

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 313
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Протокол №1
от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ №364
от «29» августа 2025г.
Директор ГБОУ СОШ №313
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
_____ В.Ю. Морозова

**Рабочая программа 3 года обучения
к дополнительной
общеразвивающей программе**

**«Танцевальный ансамбль Бриз»
3 группа**

Возраст обучающихся: 10-17 лет

Разработчик:
Воронина Татьяна Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

Задачи:**Обучающие:**

- научиться выразительно исполнять танцевальные композиции
- изучить позиции рук и ног
- научиться ритмично исполнять движения

Развивающие:

- научиться доводить начатое дело до конца;
- выработать устойчивый интерес к занятиям хореографии, к саморазвитию.

Воспитательные:

- усвоить правила поведения на занятиях
- усвоить правила здорового образа жизни
- усвоить правила культуры общения и поведения в социуме

Содержание программы**3 года обучения****Тема 1. Вводное занятие**

Теория: Задачи на учебный год, правила по технике безопасности, правила дорожного движения, правила поведения в здании, как себя вести в чрезвычайных ситуациях.

Форма контроля: опрос обучающихся.

Тема 2. Классический танец**Теория:**

Русский классический балет:

- зарождение русского классического балета;
- лучшие традиции русского балета;
- основоположники романтического балета (П. И. Чайковский, М. Петипа);
- народный танец и его видоизменения в балете.

Современный балет:

- новые направления в советском балете;
- строители новых балетных театров;
- мастера советского балета.

Практика:

- позиции ног, рук (1,2,3,5,6)
- подготовительные упражнения для работы стопы;
- позиции рук (1,3,2);

- demi-plie (плавно присесть, не отделяя пяток от пола; плавно подняться из приседания, сильно вытягивая колени; следить, чтобы вес тела был равномерно распределен на обе ноги, копчик над пятками, плечи расправлены.);

- battement tendu (скользящим движением вывести правую ногу в сторону, сильно вытянув носок. Вес тела - на опорной ноге. Скользящим движением подтянуть правую ногу в исходную позицию. По такому же принципу движение выполняется вперёд и назад.);

- battement tendu jete (скользящим движением вывести правую ногу в сторону и броском оторвать от пола на высоту 25 градусов, сильно вытянув носок, скользящим движением вернуть правую ногу в исходную позицию, обязательно зацепив носком пол при опускании, по такому же принципу движение выполняется вперёд и назад.);

- passe par terre (скользящим движением вывести правую ногу вперёд на носок, скользящим движением вернуть правую ногу в 1 позицию, не фиксируя её, а переходя к следующему движению, скользящим движением отвести правую ногу назад на носок, вернуть правую ногу в исходную позицию, движение может выполняться несколько раз подряд.);

- rond de jambe par terre en dehors (скользящим движением вывести правую ногу вперёд на носок, не отрывая носка от пола, отвести правую ногу в сторону, не отрывая носка от пола, отвести правую ногу назад, скользящим движением вернуть правую ногу в исходную позицию, rond de jambe par terre en dedans выполняется в обратном направлении.).

Форма контроля: педагогическое наблюдение, открытое занятие

Тема 3. Корригирующая гимнастика.

Теория:

- польза партерной пластики для строения скелета человека;
- исправление осанки;
- положительное влияние на внутренние органы;

Практика:

- подготовительные упражнения для работы стопы на полу;
- упражнение для мышц брюшного пресса;
- упражнения для тазобедренного сустава;
- упражнения для укрепления мышц спины и гибкости позвоночника;
- махи ног вперёд, назад, в сторону и т.д.;
- растяжки на шпагат;
- дыхательные упражнения.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, открытое занятие

Тема 4. Народные танцы

Теория:

- танец и музыка;
- языческие ритуальные обряды;
- орнаментальный и игровой хороводы;
- танцы древней Руси (иноземные пляски, танцы-потехи, народный дивертисмент, расцвет народного танца).

Практика:

- история происхождения танцев;
- постановка корпуса;
- шаги (танцевальные);
- постановка рук;
- переходы (линии, диагональ, круг);
- Гармошка, присядка, вращения;
- верёвочка, ковырялочка, моталочка;
- переменный ход вперёд, переменный ход назад.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, концертные выступления

Тема 5. Эстрадные танцы

Теория:

- история происхождения танцев. Стили;
- определение музыкального размера;
- основные шаги и ход танцев;

Практика:

- работа стопы;
- манера исполнения.

Форма контроля: педагогическое наблюдение, концертные выступления

Тема 6. Конкурсная программа

Теория:

- условия проведения конкурсов и их требования;

Практика: (18 часов)

- основные упражнения и тренаж;
- конкурсные выступления.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 7: Композиция и постановка танца

Теория:

- характеристика разучиваемых танцев;

- определение музыкального размера;
- постановка танцевальных композиций – «Зима», «Ярмарка», «Русский сувенир», «Я лечу над Россией», «Смуглянка», «Сапожки русские», «Кадриль», «Барыня», «Цветы России», «Финская полька», «Шипы и розы», «Кавказская лезгинка»

Форма контроля: педагогическое наблюдение, концертные выступления

Тема 8. Итоговое занятие (2 часа)

- подведение итогов за учебный год.

Конечный прогнозируемый результат

- Формирование представления о танце как выразительной системе хореографии.
- Знание основных требований и терминологии танца.
- Развитие хореографической памяти и профессионального внимания.
- Развитие навыков культурного общения и сценической культуры.
- Стимулирование творческой активности, свободы, эмоциональной раскованности.
- Активизация и реализация творческого потенциала, ориентирование на успех.
- Формирование санитарно-гигиенических навыков, координации движений и правильной балетной осанки.
- Укрепление здоровья.
- Профилактика асоциального поведения.
- Рост интереса у детей к культурной жизни города, края, страны, мира.

Планируемые результаты

Предметные:

устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;

- освоение танцевальных направлений (классической, народной и современной хореографии), как духовного опыта поколений;
- знание основных закономерностей хореографического искусства.

Метапредметные:

способы деятельности, применяемые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях;

- сравнение, анализ, обобщение, нахождение ассоциативных связей между произведениями разных видов искусства;
- работа с разными источниками информации, стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию;

- желание участвовать в танцевальной жизни детского объединения, учреждения, района и города и продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных творческих задач.

Личностные:

- усвоение правил поведения на занятиях
- усвоение правил здорового образа жизни
- усвоение правил культуры общения и поведения в социуме.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ занятия	Тема занятия	Количество часов	Дата
		план	
1	Вводное занятие	2	02.09
2	Классический танец, позиции ног, рук.	2	03.09
3	Корректирующая гимнастика. О пользе гимнастики на развитие скелета человека.	2	04.09
4	Классический танец. Позиции ног, рук. Закрепление, пройденного материала.	2	09.09
5	Корректирующая гимнастика, вращательные упражнения ногами, «бабочка», прогибания корпуса в положении – лёжа на животе.	2	10.09
6	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	11.09
7	Корректирующая гимнастика,	2	16.09

	батманы в положении лёжа.			
8	Классический танец. Экзерсис на середине зала.	2	17.09	
9	Корригирующая гимнастика, растяжки	2	18.09	
10	Классический танец, экзерсис на середине зала.	2	23.09	
11	Корригирующая гимнастика, комплекс упражнений.	2	24.09	
12	Народные танцы, характерная постановка корпуса.	2	25.09	
13	Эстрадные танцы, характерная постановка корпуса.	2	30.09	
14	Конкурсная программа	2	01.10	
15	Композиция и постановка танца	2	02.10	
16	Классический танец, экзерсис на середине зала.	2	07.10	
17	Корригирующая гимнастика, комплекс упражнений.	2	08.10	
18	Народные танцы	2	09.10	
19	Эстрадные танцы	2	14.10	
20	Конкурсная программа	2	15.10	
21	Композиция и постановка танца	2	16.10	
22	Классический танец, экзерсис на середине зала.	2	21.10	
23	Корригирующая гимнастика, комплекс упражнений.	2	22.10	
24	Народные танцы	2	23.10	
25	Эстрадные танцы	2	28.10	
26	Конкурсная программа	2	29.10	
27	Композиция и постановка танца	2	30.10	
28	Классический танец, экзерсис на середине зала	2	05.11	
29	Корригирующая гимнастика,	2	06.11	

	комплекс упражнений			
30	Народные танцы	2	11.11	
31	Эстрадные танцы	2	12.11	
32	Конкурсная программа	2	13.11	
33	Композиция и постановка танца	2	18.11	
34	Конкурсная программа	2	19.11	
35	Корректирующая гимнастика, растяжки	2	20.11	
36	Народные танцы	2	25.11	
37	Эстрадные танцы	2	26.11	
38	Конкурсная программа	2	27.11	
39	Композиция и постановка танца	2	02.12	
40	Народные танцы	2	03.12	
41	Корректирующая гимнастика	2	04.12	
42	Народные танцы	2	09.12	
43	Эстрадные танцы	2	10.12	
44	Народный танец	2	11.12	
45	Композиция и постановка танца	2	16.12	
46	Корректирующая гимнастика	2	17.12	
47	Корректирующая гимнастика, растяжки	2	18.12	
48	Народные танцы	2	23.12	
49	Эстрадные танцы	2	24.12	
50	Народный танец	2	25.12	
51	Композиция и постановка танца	2	30.12	
52	Народные танцы	2	09.01	
53	Корректирующая гимнастика	2	13.01	
54	Народные танцы	2	14.01	
55	Эстрадные танцы	2	15.01	
56	Эстрадные танцы	2	20.01	
57	Композиция и постановка танца	2	21.01	
58	Народные танцы	2	22.01	
59	Композиция и постановка танца	2	27.01	
60	Народные танцы	2	28.01	

61	Эстрадные танцы	2	29.01	
62	Композиция и постановка танца	2	03.02	
63	Композиция и постановка танца	2	04.02	
64	Народные танцы	2	05.02	
65	Народные танцы	2	10.02	
66	Конкурсная программа	2	11.02	
67	Классический танец	2	12.02	
68	Конкурсная программа	2	17.02	
69	Классический танец	2	18.02	
70	Корригирующая гимнастика	2	19.02	
71	Классический танец	2	24.02	
72	Корригирующая гимнастика	2	25.02	
73	Эстрадный танец	2	26.02	
74	Конкурсная программа	2	28.02	
75	Композиция и постановка танца	2	03.03	
76	Композиция и постановка танца	2	04.03	
77	Корригирующая гимнастика	2	05.03	
78	Классический танец	2	10.03	
79	Эстрадный танец	2	11.03	
80	Конкурсная программа	2	12.03	
81	Композиция и постановка танца	2	17.03	
82	Классический танец	2	18.03	
83	Корригирующая гимнастика	2	19.03	
84	Эстрадные танцы	2	24.03	
85	Композиция и постановка танца	2	25.03	
86	Классический танец	2	26.03	
87	Корригирующая гимнастика	2	31.03	
88	Композиция и постановка танца	2	01.04	
89	Классический танец	2	02.04	
90	Корригирующая гимнастика	2	07.04	
91	Народные танцы	2	08.04	
92	Народные танцы	2	09.04	
93	Эстрадные танцы	2	14.04	
94	Классический танец	2	15.04	

95	Корригирующая гимнастика	2	16.04
96	Эстрадные танцы	2	21.04
97	Народные танцы	2	22.04
98	Эстрадные танцы	2	23.04
99	Народные танцы	2	28.04
100	Эстрадные танцы	2	29.04
101	Народные танцы	2	30.04
102	Народные танцы	2	05.05
103	Народные танцы	2	06.05
104	Народные танцы	2	07.05
105	Народные танцы	2	12.05
106	Эстрадные танцы	2	13.05
107	Эстрадные танцы	2	14.05
108	Итоговое занятие	2	19.05

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 313
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
Протокол №1
от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕН

Приказ №364
от «29» августа 2025г.
Директор ГБОУ СОШ №313
Фрунзенского района Санкт-Петербурга
_____ В.Ю. Морозова

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
02.09.2025	19.05.2026	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа