

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 516
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Педагогический совет
Образовательного учреждения
Протокол № 7 от 24.05.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор

Л.В. Смирнова

Приказ № 84-у от 27.05.2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «РИТМИКА И ТАНЦЫ»

Срок реализации: 2 года
Возраст обучающихся: 11-16 лет

Разработчик: Васюченко Татьяна Сергеевна
Педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и танцы» (далее - программа) имеет **художественную направленность**.

Адресат программы. Программа рассчитана для детей от 11 до 16 лет.

Актуальность программы. Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает широкое распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного обучения. Бальные танцы обязательно входят в воспитательную программу для кадетских классов.

Уровень освоения: общекультурный.

Объем ДОП: 144 часа.

Срок освоения: 2 года.

Цель программы: формирование личности школьника, идейно-нравственной направленности его сознания в отношении хореографической культуры.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать умение понимать «язык» движений, их красоту;
- совершенствование психомоторных способностей учащихся;
- развить чувство ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой.

Развивающие:

- развить гибкость, координацию движений;
- развить психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- развить творческие и созидательные способности учащихся;
- развить мышление, воображение, находчивость и познавательную активность.

Воспитательные:

- развить инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- содействовать гармоничному развитию творческой личности учащегося;
- воспитать чувство гармонии и ритма.

Планируемые результаты:

Предметные:

- будет сформировано умение понимать «язык» движений, их красоту;
- будут усовершенствованы психомоторные способности учащихся;
- будет развито чувство ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой.

Личностные:

- будет развита инициатива, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- будет гармонично развита творческая личность учащегося;
- будет воспитано чувство гармонии и ритма.

Метапредметные:

- будет развита гибкость, координацию движений;
- будут развиты психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- будут развиты творческие и созидательные способности учащихся;
- разовьют мышление, воображение, находчивость и познавательную активность.

Организационно-педагогические условия реализации

Язык реализации – русский.

Форма обучения - очная.

Условия набора в коллектив и формирования групп. Принимаются все желающие. Занятия проводятся в группах, подгруппах и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Количество учащихся в группе: 1 год - 15 человек, 2 год – 12 человек.

Формы организации занятия. В данной программе используется индивидуальная, групповая и фронтальная формы работы. Предусматривается только аудиторные занятия.

Формы проведения занятий. Традиционное занятие, комбинированные занятия, репетиции, концерты, фестивали, конкурсы.

Формы организации деятельности учащихся на занятии. Предусматриваются фронтальная и индивидуальная формы.

Материально-техническое обеспечение программы.

- специальный кабинет (актовый зал, гимнастический зал)
- репетиционный зал (сцена)
- музыкальный центр, компьютер
- шкафы для хранения костюмов, методических пособий, наградного фонда.

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	2	0	Индивидуальный Диагностика
Раздел 1. Историко-бытовой и бальный танец. Элементы музыкальной грамоты (6 часов)					
2.	Введение. Что такое историко-бытовой и бальный танец.	1	1	0	Индивидуальный
3.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1	0	1	Индивидуальный
4.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	2	1	1	Индивидуальный
5.	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы	1	0	1	Индивидуальный
6.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1	0	1	Индивидуальный
Раздел 2. Танцевальная азбука (18 часов)					
7	Основные танцевальные правила. Реверанс. Постановка корпуса.	2	1	1	Индивидуальный
8	Позиции рук и ног	2	1	1	Индивидуальный
8	Переводы рук из позиции в позицию	2	1	1	Индивидуальный
10	Знакомство с планом класса по системе классического танца	2	1	1	Индивидуальный
11.	Основные элементы историко-бытового танца.	10	2	8	Индивидуальный
Раздел 3. Танец (18 часов)					
12.	Знакомство с правилами ориентации в танцевальном зале: по линии танца и против. Понятие об ансамбле, о соблюдении интервала, об исполнительских средствах выразительности	2	0	2	Индивидуальный
13.	Основные фигуры и рисунки танца	1	0	1	Индивидуальный
14.	«Крестьянский бранль»	7	0	7	Индивидуальный
15.	«Павана»	7	0	7	Индивидуальный
16.	Танцевальная игра «Ручеек»	1	0	1	Индивидуальный
Раздел 4. Беседы по хореографическому искусству (4 часа)					
17.	Общие правила поведения на балу. Бальный этикет	2	2	0	Индивидуальный
18.	Знакомство с известными деятелями хореографического искусства	2	2	0	Индивидуальный
Раздел 5. Постановочная деятельность (24 часа)					
19.	«Полонез»	12	2	10	Индивидуальный
20.	«Фигурный вальс»	10	2	8	Индивидуальный
21.	Итоговое занятие	2	0	2	

Итого	72	18	54	
--------------	-----------	-----------	-----------	--

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	2	0	Индивидуальный Диагностика
Раздел 1. Историко-бытовой и бальный танец. Элементы музыкальной грамоты (4 часа)					
2	Историко-бытовые и бальные танцы. Ритмическая схема изучаемых танцев	2	2	0	Индивидуальный
3	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1	1	0	Индивидуальный
4	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1	1	0	Индивидуальный Диагностика
Раздел 2. Танцевальная азбука (8 часов)					
5	Основные танцевальные правила. Реверанс. Постановка корпуса.	1	0	1	Индивидуальный
6	Переводы рук из позиции в позицию	2	1	1	Индивидуальный
7	Переводы ног из позиции в позицию	2	1	1	Индивидуальный
8	Передвижение в танцевальном зале в различных направлениях	3	1	2	Индивидуальный
Раздел 3. Танец (28 часа)					
9	Знакомство с правилами ориентации в танцевальном зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене и центру, против линии танца.	2	1	1	Индивидуальный
10	«Жига»	8	1	7	Индивидуальный
11	«Полька»	8	1	7	Индивидуальный
12	«Гавот»	8	1	7	Индивидуальный
13	Танцевальная игра «Колокольчик»	2	0	2	Индивидуальный
Раздел 4. Беседы по хореографическому искусству (4 часа)					
14	Общие правила поведения на балу. Бальный этикет	2	2	0	Индивидуальный
15	Знакомство с известными деятелями хореографического искусства	2	2	0	Индивидуальный
Раздел 5. Постановочная деятельность (26 часов)					
16	«Вальс-гавот»	12	2	10	Индивидуальный
17	«Фигурный вальс»	12	2	10	Индивидуальный
18	Итоговое занятие	2	0	2	Индивидуальный Диагностика
ИТОГО		72	14	58	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 516
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

УТВЕРЖДЕН

Директор

Л.В. Смирнова

Приказ № 84-у от 27.05.2024 г.

**Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы «Кадеты России»**

Педагог: Васюченко Татьяна Сергеевна

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	-	-	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа
2 год	02.09.2024г.	25.05.2025г.	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«Кадеты России» 1 года обучения

Задачи:

Обучающие:

- сформировать умение понимать «язык» движений, их красоту;
- совершенствование психомоторных способностей учащихся;
- развить чувство ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой.

Развивающие:

- развить гибкость, координацию движений;
- развить психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- развить творческие и созидательные способности учащихся;
- развить мышление, воображение, находчивость и познавательную активность.

Воспитательные:

- развить инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- содействовать гармоничному развитию творческой личности учащегося;
- воспитать чувство гармонии и ритма.

Планируемые результаты:

Предметные:

- будет сформировано умение понимать «язык» движений, их красоту;
- будут усовершенствованы психомоторные способности учащихся;
- будет развито чувство ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой.

Личностные:

- будет развита инициатива, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- будет гармонично развита творческая личность учащегося;
- будет воспитано чувство гармонии и ритма.

Метапредметные:

- будет развита гибкость, координацию движений;
- будут развиты психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- будут развиты творческие и созидательные способности учащихся;
- разовьют мышление, воображение, находчивость и познавательную активность.

Содержание программы 1 года обучения

Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты». (5 часов)

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения для учащихся 1 года обучения. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

Раздел «Танцевальная азбука». (13 часов)

Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся, рассматриваются основные танцевальные правила, танцевальный этикет. Большое значение уделяется постановке корпуса, позиции рук и ног. Задача педагога – составить у обучающихся представление о позе исполнителя, положениях фигуры по отношению к зрителю.

Раздел «Танец». (18 часов)

Большое значение уделяются упражнениям на развитие мышечной базы, на развитие координации и синхронности выполнения упражнений в группе. В комплекс упражнений по современной пластике входит:

1. тренаж на середине зала;
2. танцевальные движения;
3. композиции различной координационной сложности.

В программный материал по изучению историко-бытовых и бальных танцев входит: - усвоение тренировочных упражнений на середине зала,

- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

Раздел «Беседы по хореографическому искусству» (2 часа)

Рассматриваются вопросы становления всего хореографического искусства в целом, объясняется его значение в культуре и связь с другими видами искусства. Педагог знакомит обучающихся с известными деятелями хореографического искусства, используя при этом такие наглядные средства как фотографии, видеоматериалы.

Раздел «Постановочная деятельность» (24 часа)

Для 1 года обучения предлагаются такие танцы как «Полонез» и «Фигурный вальс», игра «Ручеек».

Календарно-тематическое планирование 1 год обучения

№ п/п	Раздел (или тема) учебно-тематического плана	Количество часов		Дата проведения		Форма контроля
		теория	практика	план	факт	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	0			Входной
2.	Введение. Что такое историко-бытовой и бальный танец.	1	0			Индивидуальный
	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	0	1			Индивидуальный
3	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1	1			Индивидуальный
4	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы	0	1			Индивидуальный
	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	0	1			Индивидуальный
5	Основные танцевальные правила. Реверанс. Постановка корпуса.	1	1			Индивидуальный
6	Позиции рук и ног	1	1			Индивидуальный
7	Переводы рук из позиции в позицию	1	1			Индивидуальный
8	Знакомство с планом класса по системе классического танца	1	1			Индивидуальный
9-13	Основные элементы историко-бытового танца.	2	8			Индивидуальный
14	Знакомство с правилами ориентации	0	2			Промежуточный

	в танцевальном зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене и центру, против линии танца.					
15	«Жига»	0	2			Индивидуальный
16-18	«Полька»	0	6			Индивидуальный
19-21	«Гавот»	0	6			Индивидуальный
22	Танцевальная игра «Колокольчик»	0	2			Индивидуальный
23	Общие правила поведения на балу. Бальный этикет	2	0			Индивидуальный
24	Знакомство с известными деятелями хореографического искусства	2	0			Индивидуальный
25-30	«Полонез»	2	10			Индивидуальный
31-35	«Фигурный вальс»	2	8			Индивидуальный
36	Итоговое занятие	0	2			Индивидуальный
		72 часа				

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«Кадеты России» 2 года обучения

Задачи:

Обучающие:

- сформировать умение понимать «язык» движений, их красоту;
- совершенствование психомоторных способностей учащихся;
- развить чувство ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой.

Развивающие:

- развить гибкость, координацию движений;
- развить психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- развить творческие и созидательные способности учащихся;
- развить мышление, воображение, находчивость и познавательную активность.

Воспитательные:

- развить инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- содействовать гармоничному развитию творческой личности учащегося;
- воспитать чувство гармонии и ритма.

Планируемые результаты:

Предметные:

- будет сформировано умение понимать «язык» движений, их красоту;
- будут усовершенствованы психомоторные способности учащихся;
- будет развито чувство ритма, музыкального слуха, памяти, внимание, умение согласовать движения с музыкой.

Личностные:

- будет развита инициатива, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия;
- будет гармонично развита творческая личность учащегося;
- будет воспитано чувство гармонии и ритма.

Метапредметные:

- будет развита гибкость, координацию движений;
- будут развиты психофизические особенности, способствующие успешной самореализации;
- будут развиты творческие и созидательные способности учащихся;
- разовьют мышление, воображение, находчивость и познавательную активность.

Содержание программы 2 года обучения

Раздел «Историко-бытовой и бальный танец. Элементы музыкальной грамоты». (3 часа)

Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные задания в соответствии с возрастом воспитанников. Закрепляются уже полученные знания музыкальной грамоты, навыки определения ритма и характера музыки. Для 2го года обучения предусматриваются усложненные ритмические схемы, используемые на занятии.

Раздел «Танцевальная азбука». (6 часов)

Закрепляются полученные знания и понятия (реверанс, постановка корпуса). На 2 году обучения особое внимание уделяется основным позициям рук и ног, переводам рук и ног из позиции в позицию.

Раздел «Танец». (24 часа)

Более подробно изучаются танцевальные рисунки, положение в паре, элементарные поддержки в танце. рассматриваются более сложные (диагональ, галочка), тренаж на середине зала усложняется, требует большей координации.

- тренаж на середине зала;
- танцевальные движения;
- композиции различной координационной сложности.

В программный материал по изучению историко-бытовых и бальных танцев входит:

- усвоение тренировочных упражнений на середине зала,
- ритмические упражнения,
- разучивание танцевальных композиций.

Раздел «Беседы по хореографическому искусству» (2 часа)

Беседы по хореографическому искусству выстраиваются на основе повторения полученных ранее знаний по истории становления хореографического искусства, его специфике и особенностях. Предоставляется возможность обучающимся самим продемонстрировать полученные знания и высказать своё отношение к важности хореографического искусства в целом. Педагог знакомит обучающихся с известными деятелями-современниками хореографического искусства, используя при этом такие средства как фотографии, видеоматериалы.

Раздел «Постановочная деятельность» (26 часов)

Обучающимся представляется возможность поучаствовать в этюдах и танцах разного характера, танцевальных играх, где они могут проявить свои творческие способности.

Календарно-тематическое планирование 2 год обучения

№ п/п	Раздел (или тема) учебно-тематического плана	Количество часов		Дата проведения		Форма контроля
		теория	практика	план	факт	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	0			Входной
2.	Историко-бытовые и бальные танцы. Ритмическая схема изучаемых танцев	2	0			Индивидуальный
3	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1	0			Индивидуальный
	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1	0			Индивидуальный
4	Основные танцевальные правила. Реверанс. Постановка корпуса.	1	1			Индивидуальный
5	Переводы рук из позиции в позицию	1	1			Индивидуальный
6	Переводы ног из позиции в позицию	1	1			Индивидуальный
7	Передвижение в танцевальном зале в различных направлениях	1	1			Индивидуальный
8	Знакомство с правилами ориентации в танцевальном зале: по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене и центру, против линии танца.	1	1			Индивидуальный
9-12	«Жига»	1	7			Индивидуальный
13	«Полька»	1	7			Индивидуальный

16					
17 - 20	«Гавот»	1	7		Промежуточный
21	Танцевальная игра «Колокольчик»	0	2		Индивидуальный
22	Общие правила поведения на балу. Бальный этикет	2	0		Индивидуальный
23	Знакомство с известными деятелями хореографического искусства	2	0		Индивидуальный
24 - 29	«Вальс-гавот»	2	10		Индивидуальный
30 - 35	«Фигурный вальс»	2	10		Индивидуальный
36	Итоговое занятие	0	2		Индивидуальный
		72 часа			

Методические и оценочные материалы
Методические материалы.

№	Раздел программы	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводный урок.	Лекция	Лекция	Лекционный материал	Тестирование
2	Историко-бытовой и бальный танец. Элементы музыкальной грамоты	Лекция, практическое занятие	Лекция, практическое занятие	- разработки учебных и итоговых занятий, бесед, мероприятий. - электронная библиотека по истории историко-бытового и бального танца - видео выступлений - инвентарь, используемый для танцев, танцевальных игр.	Педагогический анализ
3	Танцевальная азбука				
4	Танец				
5	Постановочная деятельность				
6	Беседы по хореографическому искусству	Лекция	Лекция	Лекционный материал	Тестирование

Информационные источники

1. Альфонсо, П. К. Искусство танца фламенко/ П. К. Альфонсо. – М.: Искусство, 1984.
2. Бальные танцы / ред. М. Жиламене. – Рига, 1954.
3. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К.Барышникова. – СПб., 1996.
4. Бекина С. И. и др. «Музыка и движение», М., 2000 г.
5. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2002 г.
6. Боттомер, Б. «Уроки танца» / Б. Боттомер. – М.: Эксмо, 2003.
7. Г. Говард «Техника Европейского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
8. Динниц Е. В. «Джазовые танцы», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
9. Кауль Н. «Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы». Ростов -на- Дону, «Феникс», 2004 г.
10. Кнорова Е.В. Танцевальные кружки для старших школьников / Е. В. Кнорова, В. Н. Светинская – М.: Академия пед. наук, 1958.
11. Лерд У. «Техника Латиноамериканского бального танца», «Артис», М. 2003 г.
12. Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения / М. А. Михайлова, Е. В. Воронина. – Ярославль, 2000.
13. Пересмотренная техника европейских танцев / пер. с англ. и ред. Ю. Пина – СПб., 1993.

14. Пересмотренная техника латиноамериканских танцев / пер. с англ. и ред. Ю. Пина – СПб., 1993.
15. Подласый И. П. «Педагогика: В 2 кн.», «Владос», 2003 г.
16. Реан А. А. и др. «Психология и педагогика», «Питер», 2004 г.
17. Правила для благородных общественных танцов. Петровский, Людвиг. Харьков, 1825.
18. The drawing-room dances. Cellarius, Henri. London, 1847. 2a. La danse des salons. 2. éd. Cellarius, Henri. Paris, 1849.
19. Первоначальные правила для изучения бальных танцев. Линдрот, Николай Петрович. Москва, 1871.
20. Петербургский новейший самоучитель всех общественных танцев. Петрова М.Ю. СанктПетербург, 1878.
21. Новейший самоучитель к изучению общественных и художественных танцев. Клемм, Бернхардт. Санкт-Петербург, 1884.
22. Практический самоучитель бальных танцев для обоего пола. Колинъяр, Де. Москва, 1890. 10. Новейший учебник и самоучитель танцев. Дунина-Барковская В.С. Тифлис, 1890.
23. Методическое руководство к обучению танцам в средне-учебных заведениях. Чистяков, Александр Дмитриевич. Санкт-Петербург, 1893.
24. Raymond Cwieka, "Polish Dances", не опубликовано, доступно в электронном виде по адресу: <http://jason.chuang.ca/social-dance/mazur-mazurka/>

Список литературы для детей

1. Ермаков Д. А. «Танцы на балах и выпускных вечерах», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
2. Ермаков Д. А. «От фокстрота до квикстепа», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
3. Ермаков Д. А. «В вихре вальса», ООО «Издательство АСТ», 2003 г.
4. Рубштейн Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым», М., 2000 г.
5. Raymond Cwieka, "Polish Dances", не опубликовано, доступно в электронном виде по адресу: <http://jason.chuang.ca/social-dance/mazur-mazurka>

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговое оценивание.

Входной контроль: в группах первого года обучения - прослушивание, на котором проверяются хореографические умения и навыки;

Текущий контроль: педагогическое наблюдение, проверка теоретических знаний (опрос); оценивание практической работы;

Промежуточный контроль: после окончания первого и второго года обучения с целью проверки уровня освоения программы - проведение концерта с обсуждением выступления;

Итоговый контроль: итоговое занятие по результатам освоения всей программы идет в конце каждого года обучения, концерты для родителей, отчетные концерты, участие в конкурсах, фестивалях.

