

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 100
Калининского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

решением
Педагогического совета
ГБОУ школы №100
Калининского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1
от «25» 08 2021г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора
ГБОУ школы №100
Калининского района
Санкт-Петербурга



от «25» 08 2021г. № 40-9
Директор О.А.Лудкова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы

«СТУДИЯ ТАНЦА»

Художественной направленности

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Год обучения: III

Составитель:

Пастажьян Дарья Андреевна,
педагог дополнительного образования

Цель: создание благоприятных условий для приобщения учащихся к танцевальному творчеству и хореографическому самовыражению.

Задачи:

Обучающие:

- ознакомить учащихся с различными направлениями танцев и, их особенностями и выразительными средствами, а также правилами исполнения танцевальных элементов;
- ознакомить учащихся с различными видами современного искусства и, их особенностями и правилами исполнения элементов;
- сформировать музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, грациозность и изящество в танцевальных вариациях, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;
- выработать у учащихся комплекс технических навыков и умений, исполнительскую культуру, а также свободное и выразительное;
- владение различными видами хореографии.

Развивающие:

- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, умение согласовывать движения с музыкой, навыки коммуникативной культуры при общении в паре и коллективе;
- развить пластику и грацию в движениях, гибкость и пластичность мышц, а также эстетический вкус и художественные способности обучающихся;
- расширить кругозор.

Воспитательные:

- привить художественный вкус, интерес к танцевальному и цирковому искусству;
- воспитать культуру общения и необходимые личностные качества;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- приобрести опыт работы в команде;
- воспитать в детях морально-волевые качества: терпение, настойчивость, ответственность, уверенность в своих силах.

Календарно-тематическое планирование

№	Название темы	Количество часов	Дата проведения по плану
1.	Вводное занятие. Инструктажи. Основы танца.	3	03.09
2.	Постановка корпуса, рук, ног, головы в классическом танце. Партерный экзерсис.	3	06.09
3.	Партерная гимнастика. Силовые упражнения.	3	10.09

4.	Анализ музыкального произведения. Импровизация на заданную музыку.	3	13.09
5.	Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка(классический танец).	3	17.09
6.	Классический экзерсис. Изучение прыжков.	3	20.09
7.	Партерная гимнастика и стрейчинг.	3	24.09
8.	Классический экзерсис на середине. Изучение вращений на середине и по диагонали.	3	27.09
9.	Актерское мастерство. Задания на разработку мимики лица, показ разных эмоций.	3	1.10
10.	Парная импровизация. Партерная гимнастика и стрейчинг.	3	4.10
11.	Повторение и закрепление изученного материала. Комплекс силовых упражнений.	3	8.10
12.	Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка(классический танец).	3	11.10
13.	Укрепление мышц - комплекс силовых упражнений. Развитие координации и ориентации в пространстве.	3	15.10
14.	Экзерсис у станка(закрепление выученных элементов). Партерная гимнастика.	3	18.10
15.	Разучивание и исполнение комплекса упражнений у станка(классический танец).	3	22.10
16.	Составление комбинаций у станка на основе изученных элементов. Изучение и отработка прыжков и вращений.	3	25.10
17.	Партерная гимнастика. Кротовые комбинации.	3	29.10
18.	Изучение основных движений и позиций в современном танце(джаз-модерн). Комбинации, развивающие координацию с передвижением по заданному рисунку.	3	01.11

19.	Изучение движений, для позвоночника: twist topca, roll down и roll up, plie, releve, battements tendus, flat back.	3	05.11
20.	Повторение и закрепление изученного материала. Комплекс силовых упражнений.	3	08.11
21.	Классический экзерсисы у станка на основе изученного материала. Партерная гимнастика. Изучение вращений на месте и по диагонали.	3	12.11
22.	Классический экзерсис. Изучение прыжков.	3	15.11
23.	Экзерсис у станка(джаз-модерн). Движения на смену уровней и изоляцию в современном танце.	3	19.11
24.	Изучение движений упражнений из тренинга актерского мастерства на освобождение от мышечного напряжения и телесного зажима.	3	22.11
25.	Постановка танца.	3	26.11
26.	Повторение изученного материала.	3	29.11
27.	Классический экзерсис у станка. Знакомство с биографией известных артистов балета: М. Плисейской, М. Барышникова, Г.Улановой, Н. Цискаридзе, В. Васильева и др.	3	03.12
28.	Репетиция танца. Отработка движений.	3	06.12
29.	Анализ музыкального произведения. Импровизация на заданную музыку.	3	10.12
30.	Упражнения по диагонали (слайдовые комбинации, шене, grand battement, прыжки в продвижении и др.).	3	13.12
31.	Актерское мастерство. Задания на разработку мимики лица, показ разных эмоций.	3	17.12
32.	Постановка танца. Репетиция.	3	20.12
33.	Партерный экзерсис. Повторение изученного.	3	24.12
34.	Концерт.	3	27.12
35.	Повторение и закрепление изученного материала.	3	10.01

36.	Современный танец. Изучение основ - contraction, release.	3	14.01
37.	Изучение позиций ног: параллельные позиции ног, аут-позиции, ин-позиции.	3	17.01
38.	Партерная гимнастика.	3	21.01
39.	Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.	3	24.01
40.	Изучение элементарных акробатических элементов: выход в большой мостик из положения стоя, стойка на лопатках, стойка на руках, кувырок назад/вперед, колесо.	3	28.01
41.	Изучение движений, комбинаций в стиле «стрит-джаз» состоящие из следующих элементов: движения бедрами вперед-назад, исполняются на каждый шаг; движения руками.	3	31.01
42.	Выполнение комбинации, развивающие гибкость позвоночника и сочетающие: «твисты», «спирали», contraction, release, падения, подъемы, наклоны торса во всех направлениях, повороты на двух ногах, на одной ноге. Комбинации в стиле джаз-модерн, сочетающие движения руками, головой, передвижения по схемам, повороты.	3	04.02
43.	Постановка комбинаций на основе изученных движений.	3	07.02
44.	Экзерсис у станка(джаз-модерн). Кротовые комбинации на координацию и силу. Отработка акробатических элементов.	3	11.02
45.	Выполнение движений из тренинга актерского мастерства на освобождение от мышечного напряжения и телесного зажима («ртуть», «огонь-лед», «пластилиновые куклы», «марионетки», «спагетти»). Повороты на различных уровнях, со сменной уровня.	3	14.02
46.	Партерная гимнастика. Выполнение комбинации в стиле джаз-модерн. Выполнение комбинации, развивающие гибкость позвоночника и сочетающие: «твисты», «спирали», contraction, release, падения, подъемы, наклоны торса во всех направлениях, повороты на двух ногах, на одной ноге.	3	18.02

47.	Изучение упражнения стрейчинг-характера с элементами йоги. Переход из одного уровня в другой и т.д.	3	21.02
48.	Классический экзерсис на середине. Отработка вращений на середине и по диагонали.	3	25.02
49.	Актёрское мастерство. Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться.	3	28.02
50.	Постановка корпуса, ног, рук в народно-сценическом танце. Изучение подачи и мнеры. Основные элементы.	3	04.03
51.	Экзерсис у станка в народно-сценическом танце.	3	07.03
52.	Повторение и закрепление изученного материала.	3	11.03
53.	Изучение основных элементов: «дробная дорожка», «ковырялочка», «моталочка»; у мальчиков «присядка», «ползунок»	3	14.03
54.	Экзерсис у станка в народно-сценическом танце. Проучиваем вращения по диагонали и крутки на месте.	3	18.03
55.	Постановка танца. Репетиция.	3	21.03
56.	Экзерсис на середине в современном танце. Повторение изученного материала. Постановка комбинаций на основе изученных движений.	3	25.03
57.	Экзерсис у станка в современном танце. Отработка поставленных комбинаций. Стрейчинг.	3	04.04
58.	Экзерсис у станка в народно-сценическом танце. Изучение и отработка трюковых элементов.	3	08.04
59.	Знакомство с государственными народными ансамблями России: «Берёзка», «Балет Игоря Моисеева», «Гжель», «Казачья Вольница»	3	11.04
60.	Партерная гимнастика. Экзерсис на середине в современном танце. Кроссовые и прыжковые комбинации.	3	15.04

61.	Экзерсис у станка в народно-сценическом танце. Постановка комбинаций на основе изученных элементов.	3	18.04
62.	Передвижение в пространстве. Импровизация.	3	22.04
63.	Повторение и закрепление изученного материала. Репетиция.	3	25.04
64.	Упражнения на изоляцию.	3	29.04
65.	Вращения по диагонали. Комплекс силовых упражнений.	3	02.05
66.	Партерная гимнастика. Выполнение комбинации в стиле джаз-модерн. Выполнение комбинации, развивающие гибкость позвоночника и сочетающие: «твисты», «спирали», contraction, release, падения, подъемы, наклоны торса во всех направлениях, повороты на двух ногах, на одной ноге.	3	06.05
67.	Импровизация в паре.	3	09.05
68.	Репетиция танца. Отработка движений.	3	13.05
69.	Повторение и закрепление изученного материала.	3	16.05
70.	Экзерсис в народно-сценическом танце. Отработка элементов. Партерная гимнастика. Репетиция танца.	3	20.05
71.	Концерт.	3	23.05
72.	Обсуждение итогов.	3	27.05

Планируемые результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы:

Предметные результаты:

Теоретическая подготовка учащегося:

- основные профессиональные термины и понятия, связанные с хореографическим искусством;
- основные жанры хореографического искусства;
- основные принципы композиции танца;

Практическая подготовка учащегося:

- владеть профессиональной координацией движения;
- передать образ в танце;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык танца и музыки.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- работать в команде, принимать коллективные решения;
- сопереживать, осуществлять взаимовыручку и поддержку;
- работать с реквизитом.

Познавательные УУД:

- импровизировать под заданную музыку;
- самостоятельно составлять учебные танцевальные вариации;
- воспринимать движение как символ прекрасного, свободного способа самовыражения.

Коммуникативные УУД:

- безошибочно выполнять то или иное упражнение, и знать правильное его выполнение;
- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы.

Личностные результаты:

- эмпатия – умение осознавать и определять эмоции других людей; сочувствовать другим людям, сопереживать;
- чувство прекрасного – умение чувствовать красоту и выразительность в танце, стремиться к совершенствованию своей личности;
- любовь и уважение к Отечеству, его культуре, развитие патриотичности;
- интерес к театру, танцевальному искусству, балетным спектаклям;
- интерес к постановке, режиссуре, драматургии;
- осознание ответственности за свое поведение и за работу в коллективе в целом.