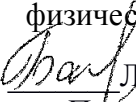



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 416 Петродворцового района Санкт-Петербурга  
«Школа развития личности имени Веры Васильевны Павловой»

РАССМОТРЕНА  
на заседании МО учителей  
технологии и искусства,  
физической культуры  
  
Л.С. Багомолова  
Протокол № 1 от  
« 28 » августа 2018 года

СОГЛАСОВАНА  
и. о. зам. директора по ВР  
  
Е.К.Мазур  
« 31 » августа 2018 года

  
директор БОУ СОШ № 416  
И.Л. Дивашкина  
« 31 » августа 2018 года

ПРИНЯТА  
решением педагогического  
совета  
Протокол № 8  
от « 31 » августа 2018 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
«Танцевальная студия «Карманы»»**

Возраст учащихся: 9-11 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:  
Елатанцева Елизавета Алексеевна  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Дополнительное образование - целенаправленный процесс воспитания, развития личности и обучения посредством реализации дополнительных образовательных программ, оказание дополнительных образовательных услуг и информационно-образовательной деятельности за пределами основных образовательных программ в интересах человека и его самореализации.

Основная цель образования - формирование разносторонне-развитой, творческой личности, способной реализовать свой потенциал, как в собственных жизненных интересах, так и в интересах общества. Одной из составляющих этого процесса является физическое воспитание.

Физическое воспитание - это педагогический процесс, направленный на формирование специальных знаний, умений и навыков, а так же на развитие разносторонних физических способностей человека.

Формирование здоровья учащихся, полноценное развитие их организма, повышение уровня культуры - одна из основных проблем в современном обществе. Танцевальная подготовка является эффективным средством не только физического, но и интеллектуального, нравственного, эстетического воспитания, создает благоприятные условия для раскрытия творческого потенциала.

Современный танец является наиболее массовой, общедоступной формой приобщения учащихся к хореографии, сочетание физической тренировки и эстетического творчества благотворно сказывается на становлении гармоничной личности. Современный танец отличается от других танцевальных стилей тем, что он соединяет в себе полное расслабление и собранность обучающегося. Современный танец - это четко выстроенная система освоения техники танцором. Исполнители современных танцев постепенно совершенствуют свое мастерство, переходят от одной категории к другой, более профессиональной и высокой. Учащиеся, занимающиеся современными танцами, имеют возможность укрепить свое здоровье, развить такие качества, как гибкость, пластичность, музыкальность, чувство ритма, умение работать в коллективе, способность к художественному самовыражению, познакомиться с танцевальной культурой народов разных стран.

Содержание программы базируется на достижениях лучших культурных традиций, отвечает задачам становления гражданского общества и правового государства, учитывает уровень образованности детей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная студия "Карманы"» имеет физкультурно-спортивную направленность, углубленный уровень освоения.

**Актуальность программы** в том, что она соответствует требованиям государственной политики в области дополнительного образования детей и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей, нацелена на выполнение социального заказа общества.

**Отличительные особенности программы** в том, что структура программы и используемая методика преподавания позволяют адаптировать ее для обучения детей разного возраста. В зависимости от возрастного состава обучаемой группы педагог имеет возможность корректировать нагрузку. Рекомендованный к изучению репертуар позволяет использовать программный материал для создания конкурсного и постановочного танца сольно, в паре с партнером и в ансамбле. Кроме того, не исключается возможность занятий с целым классом для решения сверхзадач, например, постановки танцевальных композиций к определенным событиям в классе или школе. Для более полного раскрытия танцевального образа на занятиях используются упражнения театрального тренинга. Особое внимание при освоении программы обращается на общую физическую подготовку учащихся. Также в процессе обучения будет проходить спортивный отбор - это выявление лиц, наиболее одаренных для занятий современными танцами. Особенностью организации образовательного процесса являются комплексные занятия, которые могут содержать материал нескольких разделов учебно-тематического плана. Раздел «Разминка» включён в каждое занятие, кроме вводного, контрольных и итоговых, и реализуется на занятии в виде «статического танца» под современную популярную музыку, с целью последовательной разработки всех основных групп мышц и суставов, и их подготовки к специальным нагрузкам. Нагрузка регулируется от степени подготовленности детей, их индивидуальных качеств и возраста.

Режим занятий может быть изменен в связи проведением массовых мероприятий.

Занятия включают в себя подготовительную, основную и заключительную части. Продолжительность подготовительной части или разминки составляют 5 - 10% от общего времени занятия. В подготовительной части решаются задачи общего настроения учащихся на работу, перехода организма на другой уровень функционирования, повышения восприимчивости к музыкальному сопровождению. Основная часть занимает 75 - 90% всего времени занятия. Заключительная часть занимает 5 - 15% времени занятия и состоит из цепочки дыхательных упражнений и движений на расслабление и упражнений психорегулирующего воздействия, включая аутотренинг.

### **Адресат программы**

Данная программа предназначена для учащихся любого пола, возраста 9 - 11 лет. Учащиеся должны подходить для занятий современными танцами по антропометрическим данным и не иметь противопоказаний по состоянию здоровья.

К противопоказаниям относятся: хронические заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем, порок сердца, сердечно-легочная недостаточность, коронарная недостаточность сосудов сердца, артериальная гипертония, аритмия, патология костно-мышечной системы или суставов, хронические гастрит и холецистит при обострении, простудные заболевания (ОРЗ, грипп, ангина, воспалительные заболевания зубов, ушей). При

сотрясениях, вывихах, переломах, растяжениях, после любых перенесенных заболеваний заниматься можно только, имея медицинский допуск от врача. А так же учащиеся должны пройти специальные тесты на силу, координацию, гибкость, выносливость.

### **Объем и срок реализации программы**

Срок реализации программы - 1 год.

Общее количество учебных часов на весь период обучения – 144 часа.

### **Цель и задачи программы**

**Цель:** формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся в процессе обучения современному танцу.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

- изучение истории зарождения и развития физической культуры и спорта;
- обучение навыкам сложно-координационных, скоростно-силовых, командно-игровых видам спорта;
- обучение навыкам в танцевальной деятельности сольно, в паре с партнером, в ансамбле;
- обучение основам личной гигиены и здорового образа жизни.

##### *Развивающие:*

- развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой, пространственной координации;
- развитие и функциональное совершенствование органов и систем организма;
- развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности.

##### *Воспитательные:*

- воспитание доброжелательного отношения детей друг к другу;
- воспитание лидерских качеств, инициативы, чувства товарищества, трудолюбия и взаимопомощи;
- воспитание коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

- наличие интереса к занятиям танцами;
- наличие общей группы здоровья;
- наличие элементарных двигательных и слуховых навыков.

Структура программы позволяет каждому ребенку построить свой образовательный маршрут в зависимости от уровня подготовки.

#### **Режим занятий:**

Занятия проводятся для 1 группы – 3 раз в неделю по одному часу

Для отслеживания уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции используются следующие формы контроля:

1. Занятие контроля знаний (текущий контроль);

2. Открытые уроки;
3. Творческие отчеты (конкурсы, фестивали и концерты различного уровня).

#### **Ожидаемый результат:**

- умение выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- умение импровизировать в танце;
- развитие внимания, памяти, мышления, воображения, гибкости, координации движений;
- знать основные движения современного эстрадного танца.

#### **Условия реализации программы**

Условия набора в коллектив: в танцевальную студию на 1-й год обучения принимаются все желающие в возрасте 9 - 11 лет.

Прием на обучение проводится на принципах равных условий приема для всех поступающих, за исключением лиц, которым представлены особые права при приеме согласно действующему законодательству.

С учетом возможностей и потребностей личности дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа может осваиваться по индивидуальному плану для учащихся с ограниченными возможностями здоровья, с высокой степенью успешности (одаренные дети), или по иным основаниям.

**Количество детей в группе:** списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом и с учетом вида деятельности, санитарных норм, особенностей реализации программы, по норме наполняемости: 1 год обучения - не менее 15 человек.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

##### **Принципы построения программы:**

*Принцип доступности* реализуется на уровне методики обучения от простого к сложному. Программа построена таким образом, что все заявленные в ней танцевально-спортивные элементы соответствуют возрастным, физическим и психологическим данным учащихся.

*Принцип вариативности* реализуется в процессе обучения за счет разнообразия физических упражнений, танцевального и музыкального материала, на котором строится преподавание.

*Принцип диалогизации* образовательного процесса в рамках реализации данной программы можно рассматривать гораздо шире, чем обычное понимание термина «диалог». Здесь мы можем говорить о философском понятии этого термина, включающем с себя не только вербальное, но и невербальное общение, умение работать в паре с партнером или в группе не произнося ни слова. Умение понимать партнеров по танцу и реагировать на какие-либо изменения без слов.

Принцип *преемственности и перспективности*. По окончании обучения по данной программе, учащиеся могут продолжать образование по дополнительным общеобразовательным предпрофессиональным программам.

### **Подходы к построению обучения по программе:**

*Системно - деятельностный* подход соответствует задаче формирования единой картины мира и предполагает установление содержательных и процессуальных связей на разных уровнях.

*Метаметодический* подход реализуется в выделении близких для разных учебных предметов школьного цикла и образовательной деятельности по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе целей, элементов содержания образования, методов обучения, приемов учения (самообразования) и в формировании междисциплинарных знаний и умений, универсальных учебных действий. Программа «Танцевальная студия «Карманы» наиболее тесно связана с учебными предметами «Музыка» и «Физическая культура».

*Личностно - ориентированный* подход предполагает направленность обучения на формирование определенных качеств личности. Эти качества формируются за счет организации танцевальной деятельности ребенка, требующей проявления активности, ответственности, креативности, инициативности, мобильности, рефлексивности и организации подготовки к демонстрации танцевальных вариаций по музыкальным произведениям, развивающих внимание к разнообразию музыкальных ритмов.

**Формы проведения занятий:** лекция, практическое, мастер-класс, зачёт, демонстрация, импровизация, фото-видео-презентация, упражнение, тренировка, репетиция, выступление, игра, концерт.

### **Формы организации деятельности учащихся на занятиях:**

- коллективная – организация одновременного творческого взаимодействия между всеми учащимися студии;
- фронтальная - одновременная работа со всеми учащимися группы;
- групповая - организация выполнения заданий по малым группам (от 2 до 6 человек);
- индивидуальная - индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

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

Для реализации программы необходимо наличие достаточно большого помещения с хорошим освещением и возможностью проветривания, с зеркалами (паркетный зал); двумя специально оборудованными раздевалками (для девочек и мальчиков); помещением для хранения костюмов.

*Технические средства обучения:*

-микрофон

- ноутбук
- колонки
- MP3 проигрыватель

*Одежда и обувь:*

для девочек: гимнастический купальник, юбка, носочки (колготки), чешки;  
для мальчиков: футболка или рубашка, черные брюки, чёрные носки, чешки.

**Кадровое обеспечение программы:** кроме педагога дополнительного образования, другие специалисты для реализации программы не требуется.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### **Личностные результаты:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально- личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества;
- сформированность эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- сформированность уважительного отношения к иному мнению, основам гражданской идентичности, чувства гордости за свою студию, Дом детского творчества, свой район и за город Санкт-Петербург.

### **Метапредметные результаты:**

Универсальные учебные действия (УУД) обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться:

*Регулятивные УУД* (обеспечивают организацию учащимися своей учебной деятельности):

- целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;

- планирование - составление плана и последовательности действий;
- прогнозирование-предвосхищение результата и уровня усвоения, его временных характеристик;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;
- коррекция - внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта;
- оценка - выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения; - волевая саморегуляция, как способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий.

*Познавательные общеучебные УУД:*

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение необходимой информации;
- применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
- структурирование знаний;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

*Познавательные логические УУД:*

- анализ объектов с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез как составление целого из частей, в том числе самостоятельно достраивая, восполняя недостающие компоненты;
- выбор оснований и критериев для сравнения, классификации объектов.

*Коммуникативные УУД:*

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками - определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов - инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов - выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнера - контроль, коррекция, оценка действий партнера;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи, вербальными и невербальными способами общения;
- межпредметные понятия: термины балетной и классической хореографии; музыкальные термины; спортивные термины.



**Предметные результаты:**

- знание истории зарождения и развития физической культуры и спорта;
- совершенствование и закрепление навыков сложно-координационных, скоростносиловых, командно-игровых видов спорта;
- совершенствование и закрепление навыков в танцевальной деятельности сольно, в паре с партнером, в ансамбле;
- знание основ личной гигиены и здорового образа жизни.

**Учебный план 1 года обучения**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводные занятия	3	1	2	Тестирование
2	Разминка	30	6	24	Наблюдение
3	Контрольные занятия	12	-	12	Тестирование
4	Ритмические танцы	18	4	14	Опрос, наблюдение
5	Современный танец	78	10	68	Опрос, наблюдение, контрольное задание, промежуточный контроль
5.1	Танец модерн	39	4	35	
5.2	Джаз танец	39	6	33	
6	Контрольные и итоговые занятия	3	-	3	Концерт
<b>Итого</b>		<b>144</b>	<b>21</b>	<b>123</b>	