исполняется весь материал первого года обучения по классическому танцу (лицом к станку). Акцент на сильную долю такта в шагах. Музыкальная структура движения: половина и целое. Вступительные и заключительные аккорды. Обеспечение занятий классической, народной, современной музыкой с ярко выраженным ритмическим рисунком. Марши, вальсы, польки в медленном и умеренном темпе.

3. Классический танец.

Теория: Изучаются упражнения, указанные в программе первого года обучения дополнительно изучается уровень подъема ног, положение работающей ноги на щиколотке.(ку де пье), икры и колена. Подготовительное движение руки (препарасьон). Закрывание руки в подготовительную позицию. Координация рук, ног и головы в движении – тан релеве пар тер. Прыжки с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету, толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

Практика: Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног- 1,2,3,4,5. Позиции рук – 1,3,2.

Деми плие в 1,2,3,5 позиции (вначале лицом к станку, затем боком, держась одной рукой). Размер $\frac{3}{4}$, темп – анданте.

Батман тандю с 1 позиции, позднее с 5-позиции в сторону, вперед, позднее назад. Размер $\frac{2}{4}$, темп – модерато.

Батман тандю авек деми плие

Батман тандю - с 5-позиции в сторону

Деми ронд де жамб пар тер

Батман тандю жете

Батман тандю пике

Батман релеве лян на 45*, 90*

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку

Прыжки разучиваются лицом к станку

Тан леве соте

Па эшаппэ

Позы классического танца изучаются на середине зала.

Па курю – мелкий бег

4. Народно-характерный танец.

Теория: Народно-характерные упражнения у станка и на середине - подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядки для мальчиков). Точные позиции положения и движения рук в народных закавказских танцах (армянский). Контрастность стиля русских, украинских, армянских танцев. Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народов.

Показ рисунков национальных костюмов. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы русских, белорусских и армянских танцев. Музыкальные характеристики танцев.

Практика: Характерный тренаж (станок). Подготовительные движения рук (подготовительная, 1, 2, закрывается на талии).

Полуприседание и полное приседание по 1.2.4 и 5 открытым позициям, плавные и резкие приседания.

Скольжение стопой по полу - вытягивание ноги на носок с переводом стопы на ребро каблука – «крестом».

Переступания на полупальцах - в разных ритмических сочетаниях. Ковырялочка - разучивается у станка заново.

Скольжение по ноге в открытом положении (подготовка к веревочке), в открытом и закрытом положении на всей стопе опорной ноги; размер $\frac{4}{4}$. Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой, в открытом положении (вперед в сторону). Подготовка к каблучным движениям.

Упражнения на середине. Повторение и закрепление элементов русского и белорусского танцев.

Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны - на месте и с движением вперед и назад.

Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад; переменный шаг с продвижением вперед и назад. Притоп – удар всей стопой. Дроби (дробная дорожка). Гармошка. Припадание - на месте, в сторону, с поворотом. Ковырялочка - без подскока и с подскоком. Веребочка - простая (подряд, с переступанием). Молоточки.

Для мальчиков- хлопущки (одинарные). Ключ - дробный, простой. Полная присядка - разучивание у станка, с переходом на середину.

Элементы армянского танца

Положение ног, положение рук, положение кистей рук.

Движение кистей рук: мягкие сгибания и разгибание в запястье, небольшие повороты в запястье внутрь и наружу, полные повороты в запястье внутрь и наружу (мужск.):

Цалк- короткие взмахи от запястья или пальцами.

Движение рук: переводы плавные и резкие в различных положениях;

Чахарак – круговое от локтя к себе и от себя с движением кисти;

Цап – хлопки в ладоши с последующим переводом рук в различное положение.

Ходы: *Двели* – шаг с носка (женск.), с каблука – (мужск.), с продвижением в сторону, с поворотом (женск.).

3 шага с остановкой на 3-ем, с продвижением вперед.

Шаг на всю стопу с двумя последующими шагами на полупальцах.

Маленькие шаги на низких полупальцах, с продвижением назад.

3 поочередных шага с последующим выведением одной ноги на носок, вперед и подъемом ноги на 35*.

Бег вперед с поочередным отбрасыванием согнутых ног назад (мужск.).

Элементы белорусского народного танца

Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низких полупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими переступаниями (на месте, с продвижением вперед, назад с поворотом).

Притопы в полуприседании, перескок на всю ступню с двумя последующими поочередными ударами всей стопы в пол по 6-й позиции; подскок на одной ноге с двумя поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.

Присядка мальчика – перескок из стороны в сторону на обеих ногах на низких полупальцах в глубоком полуприседании по 6-й позиции с последующим подскоком в полуприседании на одной ноге с одновременным выведением другой согнутой ноги на носок вперед в прямом положении.

5. Современный, спортивный и фитнес-танец.

Теория: Аэробика и этапы ее развития. Характеристика фитнес-аэробики. Фитнес-танец и здоровье человека.

Практика: Упражнения в ходьбе, на месте и в движении. Упражнения для подвижности суставов. Бег и прыжки (общеразвивающего и танцевального характера. Упражнения на растягивание, расслабление и на восстановление дыхания.

6. Историко-бытовой танец.

Теория: Особенности танцев 19 века-полонеза. Музыка, стиль, манеры, костюмы, прически.

Практика: Композиция из пройденных элементов историко-бытового танца.

Положения рук, корпуса и головы. Шаг полонеза. Дополнительно: «па балансе», «па де баск», «па глisse», «па шассе», «па польки».

7. Постановочная и репетиционная работа.

Практика:

Народные танцы: Русский танец «На Ивана на Купала», Армянский танец

Классические танцы: Вальс с шарфом

Современный, спортивный,

танец «Морячка» с элементами русского народного танца (па де баск, веревочка, каблучные движения и с элементами брейка),

танец «Катюша» с элементами русского народного и современного танца,

«Шелковый путь» (танец с предметом- фонарики, построен на шагах: ходьба на полупальцах, «гармошка»);

фитнес-танец: «Латина», танцы с «махалками» («Вот мы какие!» - построен на шагах аэробики, «Дети России!»).

Тематическое планирование 2 г/о группа 2.1; 2.2

№	Темы	Часы
1.	Организационное занятие.	2
2.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения	2
3.	Элементы классического танца	2
4.	Элементы классического танца	2
5.	Элементы классического танца	2
6.	Элементы классического танца	2
7.	Элементы классического танца	2
8.	Элементы классического танца	2
9.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения	2
10.	Элементы классического танца	2
11.	Элементы классического танца	2
12.	Элементы классического танца	2
13.	Элементы классического танца	2
14.	Элементы классического танца	2
15.	Элементы классического танца	2
16.	Элементы классического танца	2
17.	Элементы классического танца	2
18.	Элементы классического танца	2
19.	Элементы классического танца	2
20.	Элементы классического танца	2
21.	Элементы классического танца	2
22.	Элементы классического танца	2
23.	Элементы классического танца	2
24.	Элементы классического танца	2
25.	Элементы классического танца	2
26.	Элементы классического танца	2
27.	Элементы классического танца	2
28.	Элементы классического танца	2
29.	Элементы классического танца	2
30.	Элементы классического танца	2
31.	Элементы классического танца	2
32.	Элементы классического танца	2
33.	Элементы классического танца	2
34.	Повторение пройденного.	2
35.	Организационное занятие.	2
36.	Элементы народно-характерного танца	2
37.	Элементы народно-характерного танца	2
38.	Элементы народно-характерного танца	2
39.	Элементы народно-характерного танца	2
40.	Элементы народно-характерного танца	2
41.	Элементы народно-характерного танца	2
42.	Элементы народно-характерного танца	2
43.	Элементы народно-характерного танца	2
44.	Элементы народно-характерного танца	2
45.	Элементы народно-характерного танца	2
46.	Элементы народно-характерного танца	2
47.	Элементы народно-характерного танца	2

48.	Элементы современного танца	2
49.	Элементы народно-характерного танца	2
50.	Элементы классического танца	2
51.	Элементы классического танца	2
52.	Элементы историко-бытового танца	2
53.	Элементы классического танца	2
54.	Элементы классического танца	2
55.	Элементы историко-бытового танца	2
56.	Элементы историко-бытового танца	2
57.	Элементы народно-характерного танца	2
58.	Элементы народно-характерного танца	2
59.	Элементы народно-характерного танца	2
60.	Элементы народно-характерного танца	2
61.	Элементы народно-характерного танца	2
62.	Элементы народно-характерного танца	2
63.	Элементы классического танца	2
64.	Элементы историко-бытового танца	2
65.	Элементы современного танца и фитнес-танца	2
66.	Элементы народно-характерного танца	2
67.	Элементы современного танца и фитнес-танца	2
68.	Элементы народно-характерного танца	2
69.	Элементы классического танца	2
70.	Элементы историко-бытового танца	2
71.	Элементы историко-бытового танца	2
72.	Подведение итогов. Повторение пройденного.	2

Календарно-тематическое планирование 2 г/о 2023-2024 группа 2.1

№	Дата	Тема	Часы
1.		Организационное занятие.	2
2.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения	2

3.	Элементы классического танца	2
4.	Элементы классического танца	2
5.	Элементы классического танца	2
6.	Элементы классического танца	2
7.	Элементы классического танца	2
8.	Элементы классического танца	2
9.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения	2
10.	Элементы классического танца	2
11.	Элементы классического танца	2
12.	Элементы классического танца	2
13.	Элементы классического танца	2
14.	Элементы классического танца	2
15.	Элементы классического танца	2
16.	Элементы классического танца	2
17.	Элементы классического танца	2
18.	Элементы классического танца	2
19.	Элементы классического танца	2
20.	Элементы классического танца	2
21.	Элементы классического танца	2
22.	Элементы классического танца	2
23.	Элементы классического танца	2
24.	Элементы классического танца	2
25.	Элементы классического танца	2
26.	Элементы классического танца	2
27.	Элементы классического танца	2
28.	Элементы классического танца	2
29.	Элементы классического танца	2
30.	Элементы классического танца	2
31.	Элементы классического танца	2
32.	Элементы классического танца	2
33.	Элементы классического танца	2
34.	Повторение пройденного.	2
35.	Организационное занятие.	2
36.	Элементы народно-характерного танца	2
37.	Элементы народно-характерного танца	2
38.	Элементы народно-характерного танца	2
39.	Элементы народно-характерного танца	2
40.	Элементы народно-характерного танца	2
41.	Элементы народно-характерного танца	2
42.	Элементы народно-характерного танца	2
43.	Элементы народно-характерного танца	2
44.	Элементы народно-характерного танца	2
45.	Элементы народно-характерного танца	2
46.	Элементы народно-характерного танца	2
47.	Элементы народно-характерного танца	2
48.	Элементы современного танца	2
49.	Элементы народно-характерного танца	2
50.	Элементы классического танца	2
51.	Элементы классического танца	2
52.	Элементы историко-бытового танца	2

53.		Элементы классического танца	2
54.		Элементы классического танца	2
55.		Элементы историко-бытового танца	2
56.		Элементы историко-бытового танца	2
57.		Элементы народно-характерного танца	2
58.		Элементы народно-характерного танца	2
59.		Элементы народно-характерного танца	2
60.		Элементы народно-характерного танца	2
61.		Элементы народно-характерного танца	2
62.		Элементы народно-характерного танца	2
63.		Элементы классического танца	2
64.		Элементы историко-бытового танца	2
65.		Элементы современного танца и фитнес-танца	2
66.		Элементы народно-характерного танца	2
67.		Элементы современного танца и фитнес-танца	2
68.		Элементы народно-характерного танца	2
69.		Элементы классического танца	2
70.		Элементы историко-бытового танца	2
71.		Элементы историко-бытового танца	2
72.		Подведение итогов. Повторение пройденного.	2

Календарно-тематическое планирование 2 г/о 2023-2024 группа 2.2

№	Дата	Тема	Часы
1.		Организационное занятие.	2
2.		Музыкальная грамота и ритмические упражнения	2

3.	Элементы классического танца	2
4.	Элементы классического танца	2
5.	Элементы классического танца	2
6.	Элементы классического танца	2
7.	Элементы классического танца	2
8.	Элементы классического танца	2
9.	Музыкальная грамота и ритмические упражнения	2
10.	Элементы классического танца	2
11.	Элементы классического танца	2
12.	Элементы классического танца	2
13.	Элементы классического танца	2
14.	Элементы классического танца	2
15.	Элементы классического танца	2
16.	Элементы классического танца	2
17.	Элементы классического танца	2
18.	Элементы классического танца	2
19.	Элементы классического танца	2
20.	Элементы классического танца	2
21.	Элементы классического танца	2
22.	Элементы классического танца	2
23.	Элементы классического танца	2
24.	Элементы классического танца	2
25.	Элементы классического танца	2
26.	Элементы классического танца	2
27.	Элементы классического танца	2
28.	Элементы классического танца	2
29.	Элементы классического танца	2
30.	Элементы классического танца	2
31.	Элементы классического танца	2
32.	Элементы классического танца	2
33.	Элементы классического танца	2
34.	Повторение пройденного.	2
35.	Организационное занятие.	2
36.	Элементы народно-характерного танца	2
37.	Элементы народно-характерного танца	2
38.	Элементы народно-характерного танца	2
39.	Элементы народно-характерного танца	2
40.	Элементы народно-характерного танца	2
41.	Элементы народно-характерного танца	2
42.	Элементы народно-характерного танца	2
43.	Элементы народно-характерного танца	2
44.	Элементы народно-характерного танца	2
45.	Элементы народно-характерного танца	2
46.	Элементы народно-характерного танца	2
47.	Элементы народно-характерного танца	2
48.	Элементы современного танца	2
49.	Элементы народно-характерного танца	2
50.	Элементы классического танца	2
51.	Элементы классического танца	2
52.	Элементы историко-бытового танца	2

53.	Элементы классического танца	2
54.	Элементы классического танца	2
55.	Элементы историко-бытового танца	2
56.	Элементы историко-бытового танца	2
57.	Элементы народно-характерного танца	2
58.	Элементы народно-характерного танца	2
59.	Элементы народно-характерного танца	2
60.	Элементы народно-характерного танца	2
61.	Элементы народно-характерного танца	2
62.	Элементы народно-характерного танца	2
63.	Элементы классического танца	2
64.	Элементы историко-бытового танца	2
65.	Элементы современного танца и фитнес-танца	2
66.	Элементы народно-характерного танца	2
67.	Элементы современного танца и фитнес-танца	2
68.	Элементы народно-характерного танца	2
69.	Элементы классического танца	2
70.	Элементы историко-бытового танца	2
71.	Элементы историко-бытового танца	2
72.	Подведение итогов. Повторение пройденного.	2

Рабочая программа Третий год обучения

Особенности 3 г/о:

- включение элементов народного и современного танца (максимальная подвижность, интеллектуальная развитость, раскоординированность).
- получение базовых знаний об азбуке музыкального движения.

- включение в репертуар общественных сюжетов на школьную тему (способность к большому обобщению и анализу своих движений и движений своих товарищей).

Задачи 3 г/о:

- формировать профессиональное исполнение хореографического движения;
- поощрять творческий подход к хореографии;
- способствовать самостоятельности обучающихся;
- развивать самодисциплину и мотивацию к занятиям хореографией;
- способствовать формированию духовно-нравственной позиции личности.

Ожидаемые результаты:

Знать:

- основы народного и современного (экзерсис, диагональ, партер) танца;
- выразительные средства танца (музыка, лексика, доступность текста, ракурс, костюм, рисунок);
- происхождение изучаемых танцев.

Уметь:

- владеть координацией движения;
- определить структуру музыкального произведения;
- уметь ориентироваться в пространстве, перестраиваться в любые рисунки;
- исполнять движения народного танца у станка и на середине;
- иметь представление о характере и манере исполнения разученных народных танцев;

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. Вводное занятие.

Теория: Подведение итогов прошедшего года. Цели и задачи третьего года обучения; перспективный план работы группы, расписание занятий и репетиций.

Практика: Запись в журнал учащихся, прием новых учеников. Тестирование. Выбор старосты группы.

2. Музыкальная грамота, музыкально-двигательные упражнения.

Теория: Динамические оттенки в музыке, прослушивание записи произведений. Сочетание синкопированных и несинкопированных ритмов. Ритмические рисунки в движении.

Практика: Упражнения на развитие музыкальности. Прослушивание музыки композиторов-классиков.

3. Классический танец.

Теория: Основные правила движений у станка. Понятие о положении- Эпольман. Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, эфассе). Законы и эстетика равновесия в позах классического танца. Движения-связки (па де буре). Закономерности координации движений рук и головы в пор де бра.

Повторяется весь материал 1-го и 2-го года обучения в более быстром темпе.

Отработка и постепенное усложнение движений по программе 1-го и 2-го годов обучения - в композициях с другими движениями, с использованием движений рук и поз (эфассе, экарте).

Практика: Позция ног - 4-я

Батман тандю из 5-й позиции, во всех направлениях с затактом, размер 2/4, темп – модерато (средний).

Ронд де жамб партер - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади), размер 3/4, темп - модерато.

Батман фраппэ – по всем направлениям, размер – 2/4, 4/4 (затакт 1/8, темп - модерато)

Релеве лян с 5 позиции – во всех направлениях (держась за станок одной рукой). Размер 3/4, 4/4, темп – анданте.

Па де буре – с переменной ног (стоя лицом к станку). Размер 2/4, темп – модерато.

Шанжман де пье (большое) – прыжок с 5-ой позиции с переменной ног (лицом к станку). Размер 2/4, темп – аллегро (подвижно). Упражнения на середине.

Гранд плие по 1,2,3-ей позициям. Размер 2/4, темп – анданте. По 2 такта на движение (с переходом в другую позицию через батман тандю).

Батман тандю по 1-й позиции (вперед и в сторону).

Позы классического танца вперед ефассе и 1-й арабеск (носком в пол). Размер 3/4, темп – адажио.

4. Народно-характерный танец.

Теория: Основные технические навыки. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения русского танца. Настроение, характер (задорный, озорной дух соревнования, удаль). Беседы. Хороводы и кадрили среднерусских областей России. Их содержание и связь с образом жизни. Беседы о характере еврейского танца. Своеобразие танцев.

Практика: Характерный тренаж. Повторяются движения у станка. Новые движения.

Батман тандю – скольжение стоп по полу; с поворотом ноги в закрытое положение – в сторону.

Батман тандю жете – маленькие броски: вперед и в сторону, назад; с одним ударом стопой по 5-й открытой позиции (коротким ударом по полу носком или ребром каблука).

Батман тандю в полуприседании на опорной ноге.

Батман фондю с поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45*.

Девлоре – разворачивание ноги с одновременным ударом каблука опорной ноги в полуприседании (вперед и в сторону; плавные, резкие). Маленькие броски от щиколотки со свободной стопой; в закрытое положение (к станку), в прямом положении вперед. Опускание на колено: у носка опорной ноги, у каблука опорной ноги. Упражнения на середине.

Русский танец. Положения рук в парном танце. Движение рук: переходы в различные положения; навыки в обращении с платочком.

Ходы. Закрепляются навыки и знания первого-второго года обучения и добавляются новые: направление назад; переменный шаг с каблука, с продвижением вперед и назад.

«Девичий шаг» с переступанием, два шага с последующей мягкой приставкой в 6-ю позицию на всю стопу в полуприседании, с продвижением вперед, назад.

Дробь с подскоком – подскок на одной ноге с последующим ударом каблуком и всей стопой другой ноги, на месте и с продвижением.

«Веревочка» - простая и спереступанием.

«Ключ» - дробный, сложный

Присядки – комбинации из полуприсядок и полных присядок.

Еврейский танец. Положение рук, кистей. Ходы. С каблука. Шаги в массовом исполнении по кругу. Прыжковые движения (амбуате) с наклоном корпуса. Повороты.

Украинский танец. Положение ног; положение рук в парном танце. Притоп – перескок на всю стопу с двумя последующими поочередными ударами всей стопой о пол по 6-й позиции. Выхлясник – удар носком и ребром каблука одной ноги с одновременным подскоком на другой ноге.

Мексиканский танец. Ходы. Чететка. Прыжки вперед, назад по бп.

Кубинский танец. Ходы. Вертушка. Выпады. Переступания.

5. Современный, спортивный и фитнес-танец.

Теория: Влияние фитнес-танца на формирование и телосложение фигуры. Режим питания. Фитнес-танец и его роль в формировании здорового образа жизни.

Практика: Упражнения в ходьбе, на месте и в движении. Упражнения для подвижности суставов. Бег и прыжки (общеразвивающего и танцевального характера). Упражнения на растягивание, расслабление и на восстановление дыхания.

6. Историко-бытовой танец.

Теория: Танцы 18-19 веков. Стиль и манеры. Движения, костюмы (с привлечением иллюстраций, эскизы театральных костюмов).

Практика: Па шассе (5 форм), па элеме, 2-я фигура французской кадрили, па польки в паре, па вальса – соло; композиции из пройденных элементов.

7. Постановочная и репетиционная работа.

Практика: Классические танцы: «Вспоминая Штрауса», «Петербургский вальс»

Народные танцы: «Катюша», «Вензеля», Еврейский танец, «Танец роз», Цыганский, танец с платками «Воротца», Русская плясовая», «Танцуй, Россия!», Украинский «Девичий перепляс», Испанский.

Историко-бытовые танцы: Полонез-троянец.

Фитнес-танцы: «Детский рэп», «Уличный танец», Модерн, танец с мячами «Земляне».

Современный танец: «Буги-вуги», Модный рок и Макарена.

Тематическое планирование 3 г/о

№	Тема	Часы
1.	Организационное занятие.	2
2.	Элементы народно-характерного танца М	2
3.	Элементы народно-характерного танца	2
4.	Элементы современного танца	2
5.	Элементы современного танца	2
6.	Элементы народно-характерного танца	2
7.	Элементы народно-характерного танца	2
8.	Элементы современного танца	2
9.	Элементы современного танца	2
10.	Элементы современного танца	2
11.	Элементы народно-характерного танца	2
12.	Элементы народно-характерного танца	2
13.	Элементы народно-характерного танца М	2
14.	Элементы народно-характерного танца М	2
15.	Элементы современного танца	2
16.	Элементы современного танца	2
17.	Элементы народно-характерного танца М	2
18.	Элементы народно-характерного танца	2
19.	Элементы народно-характерного танца М и современного танца	2
20.	Элементы народно-характерного танца М и современного танца	2
21.	Элементы современного танца и народно-характерного танца	2
22.	Элементы современного танца и народно-характерного танца	2
23.	Элементы народно-характерного танца и современного танца	2
24.	Элементы народно-характерного танца и современного танца	2
25.	Элементы народно-характерного танца и современного танца	2
26.	Элементы народно-характерного танца М	2
27.	Элементы современного танца	2
28.	Элементы современного танца	2
29.	Элементы народно-характерного танца	2
30.	Элементы народно-характерного танца	2
31.	Элементы народно-характерного танца М	2
32.	Элементы народно-характерного танца М	2
33.	Элементы современного танца	2
34.	Итоговое занятие за 1 п/г	2
35.	Организационное занятие.	2
36.	Элементы современного танца	2
37.	Элементы народно-характерного танца	2
38.	Элементы народно-характерного танца	2
39.	Элементы народно-характерного танца М	2
40.	Элементы народно-характерного танца М	2
41.	Элементы народно-характерного танца М	2
42.	Элементы современного танца	2
43.	Элементы современного танца	2
44.	Элементы народно-характерного танца	2
45.	Элементы народно-характерного танца	2
46.	Элементы народно-характерного танца М	2
47.	Элементы народно-характерного танца М	2

48.	Элементы современного танца	2
49.	Элементы современного танца	2
50.	Элементы современного танца	2
51.	Элементы современного танца	2
52.	Элементы современного танца	2
53.	Элементы современного танца	2
54.	Элементы современного танца	2
55.	Элементы современного танца	2
56.	Элементы народно-характерного танца	2
57.	Элементы народно-характерного танца	2
58.	Элементы народно-характерного танца М	2
59.	Элементы народно-характерного танца М	2
60.	Элементы современного танца	2
61.	Элементы современного танца	2
62.	Элементы народно-характерного танца М	2
63.	Элементы народно-характерного танца М	2
64.	Элементы современного танца	2
65.	Элементы современного танца	2
66.	Элементы народно-характерного танца	2
67.	Элементы современного танца	2
68.	Элементы современного танца	2
69.	Элементы народно-характерного танца	2
70.	Элементы современного танца	2
71.	Элементы современного танца	2
72.	Итоговое занятие за 2 п/г. Повторение пройденного.	2

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

В программе используются следующие педагогические технологии:

- технология личностно-ориентированного обучения;
- технология индивидуального обучения;
- групповые технологии;
- технология коллективной творческой деятельности;
- игровые технологии;
- новые информационные технологии.

и методики:

- методика дифференцированного обучения;
- методика индивидуального обучения.

Нормативно-правовой блок.

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Федеральный закон от 31.07.2020 N 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся".
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 N 996-р.
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 N 678-р.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 N 816 об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам".
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 N 114 "Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, основным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам".
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 N 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования".
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 N 1000 "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования и взрослых".
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ".
11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 03.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 03.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Санитарно-эпидемиологические нормативы и требования к обеспечению безопасности и(или) безвредности для человека факторов среды обитания".
13. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" национального проекта "Образование" (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 N 16).
14. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций".

Дидактические материалы

1. Барышникова Т.А. Азбука хореографии. – М., 1999.

Информационные источники Список литературы (для педагога)

1. Вашкевич Н.Н.: История хореографии всех веков и народов. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2009
2. Красовская Т.М.: Русский балетный театр начала XX века. Хореографы. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2009
3. Волынский А.Л.: Книга ликований. Азбука классического танца. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2008
4. Красовская Т.М.: Русский балетный театр от возникновения до середины XIX века. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2008
5. Кюль Т.: Энциклопедия танцев от А до Я. - М.: Мой мир, 2008
6. Левинсон А.Я.: Старый и новый балет. Мастера балета. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2008
7. Румба О.Г.: Основы хореографической грамотности в художественной гимнастике. - Белгород: ПОЛИТЕРРА, 2008
8. сост. Н.А. Александрова: Балет. Танец. Хореография. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2008
9. Тарасов Н.И.: Классический танец. Школа мужского исполнительства. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2008
10. Александрова Н.А.: Танец модерн. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
11. Баглай В.Е.: Этническая хореография народов мира. - Ростов на/Д: Феникс, 2007
12. Ваганова А.Я.: Основы классического танца. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
13. Л.В. Браиловская, О.В. Володина и др.: Танцуют все!: Клубные, бальные, восточные танцы. - Ростов на/Д: Феникс, 2007
14. Лопухов А.В.: Основы характерного танца. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
15. Раздрокина Л.Л.: Танцуйте на здоровье!. - Ростов на/Д: Феникс, 2007
16. Шевлюга С.: Самоучитель испанских и цыганских танцев. Фламенко. - Ростов на/Д: Феникс, 2005
17. Гусев Г.П.: Методика преподавания народного танца. Этюды. - М.: Владос, 2004
18. Климов А.А.: Основы русского народного танца. - М.: МГУКИ, 2004
19. Мессерер А.: Уроки классического танца. - СПб.: Лань, 2004

Система контроля результативности с описанием форм выявления, фиксации и предъявления результатов и их периодичности

Формы контроля	текущий	промежуточный	итоговый
Периодичность	Постоянно	1 раз в полугодие	По окончании обучения
Формы выявления результата	Педагогическое наблюдение	Концерт	Концерт
Формы фиксации результата	Видеофиксация Фотофиксация Электронный журнал	Таблица 1. «Творческий показатель» Таблица 2. «Самооценка учащихся»	Документы общественного признания (грамоты и дипломы, благодарности)
Формы предъявления результата	Показы: концертные номера	Открытые занятия Тематические концертные номера Участие в городских, всероссийских и международных конкурсах	Концерт

Карта самооценки учащихся и оценки педагогом компетентности учащегося
(промежуточный контроль в мае текущего учебного года)

Дорогой друг! Оцени, пожалуйста, по пятибалльной шкале знания и умения, которые ты получил, занимаясь по программе «Хореография» в этом учебном году, и зачеркни соответствующую цифру (1 – самая низкая оценка, 5 – самая высокая).

1.	Освоил теоретический материал по разделам и темам программы (могу ответить на вопросы педагога)	1	2	3	4	5
2.	Знаю специальные термины, используемые на занятиях	1	2	3	4	5
3.	Научился использовать полученные на занятиях знания в практической деятельности	1	2	3	4	5
4.	Умею выполнять практические задания (упражнения, задачи, опыты и т.д.), которые дает педагог	1	2	3	4	5
5.	Научился самостоятельно выполнять творческие задания	1	2	3	4	5
6.	Умею воплощать свои творческие замыслы	1	2	3	4	5
7.	Могу научить других тому, чему научился сам на занятиях	1	2	3	4	5
8.	Научился сотрудничать с ребятами в решении поставленных задач	1	2	3	4	5
9.	Научился получать информацию из различных источников	1	2	3	4	5
10.	Мои достижения в результате занятий	1	2	3	4	5

Способы определения результатов

Обучающиеся хореографией принимают участие в различных школьных мероприятиях: районных, городских, всероссийских, международных фестивалях, конкурсах. Опыт выступлений на сцене позволяет реализовать себя как личность, приобрести внутреннюю свободу, раскрепощённость и уверенность в себе. Результаты выступлений фиксируются на «Сайт школы 164 СПб» в разделе «Галерея» мероприятия и творческие достижения детей.

Формы и методы выявления и анализ результатов

- открытые занятия по каждой группе;
- портфолио занимающегося по программе «Хореография».

Форма подведения итогов реализации программы

- подготовка танцевальных номеров к школьным мероприятиям;
- концерты, конкурсы, фестивали.

Оценка результатов

Самооценка: просмотр детьми видео с выступлениями и их обсуждение.

Критический обзор: мнение педагога в виде отчета о проделанной работе с обучающимися за полугодие и за год, с комментариями о характере выступления детей, психологическом климате в объединении, о планах работы на ближайшее время.