


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 392
с углублённым изучением французского языка
Кировского района Санкт – Петербурга

Принята
Педагогическим советом
Протокол № 8
от «31» августа 2022 г

Утверждаю
Приказ № 325 от 31.08. 2022 г.
Директор ГБОУ СОШ № 392
 И.А. Изотова



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Веселые каблучки»

Возраст обучающихся 4-6 лет
Срок реализации 1 год

Разработчик
Педагог дополнительного образования
Силантьева Екатерина Александровна

Санкт-Петербург
2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность рабочей программы

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность

Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей родителей.

Данная программа разработана на основании следующих нормативно – правовых документов:

- Федерального закона от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. №1008;
- пункта 2.4. Комплекса мер по реализации в Санкт-Петербурге Концепции развития доп. Образования детей на 2015 -2020 годы, утвержденного Комитетом по образованию от 25.06.2015г. №3075-р;
- распоряжению комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017г. №617-р.

Программа предусматривает создание вокруг ребенка положительной эмоциональной атмосферы, помогающей раскрепощению его личности, активизирующей творческий потенциал. Программа готовит детей к обучению в школе, осуществляя преемственность между дошкольным и начальным общим образованием.

Отличительные особенности

Дошкольный возраст - один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игровой растяжки, танцев и другие. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика, истоки которой берут свое начало в глубокой древности.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально- ритмическая гимнастика.

- Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях.

-Эффективность - в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему человека.

-Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Музыкально-ритмические движения выполняют релаксационную функцию, помогают добиться эмоциональной разрядки, снять умственную перегрузку и утомления. Ритм, который музыка диктует головному мозгу, снимает нервное напряжение. Движение и танец, помогают ребёнку подружиться с другими детьми, даёт определённый психотерапевтический эффект.

В этой связи актуальной становится проблема разработки программы с использованием нетрадиционных разнообразных форм, средств методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей с учетом ФГОС.

Программа разработана на основе программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика» (программа по ритмической пластике для детей 3–7 лет), издание третье переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС.

Адресат программы

Дополнительная программа разработана для детей 4-6 лет, не посещающих начальную школу, без предварительной подготовки.

Цель программы – приобщить детей к танцевальному искусству. Развитие творческих способностей детей, посредством формирования знаний и практических навыков в области ритмики. Необходимо обучить детей умению владеть своим телом, красивой осанке, грациозной походке, умению выступать перед другими, развить координацию, музыкальность, выразительность и мягкость исполнения, развить свою гибкость и выносливость.

Основные задачи:

Обучающие:

- овладение музыкально-ритмическими и танцевально-двигательными навыками танцевальных направлений;
- обучить воспринимать музыкальные образы и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки;
- обучить основам техники выполнения обширного комплекса физических упражнений с оздоровительной направленностью и подвижным играм;
- формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Развивающие:

- физического развития: совершенствование двигательных возможностей ребенка, укрепление костно-мышечной системы, улучшение координации движений, повышение выносливости;
- музыкально-ритмического развития: изучение основных музыкальных ритмов, умение воспринимать их на слух и подчинять им свое движение;
- эстетического развития: усвоение эстетических норм движения, воспитание внимательности к эстетике своего внешнего вида.

Воспитательные:

- воспитать в ребенке гармонию движения и музыки;
- приобщить занимающегося к здоровому и гармоничному образу жизни;
- заложить в воспитаннике основы музыкальной культуры;
- стимулировать развитие моральных качеств, таких как трудолюбие, собранность, организованность, настойчивость, веру в себя, коллективизм, дисциплинированность.
- развитие умений действовать по правилам;
- развитие эмоционально-волевой сферы.
- воспитание умения сопереживать другим людям и животным.
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения со взрослыми и детьми.

Условия реализации программы

-условия набора: на обучение по программе принимаются дети 4-6 лет на основании заявления родителей;

-условия формирования групп: разновозрастные с возможностью дополнительного набора, состав групп формируется с учетом пожеланий родителей;

-количество детей в группах: до 15 человек;

-формы организации деятельности: очная- фронтальная работа (беседа, показ, объяснение), коллективная работа, групповая (работа в малых группах), с применением дистанционных образовательных технологий;

Особенности организации образовательного процесса:

Особенностью построения и освоения программы является принцип «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори». В программу включены танцы различной группы сложности, имеющие разную технику движений рук и ног. Танцевальные композиции – способствуют раскрытию артистических способностей детей, их эмоциональной выразительности.

Программа ориентирует детей на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, а также, занятия по данной программе улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся воспитанниками из танцевального класса в другие сферы деятельности детей.

Материально – техническое оснащение

Для занятий по программе необходим танцевальный зал. Который должен отвечать санитарно-техническим требованиям, обеспечиваться тепло- и электроснабжением в пределах общего режима здания, иметь специальное безопасное покрытие пола, хорошо проветриваться, отвечать акустическим требованиям для работы с радиоаппаратурой.

Дополнительно для нормального функционирования коллектива необходимы помещения для раздевалок, а также комната отдыха педагогов с местом для хранения радиоаппаратуры, фонограмм, документации, других предметов и средств обучения, необходимых в работе. Для проведения занятий необходимо:

- музыкальный центр;
- колонки;
- флеш-карты и CD-диски с танцевальной музыкой;
- зеркала;
- станок.

В целях визуального контроля обучающихся, периодического разбора их технических ошибок, определяющая развитие хореографического искусства дополнительно в работе, могут использоваться:

- видеокамера;
- DVD-плеер или ноутбук;
- DVD-диски или флеш-карты;
- телевизор или экран;
- учебно-методические видеоматериалы.

Каждому воспитаннику предлагается приобрести для занятий:

- джазовки или мягкие туфли;
- форму танцевальную или спортивную.

Занятия организуются на базе школы и имеют следующую временную структуру: 2 часа в неделю. Продолжительность занятий 30 минут. Программа рассчитана на 28 недель. Общее количество 56 часов.

Кадровое обеспечение - педагоги, работающие по данной программе, должны соответствовать квалификационным характеристикам должности «педагог дополнительного образования».

Планируемые результаты.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные:

1. Регулятивные

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- распределять функции и роли в совместной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

2. Познавательные

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую, предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

3. Коммуникативные

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игр);
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Предметные

В результате реализации программы «Веселые каблучки» обучающиеся должны

Знать:

- правила поведения на занятиях в зале и в раздевалке, в целях предупреждения травматизма;
- средства музыкальной выразительности;
- правильная постановка корпуса в выполнении простейших и разогревающих аэробных упражнений;
- правильное положение рук, ног, головы, корпуса;
- основные сценические точки;
- особенности спортивно-танцевальных движений в разном стиле;
- правила гигиены и режима питания танцора;

Уметь:

- тактировать руками, чувствовать характер музыки;
- выполнение комплекса простейших, разогревающих аэробных упражнений;
- ориентироваться по сценическим точкам;
- правильно исполнять танцевальные элементы;
- исполнять танцевальные композиции.

Формы, методы, технологии, используемые при реализации программы при подготовке конкретного занятия педагог:

- оценивает этап обучения и сформированность у каждого ребенка необходимых знаний, умений;

- предусматривает разные организационные формы проведения занятий (парная, групповая, коллективная), а также индивидуальную работу каждого ребенка;
- учитывает необходимость возвращения (повторения) изученного в новых учебных (игровых) ситуациях;
- предусматривает взаимосвязь занятий и свободной игровой деятельности.

Ведущей деятельностью при подготовке детей к школе является игра. В игре ребенок очень быстро постигает возможности замены реального предмета игрушкой или воображаемым предметом. Таким образом, игра на этом этапе становится символической по своему существу.

Игровая деятельность способствует развитию произвольного внимания и произвольной памяти. Большое влияние игра оказывает на развитие речи. Игровая ситуация требует от каждого ребенка, включенного в неё, определенной способности к коммуникации. Возникающая в процессе игры потребность понимать словесные инструкции своих товарищей, стимулирует его развитие речи. В игре ребенок учится использовать обобщенные значения слов; впервые открывает для себя отношения, существующие между людьми; начинает постигать определенные правила поведения, принятые в обществе. От каждого ребенка требуется умение добиваться нужного результата даже в том случае, если сам процесс его мало привлекает. Занятия проводятся на интегрированной основе с широким использованием игровых методов, с опорой на практическую деятельность.

В основе отбора содержания Программы использованы следующие **принципы**:

- учет возрастных и индивидуальных особенностей;
- практическая направленность;
- занимательность;
- наглядность.

Методы и приемы, применяемые в образовательном процессе.

- Наглядные методы.
- Словесные методы.
- Практические методы.
- Словесные приемы.
- Наглядные приемы.
- Игровые приемы.

Критерии и нормы оценки результатов освоения программы

Входной контроль (октябрь) проводится с целью выявления уровня первоначальных знаний, умений, возможностей детей.

Текущий контроль предметных знаний осуществляется без их оценки в баллах. Работу ребенка учитель оценивает словесно и только положительно.

Итоговый контроль (апрель) проводится с целью определения уровня освоения программы в виде показательного выступления.

Формы контроля: педагогические наблюдения, выполнение практических заданий, устный опрос.

Учебный план

№ п/п	Тема	Теория	Практика	Итого часов
1	Вводное занятие. Правила поведения на занятиях и техника безопасности	0,5	0,5	1
2	Основы музыкальной грамоты.	1	1	2
3	Общая физическая подготовка (разминка)	2	10	12
4	Общеразвивающие танцевальные игры	2	8	10
5	Народный танец	2	14	16
6	Эстрадный танец	1	13	14
7	Итоговое занятие	0,5	0,5	1
Итого часов:		9	47	56

Календарно-учебный график Дополнительной общеобразовательной программы «Веселые каблучки»

Группа	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
	01.10.22	30.04.23	28	56	2 раза в неделю по 30 минут

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 392
с углублённым изучением французского языка
Кировского района Санкт – Петербурга

Принята
Педагогическим советом
Протокол № 8
от «31» августа 2022 г

Утверждаю
Приказ № 325 от 31.08. 2022 г.
Директор ГБОУ СОШ № 392
 И.А. Изотова



Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Веселые каблучки»

Год обучения 1
Возраст учащихся 4-6 лет

Разработчик: педагог дополнительного образования
Силантьева Екатерина Александровна

Санкт-Петербург
2022 год

Программа предполагает обучение девочек и мальчиков разного уровня физической подготовки.

Педагогическая целесообразность – ознакомление учащихся с историей возникновения ритмики и спортивного танца, представление о его многообразии, овладение основами техники исполнения элементов, развитие двигательного аппарата, музыкальности, координации, пространственной ориентации, формирование устойчивого интереса к занятиям танцами. Для повышения интереса учащихся к занятиям спортивными танцами и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные методы проведения этих занятий.

Словесные методы создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеоматериалов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный.

Главным из них является метод игровых упражнений, который предусматривает многократные повторения движений, используя игру, как основной элемент восприятия.

Разучивание упражнений осуществляется двумя способами:

- в целом;
- по частям.

Задачи, которые необходимо выполнить, для достижения поставленной цели:

Обучающие:

- изучение истории спортивного танца;
- обучение основам базовых аэробных упражнений;
- получение знаний, умений и овладение практическими навыками исполнения ритмических движений;

Развивающие:

- способствовать приобщению учащихся к здоровому образу жизни;
- развитие в подрастающем поколении генетически заложенных способностей мышечного движения, формирование правильной осанки, укрепление мышечного корсета;
- развитие музыкальных способностей по средствам музыкальной выразительности: характер музыки, выделение сильной доли и такта.

Воспитательные:

- создание дружного коллектива, воспитание волевых качеств характера (настойчивость, упорство, терпение, ответственность и др.);
- выработать у учащихся чувство энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации;
- формирование нравственно-духовной и эстетической культуры.

Содержание программы

1. Вводное занятие. Правила поведения на занятиях и техника безопасности.

Теория: Правила техники безопасности. Беседа о целях и задачах ритмики, о форме одежды на занятиях, правила гигиены до и после занятий, о правилах поведения на занятиях. Понятие о линии танца.

Практика: Построение перед началом занятия в колонки по одному. Перестроения в колонны по два. Перестроения из колонны в 2 линии в шахматном порядке. Поклон.

2. Основы музыкальной грамоты.

Теория: Понятия: музыкальное произведение, темп, быстрый темп, средний темп, медленный темп, основной темп. Характер музыки веселая, спокойная, грустная. Движение в темпе и характере музыки. Что такое «под музыку». Понятия: «Части» - это такт (1, 2, 3, 4.); Что такое «медленно» и «быстро».

Практика: Комплекс упражнений на музыкальный темп: Музыкальные упражнения, музыкальные игры.

3. Общая физическая подготовка

Теория: Танцевальная разминка как вид многократного повторения элементарных движений под музыку. Двигаемся сверху вниз: наклоны головы, движения руками, наклоны корпуса, движения ногами, прыжки и элементы растяжки. Вводный курс по технике исполнения всех элементов, положение корпуса, головы, рук, ног при выполнении аэробных элементов разминки.

Практика: Выполнение танцевальной разминки. Изучение комплекса аэробных упражнений (далее КАУ) на все группы мышц и опорно-двигательного аппарата, которые включают в себя 8 разделов: КАУ для шейного отдела; КАУ для плеч, кистей рук и локтевого сустава; КАУ для корпуса; КАУ для тазобедренного сустава; КАУ для коленного сустава; КАУ для голеностопа; КАУ для углублённого разогрева (прыжки); КАУ для растяжки.

4. Общеразвивающие танцевальные игры.

Теория: Танцевальные игры простого ритмического характера и несложных движений. Разбивка по фигурам; объяснения техники выполнения элементов; подача материала по использованию техники простых рисунков (круг, линии, квадрат) и перестроения, работа по одному, в парах, группами. Создание сюжета. Счет каждой фигуры. Понятие «паузы».

Практика: Изучение танцевальных игр «Ручеек», «Зеркало», «Танец-ситуация». Изучение: простых танцевальных элементов (приставные шаги, шаг с носочка, «пружинка», отведение ноги по трём точкам, синхронная работа рук в параллельном положении по четырём точкам, повороты и наклоны головы в разном направлении); техники несложных рисунков (круг, линии, квадрат) и перестроения, работа по одному и в парах.

5. Народный танец.

Теория: Понятия: история танца, традиции, обряды, костюм, поклон, притоп. Сюжеты и темы танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук.

Практика: Характер движений русского танца. Изучение элементов в русском народном стиле: положение корпуса; позиции рук (1,2,3, на талии); Выведение ноги на

каблуком из 1 позиции, «Ковырялочка», «Полу-присядка», Танцевальные шаги (с носка, простой шаг, шаг вперёд, притоп, удар всей стопой). Построение и перестроение несложных рисунков (линии, круг, полукруг, колонки). Изучение танца «Калинка».

6. Эстрадный танец.

Теория: Ознакомление: со стилем исполнения эстрадного танца; с танцевальной лексикой, используемая в композициях; с комплексом элементов. Правила постановки корпуса, рук, ног, головы; Основные позиции. История возникновения эстрадного танца. Создание и обсуждение сюжета в танцевальной композиции «Весна».

Практика: Постановка корпуса, рук, ног, головы; Основные позиции эстрадного танца. Изучение основных элементов танцевальной композиции «Весна»: «Шаг с носочка», «Шаг с пяточки», «Пружинка», повороты на 180* и на 360*. Изучение графических рисунков и перестроения танцевальной композиции: «Прочёс», «Линии», «Диагональ».

7. Итоговое занятие.

Теория: Доведение информации о правилах поведения на сцене и за кулисами; Подготовка костюмов и атрибутов, согласно сценарию; Подготовка внешнего вида к открытому занятию или концертной деятельности; По завершению итогового занятия, правила сдачи костюмов.

Практика: Проведение итогового занятия в виде: открытого урока, отчётного концерта.

Планируемые результаты.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

В ходе освоения содержания программы обеспечиваются условия для достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Планируемые результаты:

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные:

1.Регулятивные

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

3. Коммуникативные

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игр;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Предметные:

Освоив программу, обучающиеся должны

Знать:

- средства музыкальной выразительности (темп, характер, динамика);
- правильная постановка корпуса в выполнении простейших и разогревающих танцевальных упражнений разминки;
- правильное положение рук, ног, головы, корпуса;
- правильное положение рук и поз народного танца;
- историю развития народного танца;

Уметь:

- тактировать руками ритм, чувствовать характер музыки, выделять сильную долю, узнавать на слух различные виды мелодий;
- выполнять комплекс общеразвивающих и разогревающих аэробных упражнений;
- выполнять простейшие движения с разной скоростью, в зависимости от исполняемой музыки;
- ориентироваться по сценическим точкам; выполнять несложные перестроения по залу;
- исполнять танцевальные композиции.

Оценочные и методические материалы.

Критерии и нормы оценки результатов освоения программы

Входной контроль (октябрь) проводится с целью выявления уровня первоначальных знаний, умений, возможностей детей.

Текущий контроль предметных знаний осуществляется без их оценки в баллах. Работу ребенка учитель оценивает словесно и только положительно.

Итоговый контроль (апрель) проводится с целью определения уровня освоения программы в виде показательного выступления.

Формы контроля: педагогические наблюдения, выполнение практических заданий, устный опрос.

Литература.

Литература для педагога:

1. Бекина С.И. «Музыка и движение», М., 1984г.
2. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» С- Петербург 2000 г. 4. Васильева Т.К. «Секрет танца», С-Петербург 1997г.
3. Громов Ю.И. «От школы на Руси к школе на Фучика», СПбГУП 2001 г.
4. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Словарь пантомимических и танцевальных

- движений. – М., 2004. –144 с.
5. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М., 2003. – 208с.
 6. Матвеев В.Ф. «Теория и методика преподавания русского народного танца». С-Петербург 1999г.
 7. Тарасова Н.Б. «Теория и методика преподавания народно-сценического танца», С-Петербург 1996г.
 8. Н.И. Безлатная «Ритмика и хореография в ДОУ» Щелково 2009г.
 9. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина «Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет». Москва. «Просвещение»1983г
 10. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина «Музыка и движение. Упражнения, игры и пляски детей 6-7 лет. Москва. «Просвещение»1983г.
 11. А.И. Буренина «Коммуникативные танцы-игры для детей». «Ритмическая пластика для дошкольников».
 12. Е.В. Горшкова «От жеста к танцу». 1кн. «Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 -7 лет творчества в танце». Москва, изд. «Гном» 2002г.
 13. Н. Зарецкая, З. Роот «Танцы в детском саду». Москва, изд. Айрис ПРЕСС 2003г.
 14. И. Каплунова, И. Новоскольцева «Потанцуй со мной, дружок». Санкт-Петербург 2010г.
 15. М.Ю. Картушина «Конспекты логоритмических занятий с детьми 4-5 лет». Москва,2010г. Изд. ТЦ Сфера.
 16. М.Ю. Картушина «Конспекты логоритмических занятий с детьми 6-7 лет». Москва 2010г. Изд. ТЦ Сфера.

Материально-техническое обеспечение

Методическое обеспечение рабочей программы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Для занятий по программе необходим танцевальный зал. Который должен отвечать санитарно-техническим требованиям, обеспечиваться тепло- и электроснабжением в пределах общего режима здания, иметь специальное безопасное покрытие пола, хорошо проветриваться, отвечать акустическим требованиям для работы с радиоаппаратурой.

Дополнительно для нормального функционирования коллектива необходимы помещения для раздевалок, а также комната отдыха педагогов с местом для хранения радиоаппаратуры, фонограмм, документации, других предметов и средств обучения, необходимых в работе. Для проведения занятий необходимо:

- музыкальный центр;
- колонки;
- флеш-карты и CD-диски с танцевальной музыкой;
- зеркала;
- станок.

В целях визуального контроля обучающихся, периодического разбора их технических ошибок, определяющая развитие хореографического искусства дополнительно в работе, могут использоваться:

- видеокамера;
- DVD-плеер или ноутбук;
- DVD-диски или флеш-карты;
- телевизор или экран;

- учебно-методические видеоматериалы.
- Каждому воспитаннику предлагается приобрести для занятий:
- джазовки или мягкие туфли;
- форму танцевальную или спортивную.

«Утверждаю»

Приказ № 325 от 31.08.2022г.

Директор

ГБОУ СОШ № 392

И.А. Изотова



Календарно-тематическое планирование Рабочей программы «Веселые каблочки»

№ п/п	Дата занятия	Раздел/тема занятия	Кол-во часов		Примечание
			теория	практика	
1 раздел: «Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПДД»			0,5 ч.	0,5 ч.	
1.		Вводное занятие. ПДД. Правила поведения на занятиях и техника безопасности (беседы по темам, просмотр видео «ПДД», тренинг, подвижная игра).	0,5	0,5	
2 раздел: «Основы музыкальной грамоты»			1 ч.	1 ч.	
2.		Понятия: «Сильная доля», «Ритм», «Динамика». Комплекс упражнений на «Такт»	0,5	0,5	
3.		Такт в музыке. Ритмические и музыкальные упражнения.	0,5	0,5	Внеаудиторное занятие
3 раздел: «Общая физическая подготовка (разминка)»			2 ч.	10 ч.	
4.		Положения головы, упражнения для развития групп мышц шеи и плечевого пояса. Позии и игра «Положения рук».	0,5	0,5	
5.		Упражнения для локтей, запястьев, корпуса. Игра с руками.		1	
6.		Комплекс упражнений для развития тазобедренного сустава.		1	
7.		Комплекс упражнений для развития суставов ног и коленных суставов.		1	

8.		Упражнения для голеностопа и выворотности стопы. Игра «Пяточки-носочки»		1	Внеаудиторное занятие
9.		Позиции и положения ног. Классический экзерсис на полу: работа стоп, батманы тандю и гранд.	0,5	0,5	
10.		Комплекс упражнений для подвижности суставов и укрепления мышц пресса на полу.		1	
11.		Комплекс упражнений для подвижности суставов и укрепления мышц спины на полу.		1	
12.		Комплекс упражнений для развития тазобедренного сустава (элемент «Лягушка»).	0,5	0,5	
13.		Комплекс упражнений для развития тазобедренного сустава (элементы «Лягушка», «Бабочка»).		1	
14.		Комплекс упражнений для эластичности мышц (растяжка стоя).	0,5	0,5	
15.		Комплекс упражнений для эластичности мышц (растяжка на полу).		1	
4 раздел: Общеразвивающие танцевальные игры			2 ч.	8 ч.	
16		Изучение танцевальной игры «Ручеек».	0,5	0,5	
17.		Повторение танцевальной игры «Ручеек».		1	
18.		Репетиционная работа над музыкальностью и техникой исполнения танцевальной игры «Ручеек».		1	
19.		Изучение танцевальной игры «Зеркало».	0,5	0,5	
20.		Повторение танцевальной игры «Зеркало».		1	Внеаудиторное занятие
21.		Репетиционная работа над музыкальностью и техникой исполнения танцевальной игры «Зеркало».		1	
22.		Изучение танцевальной игры «Танец-ситуация».	0,5	0,5	
23.		Повторение танцевальной игры «Танец-ситуация».		1	
24.		Репетиционная работа над музыкальностью и техникой исполнения танцевальной игры «Танец-ситуация».		1	
25.		Повторение танцевальных игр «Ручеек», «Зеркало», «Танец-ситуация».	0,5	0,5	

5 раздел: Народный танец «Калинка»			2 ч.	14 ч.	
26.		Положение корпуса, рук, головы и ног в народном танце.	0,5	0,5	
27.		Разучивание танца «Калинка»: Основной шаг в русско-народном стиле, элемент «Лесенка» (выход по одному).	0,5	0,5	
28.		Разучивание танца «Калинка»: элементы «Поклон», «Прочес».		1	
29.		Разучивание танца «Калинка»: элементы «Фонтан», «Поворот».		1	
30.		Разучивание танца «Калинка»: работа рук, корпуса, основной шаг в «Фонтане»		1	
31.		Разучивание танца «Калинка»: элемент «Хоровод».		1	
32.		Разучивание танца «Калинка»: работа рук, корпуса, основной шаг в «Хороводе»		1	
33.		Разучивание танца «Калинка»: Перестроение из «Фонтана» в «Хоровод».		1	
34.		Разучивание танца «Калинка»: Элемент «Перестроение из круга в колонны»		1	
35.		Разучивание танца «Калинка»: элемент «Ковырялочка»,		1	
36.		Разучивание танца «Калинка»: элемент «Галоп с выносом ноги на пятку».		1	
37.		Разучивание танца «Калинка»: элемент «Перестроение на полукруг».		1	
38.		Разучивание танца «Калинка»: элемент «Поклон» с выходом.		1	Внеаудиторное занятие
39.		Разучивание танца «Калинка»: отработка танцевальной композиции целиком.		1	
40.		Разучивание танца «Калинка»: Работа над техникой.	0,5	0,5	
41.		Разучивание танца «Калинка»: Работа над музыкальностью.	0,5	0,5	
6 раздел: Эстрадный танец «Весна»			1 ч	13 ч.	
42.		Разучивание танца «Весна»: постановка головы, корпуса.	0,5	0,5	
43.		Разучивание танца «Весна»: положение рук, работа ног.	0,5	0,5	
44.		Разучивание танца «Весна»: элементы «Семящий бег», «Шаг с высоким поднятием колена».		1	
45.		Разучивание танца «Весна»: «Приставные		1	

		шаги», «Пружинка».			
46.		Разучивание танца «Весна»: элементы повороты на 180° и на 360°.		1	
47.		Разучивание танца «Весна»: Перестроение из «Линии» в «Круг». Движение по кругу.		1	
48.		Разучивание танца «Весна»: изучение графических рисунков и перестроений: «Прочёс», «Круг».		1	
49.		Разучивание танца «Весна»: изучение графических рисунков и перестроений: «Линии».		1	
50.		Разучивание танца «Весна»: изучение графических рисунков и перестроений: ««Диагональ»».		1	
51.		Разучивание танца «Весна»: перестроение из «Линии» в «Диагональ» и обратно.		1	
52.		Разучивание танца «Весна»: перестроение из «Круга» в «Шахматный порядок».		1	
53.		Разучивание танца «Весна»: соединение всех элементов в единую композицию.		1	
54.		Репетиционная работа над техникой движения корпуса, рук в танце «Весна».		1	
55.		Репетиционная работа над синхронностью в танце «Весна».		1	
7 раздел: «Итоговое занятие»			0,5 ч.	0,5 ч.	
56.		Доведение информации по: подготовки костюмов и атрибутов, согласно сценарию; подготовка внешнего вида к итоговому занятию (концерту); Беседа по теме: «Правила поведения на сцене и за кулисами». Проведение итогового занятия в виде: открытого урока или отчётного концерта.	0,5	0,5	
Всего часов:			9 ч.	47 ч.	56 ч.