

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №291  
Красносельского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТО**

Протоколом педагогического совета  
№ \_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом № \_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Хореография»**

Возраст обучающихся: 6-8 лет  
Срок освоения: 1 год

Разработчик программы:  
Маркова Татьяна Викторовна,  
педагог дополнительного образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность программы:** художественная направленность.

Программа «Хореография» направлена на содействие эстетическому воспитанию детей путём приобщения к искусству, сохранению культурного наследия Российской Федерации; на развитие обучающихся в соответствии с актуальным содержанием в сфере искусства и культуры, освоение навыками по реализации тесной связи между искусством, культурой и повседневной жизнью.

**Адресат программы:** программа реализуется для девочек 6-8 лет без специальной подготовки, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям хореографией (заключение врача с указанием группы здоровья).

**Актуальность программы** соответствует государственной политике в области дополнительного образования; интеграции общего и дополнительного образования в условиях реализации ФГОС; ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей в сфере хореографического искусства.

**Отличительные особенности программы:** в программе использован и структурирован личный многолетний опыт педагога в системе дополнительного образования. Наряду с традиционными методиками используются инновационные методы и технологии работы с детьми младшего школьного возраста. Хореографическое воспитание и развитие учащихся опирается на методику Б.Князева, а музыкально-ритмическое воспитание основывается на методиках Т.Ротэрс, С.Рудневой, И.Лифиц.

**Уровень освоения программы** – общекультурный.

**Объем и срок освоения программы:** в год 64 часа.

**Цель программы** — развитие танцевальных способностей и физических качеств у учащихся для создания фундамента для более серьезного увлечения.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- познакомить с основными понятиями и терминами;
- обучать основным упражнениям партерного экзерсиса;
- обучать приёмам снижения мышечного напряжения и релаксации.

*Развивающие:*

- развивать танцевальные способности учащихся: ритмичность, музыкальность, выворотность ног, прыжок, гибкость тела, подъем стопы, балетный шаг, координацию;
- развивать физические качества: выносливость, мышечную силу, ловкость, быстроту;
- развивать артистичность и эмоциональную выразительность в движениях.

*Воспитательные:*

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству;
- воспитывать культуру общения и поведения в коллективе, друг с другом;
- воспитывать нравственные качества: трудолюбие, доброжелательность, отзывчивость, честность, уважительность, ответственность, взаимопомощь и др.

**Планируемые результаты освоения программы:**

*Личностные:*

- приобретут навыки художественного вкуса, будут проявлять интерес к посещению балетных спектаклей;
- сформируют навыки культуры общения и поведения в коллективе, друг с другом;
- будут стремиться быть трудолюбивыми, доброжелательными, отзывчивыми, честными, уважительными, ответственными; проявлять взаимопомощь и взаимовыручку.

*Метапредметные:*

- разовьют танцевальные способности: ритмичность, музыкальность, выворотность ног, прыжок, гибкость тела, подъем стопы, балетный шаг, координацию;
- разовьют физические качества: выносливость, мышечную силу, ловкость, быстроту;
- будут стараться быть артистичными и эмоционально выражать свои чувства в движениях.

*Предметные:*

- познакомятся с основными понятиями и терминами;
- освоят основные упражнения партерного экзерсиса;
- освоят приёмы снижения мышечного напряжения и релаксации.

**Организационно-педагогические условия реализации программы:**

**Язык реализации:** образовательная деятельность осуществляется на русском языке.

**Форма обучения:** очная.

**Особенности реализации программы:**

- программа предусматривает возможность реализации с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;
- по согласованию с педагогом допускается проведение мероприятия (отчётный концерт) в конце учебного года с привлечением родителей учащихся (законных представителей обучающихся) и других гостей (по согласованию с администрацией образовательного учреждения).

**Особенности организации образовательного процесса** характеризуются с учётом психолого-педагогических особенностей для одной категории учащихся и их особых образовательных потребностей.

**Условия набора в коллектив:** принимаются девочки 6-8 лет без специальной подготовки, не имеющих противопоказаний для занятий по состоянию здоровья (наличие медицинской справки из медучреждения с указанием группы здоровья).

**Условия формирования групп:** одновозрастные, 6-8 лет. Допускается дополнительный набор в группу в течение учебного года при наличии свободных мест.

**Количество обучающихся в группе:** количество обучающихся в группе по программе с учётом вида деятельности, санитарных норм и наполняемости не меньше 15 человек.

#### **Формы организации занятий.**

Занятия по программе проводятся преимущественно всем составом группы, при необходимости (подготовка к выступлению и др.) могут проводиться по малым группам и индивидуально.

Программой предусматриваются аудиторные (в учебном классе) занятия и внеаудиторные (выездные концерты, конкурсы, спектакли, экскурсии и др.), в том числе, самостоятельная работа по заданию педагога.

#### **Формы проведения занятий.**

Формами проведения учебных занятий являются как традиционные, так и нетрадиционные формы: занятие-встреча, занятие-показ, игра, занятие-концерт, занятие-репетиция, мастер-класс, класс-концерт, творческий отчёт, занятие-просмотр, занятие-дискуссия и др.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии.** Программой предусмотрены следующие формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная: объяснение, показ, беседа;
- групповая: выступления, репетиции и др.;
- в малых группах: работа над проектом, номером и др.;
- индивидуальная: для работы с одарёнными детьми, с солистами, для отработки отдельных навыков, для коррекции пробелов в знаниях и др.

#### **Материально-техническое оснащение программы:**

1. Учебный кабинет: стационарное помещение, оборудованное для занятий хореографией: зеркалами, балетными станками. Напольное покрытие – паркет, модульные покрытия из ПВХ или вспененного каучука, предназначенные для танцевальных занятий. Наличие оборудованных раздевалок для детей и педагога; помещение для хранения

сценических костюмов и спортивного оборудования; хорошее освещение зала, наличие вентиляции.

2.Техника: переносная колонка с входом для флеш-карты мощностью не менее 30-40 Вт; компьютер, доступ к информационным системам и информационно-коммуникационным сетям, экран, проектор.

3.Мебель: письменный стол, стул.

4.Спортивный инвентарь: коврики, йога блоки, гимнастические палки, резинки-эспандеры, скакалки.

5. Форма одежды для занятий приобретается родителями учащихся по согласованию с педагогом:

- чёрный купальник с короткими руками;
- балетное трико (колготки) розового оттенка фирмы SOLO;
- мягкая балетная обувь в тон трико;
- аксессуары для балетной причёски (резинки, шпильки, заколки-невидимки, сеточка-паутинка) в тон волос.

Требования к балетной причёске: гладко зачёсанные волосы назад собраны на затылке в пучок (кичку) и закреплены аксессуарами для волос.

#### **Кадровое обеспечение:**

Программу реализует педагог дополнительного образования по хореографии, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

В течение учебного года возможен вариант перераспределения часов в теоретической и практической частях учебного плана при сохранении общего количества часов.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>1</b>	<b>0.5</b>	<b>0.5</b>	игра
<b>2.</b>	<b>Ритмика.</b>	<b>15</b>	<b>2</b>	<b>13</b>	
2.1	Марши и различные виды шагов	5	1	4	наблюдение, анализ результатов
2.2	Развитие ориентации в пространстве	5	1	4	наблюдение, анализ результатов
2.3	Танцевально-ритмические упражнения	5	-	5	наблюдение, анализ результатов
<b>3.</b>	<b>Общая физическая подготовка (ОФП)</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	
3.1	Общеукрепляющие упражнения.	8	1	7	наблюдение, анализ результатов
3.2	Прыжки со скакалкой.	8	1	7	наблюдение, анализ результатов
<b>4.</b>	<b>Партнерный экзерсис.</b>	<b>15</b>	<b>2</b>	<b>13</b>	
4.1	Развитие подъёма и подвижности стопы	3	0,5	2,5	наблюдение, анализ результатов
4.2	Развитие подвижности суставов	4	0,5	3,5	наблюдение, анализ результатов
4.3	Развитие гибкости спины	4	0,5	3,5	наблюдение, анализ результатов
4.4	Стретчинг.	4	0,5	3,5	наблюдение, анализ результатов
<b>5</b>	<b>Образно-сюжетные танцы</b>	<b>16</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	
5.1	Танец «Стирка»	4	-	4	наблюдение, анализ результатов
5.2	Танец «Часики»	4	-	4	наблюдение, анализ результатов

5.3	«Два весёлых гуся»	4	-	4	наблюдение, анализ результатов
5.4	«Весенняя полька»	4	-	4	наблюдение, анализ результатов
<b>6</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>	диагностика
	<b>Итого:</b>	<b>64</b>	<b>6</b>	<b>58</b>	

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №291  
Красносельского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

Протоколом педагогического совета  
№ \_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

УТВЕРЖДЕНО

приказом № \_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
ДОПОНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХОРЕОГРАФИЯ  
2023 - 2024**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	05.10.23	28.05.24	34	64	2 раза в неделю по 1 академическому часу.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**ХОРЕОГРАФИЯ**  
Срок реализации 1 год  
Возраст 6-8 лет

## **Задачи:**

### *Обучающие:*

- познакомить с основными понятиями и терминами;
- обучать основным упражнениям партерного экзерсиса;
- обучать приемам снижения мышечного напряжения и релаксации.

### *Развивающие:*

- развивать танцевальные способности учащихся: ритмичность, музыкальность, выворотность ног, прыжок, гибкость тела, подъем стопы, балетный шаг, координацию;
- развивать физические качества: выносливость, мышечную силу, ловкость, быстроту;
- развивать артистичность и эмоциональную выразительность в движениях.

### *Воспитательные:*

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству;
  - воспитывать культуру общения и поведения в коллективе, друг с другом;
- воспитывать нравственные качества: трудолюбие, доброжелательность, отзывчивость, честность, уважительность, ответственность, взаимопомощь др.

## **Планируемые результаты освоения программы:**

### *Личностные:*

- приобретут навыки художественного вкуса, будут проявлять интерес к посещению балетных спектаклей;
- сформируют навыки культуры общения и поведения в коллективе, друг с другом;
- будут стремиться быть трудолюбивыми, доброжелательными, отзывчивыми, честными, уважительными, ответственными; проявлять взаимопомощь и взаимовыручку.

### *Метапредметные:*

- разовьют танцевальные способности: ритмичность, музыкальность, выворотность ног, прыжок, гибкость тела, подъем стопы, балетный шаг, координацию;
- разовьют физические качества: выносливость, мышечную силу, ловкость, быстроту;
- будут стараться быть артистичными и эмоционально выражать свои чувства в движениях.

### *Предметные:*

- познакомятся с основными понятиями и терминами;
  - освоят основные упражнения партерного экзерсиса;
- освоят приёмы снижения мышечного напряжения и релаксации.

## **Содержание программы**

### **Тема. Вводное занятие.**

*Теория:* знакомство с учащимися и программой обучения. Постановка задач на учебный год. История возникновения танца в России. Скоморохи – первые профессиональные танцоры на Руси. Вводный инструктаж по технике безопасности. Нормы гигиены, внешнего вида и требования к единой форме одежды.

*Практика:* игры на знакомство, на сплочение коллектива и доверие друг к другу.

### **Тема. Ритмика. Марши и различные виды шагов.**

*Теория:* значение музыки в танце. Понятие о мелодии и движении. Понятия линия, колонна, круг, шахматный порядок, диагональ.

*Практика:*

- различные виды шагов: танцевальный шаг, с высоким подниманием колена, шаги на высоких полупальцах, на пятках, на полупальцах с высоким подниманием колена, на полупальцах с захлестом ног назад.
- различные виды простых танцевальных движений: бег с захлестом ног назад, бег «лошадки», «ножницы», подскоки, боковой галоп, прямой галоп.

### **Тема. Ритмика. Развитие ориентации в пространстве:**

- перестроения по залу: из круга в одну колонну; из колонны в две колонны; из двух колонн в четыре, в шахматный порядок.

### **Тема. Ритмика. Танцевально-ритмические упражнения:**

- коллективно-порядковые упражнения: позиции ног I, VI; поклон по I позиции; повороты и наклоны головы; сгибание и разгибание рук в суставах; поднимание и опускание плечевых суставов; приседания, повороты, наклоны корпуса, хлопки, притопы, приставные шаги в сторону, упражнения для мелкой моторики рук и др.

### **Тема: ОФП. Общеукрепляющие упражнения:**

*Теория:* правила выполнения упражнений.

*Практика:* упражнения для укрепления мышц спины: кач спины из положения лёжа на животе; упражнения с гимнастическими палками. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса: подъём корпуса из положения лёжа на спине, косые скручивания, подъём ног из положения лёжа на спине, одновременный подъём корпуса и ног из положения лёжа на боку.

### **Тема: ОФП. Прыжки со скакалкой:**

*Теория:* правила выполнения прыжков.

*Практика:* подготовительные упражнения со скакалкой; прямые прыжки на двух ногах; прыжки с поджатыми ногами; прыжки «стульчик».

**Тема: Партерный экзерсис. Развитие подъёма и подвижности стопы (упражнения выполняются на ковриках):**

*Теория:* правила выполнения упражнений.

*Практика:* flex point пальцами ног, двумя стопами, поочерёдно, «веер», battment tendu jete.

**Тема: Партерный экзерсис. Развитие подвижности суставов (упражнения выполняются на ковриках):**

*Теория:* правила выполнения упражнений.

*Практика:* battment releve lent, grand rond de jambe par terra, «лягушка», «полочка», «бабочка».

**Тема: Партерный экзерсис. Развитие гибкости спины (упражнения выполняются на ковриках):**

*Теория:* правила выполнения упражнений.

*Практика:* «складочка», «кобра», «колечко», «рыбка», «корзиночка», наклоны корпуса в стороны.

**Тема: Партерный экзерсис. Стретчинг (упражнения выполняются на ковриках):**

*Теория:* правила выполнения упражнений.

*Практика:* упражнения на напряжение и расслабление мышц ног и рук; упражнения на растяжение мышц задней, передней и внутренней поверхности бедра.

**Тема. Сюжетно-образные танцы. Танец «Стирка»:**

*Практика:* « таймер», «стирка», «полоскание», «сушка белья», композиция танца.

**Тема. Сюжетно-образные танцы. Танец «Часики»:**

*Практика:* « пружинка», «стрелки», «Маятник», приставные шаги в сторону, композиция танца.

**Тема. Образно-сюжетные танцы. Танец «Два весёлых гуся»:**

*Практика:* «гусиный хвостик», шаги с приседанием, наклоны корпуса, хлопки, композиция танца.

**Тема. Образно-сюжетные танцы. Танец «Весенняя полька»**

*Практика:* каблук-носок, боковой галоп с прыжком, хлопки. Подскоки в повороте, смена партнёров, композиция танцев.

**Тема. Итоговое занятие:**

*Практика:* проводится диагностика результативности освоения программой, класс-концерт для родителей.

### **Методические и оценочные материалы.**

При реализации программы используются современные педагогические технологии:

- информационно-коммуникационные: показ фото- и видеоматериалов;
- личностно-ориентированные: подбор индивидуальных заданий с учётом возрастных и индивидуальных возможностей детей;
- здоровьесберегающие: специальные упражнения из гимнастики Б.Князева, звуковая терапия;
- игровые: проведение игр, упражнения для снятия психофизического напряжения;

При необходимости программой предусмотрено электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

### **Методы обучения по программе:**

- словесный метод: устное объяснение учащимся теоретических знаний, беседа и др.;
- наглядный метод: показ педагогом движений, упражнений, комбинаций; использование видеоматериалов и иллюстративного материала;
- репродуктивный метод — выполнение действий по образцу; самостоятельное использование комбинаций по предложенному образцу, придумывание движений, проведение разминки;
- практический — самостоятельная отработка упражнений, движений, комбинаций, импровизация, работа над подготовкой к выступлению и др.

### **Оценочные материалы:**

В ходе реализации программы проводится **входной, текущий, промежуточный, итоговый контроли.**

**Входной контроль** проводится при поступлении, с целью выявления возможностей детей и определения их природных танцевальных способностей: ритмичности, музыкальности, выворотности ног, гибкости тела, балетного шага, прыжка, координации.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога.

Во время входной диагностики педагог заполняет информационную карту «Уровень природных танцевальных способностей учащихся».

**Текущий контроль** проводится на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы.

Формы:

- педагогическое наблюдение;

- опрос на знание правил выполнения упражнений на ковриках, показ танцевальных движений, сюжетно-образных танцев;
- выполнение тестовых заданий на знание терминологии, истории танца.

**Промежуточный контроль** предусмотрен в конце каждого полугодия с целью освоения программы учащимися и уровня развития нравственных качеств.

Формы:

- анализ участия каждого учащегося в класс-концерте для родителей;
- педагогическое наблюдение.

Результаты промежуточного контроля фиксируются в карте «Педагогическое наблюдение», «Карта творческой активности учащихся», «Сводная информационная карта освоения ДОП»

**Итоговый контроль** проводится в конце обучения по программе для отслеживания уровня достижения результатов программы.

Формы:

- класс-концерт для учителей, родителей, учащихся младших классов, на котором учащиеся демонстрируют практические навыки, приобретённые за время обучения по программе;
- анализ и обобщение данных об освоении программы учащимися;
- анкетирование родителей с целью выявления степени удовлетворённости образовательным процессом.

**Формы фиксации результатов:** используется комплект контрольно-измерительных материалов (КИМ):

- Уровень природных танцевальных способностей учащихся;
- Сводная информационная карта результативности ДОП;
- Педагогическое наблюдение;
- Карта творческой активности учащихся;
- Фото-, видеозаписи, грамоты, дипломы.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №291  
Красносельского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДЕНО

Протоколом педагогического совета  
№ \_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

приказом № \_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХОРЕОГРАФИЯ  
2023-2024**

Планируемая дата	Фактическая дата	Тема занятия	Количество часов		Примечание
			Теория	Практика	
05.10.2023.		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	0,5	0,5	
10.10.2023.		Ритмика .Марши и различные виды шагов. Значение музыки в танце	1		
12.10.2023.		Ритмика. Марши и различные виды шагов. Танцевальный шаг		1	
17.10.2023.		Ритмика. Марши и различные виды шагов. Бег с захлестом ног назад		1	
19.10.2023.		Ритмика. Марши и различные виды шагов. Бег «лошадки», «ножницы»		1	
24.10.2023.		Ритмика. Марши и различные виды шагов. Подскоки.		1	
26.10.2023.		Ритмика. Развитие ориентации в пространстве. Понятия линия, колонна, круг, диагональ.	1		
31.10.2023.		Ритмика. Развитие ориентации в пространстве. Перестроения из круга в колонну.		1	
02.11.2023.		Ритмика. Развитие ориентации в пространстве. Перестроения из одной колонны в две.		1	
07.11.2023.		Ритмика. Развитие		1	

Планируемая дата	Фактическая дата	Тема занятия	Количество часов		Примечание
			Теория	Практика	
		ориентации в пространстве. Перестроения из двух колонн в четыре.			
09.11.2023.		Ритмика. Развитие ориентации в пространстве. Перестроения в шахматный порядок.		1	
14.11.2023.		Ритмика. Танцевально-ритмические упражнения. Позиции ног I, VI		1	
16.11.2023.		Ритмика. Танцевально-ритмические упражнения. Поклон по I позиции.		1	
21.11.2023.		Ритмика. Танцевально-ритмические упражнения. Приседания, повороты и наклоны корпуса.		1	
23.11.2023.		Ритмика. Танцевально-ритмические упражнения. Хлопки, притопы, мелкая моторика рук.		1	
28.11.2023.		Танцевально-ритмические упражнения. Перестроения из круга в 1 колонну.		1	
30.11.2023.		ОФП. Общеукрепляющие упражнения. Правила выполнения упражнений.	1		
05.12.2023.		ОФП. Общеукрепляющие упражнения. Кач спины из положения лёжа		1	
07.12.2023.		ОФП. Общеукрепляющие упражнения. Упражнения с гимнастическими палками		1	
12.12.2023.		ОФП. Общеукрепляющие упражнения. Подъём корпуса из положения лёжа		1	
14.12.2023.		ОФП. Общеукрепляющие упражнения. Косые скручивания		1	
19.12.2023.		ОФП. Общеукрепляющие упражнения. Подъём ног из положения лёжа		1	
21.12.2023.		ОФП. Общеукрепляющие упражнения. Одновременный подъём ног		1	



Планируемая дата	Фактическая дата	Тема занятия	Количество часов		Примечание
			Теория	Практика	
		и корпуса из положения лёжа			
26.12.2023.		ОФП. Общеукрепляющие упражнения. Упражнение «ёжик»		1	
28.12.2023.		ОФП. Прыжки со скакалкой. Правила выполнения прыжков	1		
09.01.2024.		ОФП. Прыжки со скакалкой. Подготовительные упражнения со скакалкой		1	
11.01.2024.		ОФП. Прыжки со скакалкой. Прямые прыжки на двух ногах		1	
16.01.2024.		ОФП. Прыжки со скакалкой. Прямые прыжки на двух ногах		1	
18.01.2024.		ОФП. Прыжки со скакалкой. Прыжки с поджатыми ногами		1	
23.01.2024.		ОФП. Прыжки со скакалкой. Прыжки с поджатыми ногами		1	
25.01.2024.		ОФП. Прыжки со скакалкой. Прыжки «стульчик»		1	
30.01.2024.		ОФП. Прыжки со скакалкой. Прыжки «стульчик»		1	
01.02.2024.		Партерный экзерсис. Развитие подъёма и подвижности стопы. Правила выполнения упражнений. Упражнение flex point .	0,5	0,5	
06.02.2024.		Партерный экзерсис. Развитие подъёма и подвижности стопы. Упражнение flex point		1	
08.02.2024.		Партерный экзерсис. Развитие подъёма и подвижности стопы. Упражнение «веер»		1	
13.02.2024.		Партерный экзерсис. Развитие подвижности суставов. Правила выполнения упражнений. Упражнение «полочка»	0,5	0,5	
15.02.2024.		Партерный экзерсис. Развитие подвижности суставов. Упражнение «бабочка»		1	
20.02.2022.		Партерный экзерсис.		1	

Планируемая дата	Фактическая дата	Тема занятия	Количество часов		Примечание
			Теория	Практика	
		Развитие подвижности суставов. Упражнение «лягушка»			
22.02.2024.		Партерный экзерсис. Развитие подвижности суставов. Упражнение battement releve lent		1	
27.02.2024.		Партерный экзерсис. Развитие гибкости спины. Правила выполнения упражнений. Упражнение «кобра»	0,5	0,5	
29.02.2024.		Партерный экзерсис. Развитие гибкости спины. Упражнение «колечко»		1	
05.03.2024.		Партерный экзерсис. Развитие гибкости спины. Упражнение «рыбка»		1	
07.03.2024.		Партерный экзерсис. Развитие гибкости спины. Упражнение «корзиночка»		1	
12.03.2024.		Партерный экзерсис. Стретчинг. Правила выполнения упражнений. Упражнения на расслабление мышц.	0,5	0,5	
14.03.2024.		Партерный экзерсис. Стретчинг. Растяжение подколенных связок.		1	
19.03.2024.		Партерный экзерсис. Стретчинг. Растяжение задней и внутренней поверхности бёдер		1	
21.03.2024.		Партерный экзерсис. Стретчинг. Растяжение передней поверхности бедра.		1	
26.03.2024.		Образно-сюжетные танцы. Танец «Стирка»		1	
28.03.2024.		Образно-сюжетные танцы. Танец «Стирка». Движения «таймер», «стирка»		1	
02.04.2024.		Образно-сюжетные танцы. Танец «Стирка». Движение «полоскание», «сушка»		1	
04.04.2024.		Образно-сюжетные танцы. Танец «Стирка». Композиция танца		1	
09.04.2024.		Образно-сюжетные танцы. Танец «Стирка».		1	

Планируемая дата	Фактическая дата	Тема занятия	Количество часов		Примечание
			Теория	Практика	
		Композиция танца			
11.04.2024.		Образно-сюжетные танцы. Танец «Часики». Движения «пружинка», « стрелки»		1	
16.04.2024.		Образно-сюжетные танцы. Танец «Часики». Движения «маятник». Приставные шаги		1	
18.04.2024.		Образно-сюжетные танцы. Танец «Часики». Композиция танца		1	
23.04.2024		Образно-сюжетные танцы. Танец «Часики». Композиция танца		1	
25.04.2024		Образно-сюжетные танцы. Танец «Два весёлых гуся». Движения «гусиный хвостик», шаги с приседанием.		1	
02.05.2024		Образно-сюжетные танцы. Танец «Два весёлых гуся». Наклоны корпуса, хлопки.		1	
07.05.2024		Образно-сюжетные танцы. Танец «Два весёлых гуся». Композиция танца.		1	
14.05.2024		Образно-сюжетные танцы. Танец «Два весёлых гуся». Композиция танца.		1	
16.05.2024		Образно-сюжетные танцы. Танец «Весенняя полька». Боковой галоп с прыжком, хлопки, подскоки.		1	
21.05.2024		Образно-сюжетные танцы. Танец «Весенняя полька». Композиция танца.		1	
23.05.2024		Образно-сюжетные танцы. Танец «Весенняя полька». Композиция танца.		1	
28.05.2024		Итоговое занятие.		1	
Итого	64		6	58	

## ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

### Нормативные акты

1. Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21, раздел VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р)
3. Критерии оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга (утверждены распоряжением Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 25 августа 2022 г. № 1676-р)
4. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей" (Письмо Минобрнауки России от 29 марта 2016 года № ВК-641/09)
5. Показатели, характеризующие общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13 марта 2019 г. N 114)
6. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629)
7. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года № 652н)
8. Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва "Об утверждении СанПиН СП 2.4.3648-20»)
9. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р)
10. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
11. Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»
12. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол № 3)
13. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 года № 467)

14. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196);
15. Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН СП 2.4.3648-20»);
16. Положение Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 291 Красносельского района Санкт-Петербурга о порядке оказания платных образовательных услуг (редакция №6, февраль 2021г)
17. Другие локальные акты ПОУ.

#### **Литература для педагогов:**

1. Базарова Н. Азбука классического танца. Л., 1983.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: Айрис-Пресс, 2001.
3. Балет. Уроки: Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе: М.: АСТ Астрель, 2004.
4. Ваганова А. Основы классического танца. Л.: Искусство, 1963.
5. Ваганова А. Статьи, воспоминания, материалы. Л.: Искусство, 1968.
6. Годик М., Брамидзе А., Киселева Т. Стретчинг. М.: Советский спорт, 1991.
7. Довгаль А. Уроки хореографии в школе: СПб., 1999.
8. Зарипов Р., Валяева А. От смысла к сюжету: Новосибирск, 2009.
9. Кирнарская Д. Музыкальные способности: М., 2004.
10. Луцкая Е. Жизнь в танце: Л.: Искусство, 1988.
11. Панкевич Р.В. Музыкально-эстетическое образование в социокультурном развитии личности. Екатеринбург, 2001.
12. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования: М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2003.
13. Петерсон А. Единство и взаимодействие физического и эстетического воспитания Рига: Автореферат, 1991.
14. Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: М., Просвещение, 1992.
15. Уральская В. Природа танца. М., 1988.
16. Фатеев С. Детские музыкальные праздники. М.: Лабиринт-Пресс, 2000.

#### **Литература для учащихся:**

1. Балет: Детская энциклопедия. М.: Астрель, 2001.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. М: изд-во Рольф, 2000.

3. Бланков Б. Краткая история русского балета: Книга 1. СПб., 2006.
4. Васильева Т. Секрет танца. СПб., 1977.
5. Школьников Л. О танцах в шутках и всерьез. М., 1975.
6. Школьников Л. Рассказы о танцах. М, 1966.

**Интернет-источники:**

1. [http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika\\_raboty\\_s\\_detmi\\_metodicheskoe\\_posobie\\_quot\\_ot\\_ritmiri\\_k\\_tancu\\_quot/](http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_quot_ot_ritmiri_k_tancu_quot/) - о методике партерного экзерсиса-«Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу»
2. <http://www.chel-15.ru/horeojgrafia.html>.- методические и дидактические разработки по хореографии
3. [.http://horeograf.ukoz.ru/blog](http://horeograf.ukoz.ru/blog).- музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога-хореографа;
4. [.www.horeograf.com](http://www.horeograf.com) – сайт для хореографов и танцоров, содержит обширные подборки упражнений в разделе «Фонотека», методических материалов, записей вебинаров и семинаров;
5. <http://www.josuonline.com> (CD для танца и балетного класса);
6. [hppt://www.ballet.classical.ru/](http://www.ballet.classical.ru/) - маленькая балетная энциклопедия;
7. <http://baletnik.nethouse.ru/> - сборники А.Стрельниковой;
8. <http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/muzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam> - сборники по хореографии и танцам.

**ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ**

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения
1.	Родительское собрание Тема: Планирование совместной работы.	сентябрь	ГБОУ СОШ № 291
2.	Открытое занятие для родителей	декабрь	ГБОУ СОШ № 291
3.	Родительское собрание Итоги года. Перспективы	май	ГБОУ СОШ № 291