Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Гимназия №587 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
На педагогическом совете
ГБОУ Гимназия № 587
Протокол № 1
от « 28 » августа 2024 года.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ Гимназия №587
С. Е. Кузнецова
Приказ № 421
от « 30 » августа 2024 года.

C=RU, OU=Директор, O=ГБОУ Гимназия №587
, CN=Кузнецова С. Е., E=nfo.sch587@
obr.gov.spb.ru
Я подтверждаю этот документ
2024.09.24 14:12:01+03'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
1 года обучения

к дополнительной общеразвивающей программе

Хореографический ансамбль
«СОЛНЫШКО»

Возраст учащихся от 7 до 11 лет
Срок освоения 4 года

Разработчик:
Ахметшина Наталья Алексеевна,
Смирнова Екатерина Юрьевна,
Кутузова Каролина Васильевна
педагоги дополнительного образования

Задачи:

Обучающие:

- Дать первоначальную хореографическую подготовку;
- Сформировать основные двигательные навыки.

Развивающие:

- Развить общую музыкальность и чувство ритма;
- Развить выдумку и фантазию.

Воспитательные:

- Вовлечь в художественно-творческую деятельность;

Оздоровительные:

- Снятие гиперактивности, агрессивности, раздражительности; активизация эмоциональной активности воспитанника
- Укреплять здоровье учащихся

<u>Планируемые результаты:</u>

. –***предметные:*** знание базовых специальных упражнений на середине зала; • знание основных позиций рук и ног, правильной постановки корпуса;

• знание основных упражнений партерной гимнастики;

• знание правил правильного дыхания, здорового образа жизни, основных норм гигиены тела на занятиях, правил бесконфликтного поведения;

• умение демонстрировать основные базовые упражнений в partere, стоя;

• умение координировать движения с музыкой (повороты вправо, влево, по точкам); • умение воспроизводить рисунок изучаемых танцев (круг, линии, шахматный ряд, диагональ) самостоятельно и в коллективе;

• умение соблюдать технику безопасности на занятиях.

-***метапредметные:*** • умение принимать учебную задачу под руководством педагога; • умение действовать по образцу при выполнении упражнений под руководством педагога;

• умение соотносить свои действия с действиями партнера при выполнении коллективного хореографического движения;

• умение вербально выражать свое отношение к танцевальной композиции.

- ***личностные:*** • мотивация к посещению занятий образовательной программе; • познавательный интерес к занятиям детской хореографией;

• качества личности (уважительное отношение к членам детского коллектива, дисциплинированность, ответственность, дружелюбие).

Раздел/ № занятия	Тема занятия, содержание	Кол-во часов	Планируемые даты	Фактические даты
Занятие 1	**Вводное занятие** *Теория:* Знакомство и организация занятий. Введение в образовательную программу. Понятие слова «Хореография». Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях. Форма для занятий. Техника безопасности и санитарно-гигиенические требования. Правила дорожного движения.	1	02.09.2024	
Занятие 2	**Азбука музыкального движения.** *Теория:* Слушать музыку, определить ее характер, темп и динамические оттенки. *Практика:* Воспроизвести хлопками ритмический рисунок услышанной музыки.	1	04.09.2024	
Занятие 3	**Хореографические рисунки.** Теория: рассказать какие хореографические рисунки бывают, как они изображаются и какое название носят. Практика: воспроизвести рисунки: «линия», «колонна», «Круг», «круги», «Змейка», «шахматный порядок».	1	09.09.2024	
Занятие 4,5	**Танцевальная азбука. Весёлая растяжка.** *Теория:* Правила постановки корпуса, рук и ног. Танцевальные положения рук: на поясе, за юбочку, за спиной, на поясе в кулачках. *Практика:* Разучивание поклона. Разучиваем позиции рук: подготовительная, I, II ,III, alenge. Разучиваем положение у станка за две руки, лицом к зеркалу. Разучиваем у станка положение ног: I, II, III, VI. Разучиваем у станка: demie plie по I,II позиции. Battement tendu из 1 позиции в сторону releve по VI позиции Растяжка в партере. Растягиваем подъем, подколенные мышцы, паховые мышцы, прямую мышцу бедра, заднюю мышцу и	1 1	11.09.2024 16.09.2024	

	комплекс упражнений на большую поясничную мышцу для укрепления спины.			
Занятие 6	**Танцевальные шаги.** *Теория:* Правила исполнения шагов: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полу пальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук, лёгкий бег. *Практика:* воспроизвести изученные шаги.	1	18.09.2024	
Занятие 7	**Танцевальные шаги.** *Теория:* Правила исполнения. Выполнять шаги: приставной шаг в сторону, вперед; притопы: выставление ноги на носок, пятку. *Практика:* Выполнить шаги	1	23.09.2024	
Занятие 8,9	**Танцевальная азбука. Веселая растяжка.** *Теория:* Повтор изученного материала от 4,5 занятия. Разучиваем battement tendu jete в сторону с точки Разучиваем demi ronde de jamb (вперед) Por de bras I на середине зала *Практика:* Вводим в исполнение все изученные движения у станка за две руки лицом в зеркало. ***Упражнения на растяжку*** Выполнять упражнения на развитие подвижности суставов: вращения в суставах (стопа, колено, бедро). Укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа).	1 1	25.09.2024 30.09.2024	
Занятие 10,11	**Партерная гимнастика** Работа над стопами, развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного сустава, развитие мышц бедра, развитие амплитуды шага, развитие гибкости, укрепление мышц спины и подвижности плечевого сустава, укрепление брюшного пресса.	1 1	02.10.2024 07.10.2024	
Занятие 12,13	**Танцевальная азбука. Веселая растяжка.** *Теория:* Упражнения для развития пластичности. Правила выполнения упражнения на напряжение и расслабление мышц тела, а также упражнения, способствующие	1 1	09.10.2024 14.10.2024	

	растягиванию ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок. Разучиваем Grand battement jete на 90* в сторону Разучиваем Grand plie по 1 и 2 позиции. У станка ,лицом в зеркало прыжки (Allegro) Saute по 1 и 2 позиции. *Практика:* вводим в исполнение все новые упражнения и повторяем ранее изученный материал.			
Занятие 14	**Азбука музыкального движения** *Теория:* Понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш-песня-танец *Практика:* Исполнять движения в характере музыки – марша четко, сильно.	1	16.10.2024	
Занятие 15	**Азбука музыкального движения** *Теория :* Обсуждение и введение в теоретический курс музыкальной грамоты. Общее представление о чувстве ритма. Слушание и анализ музыки, определение темпа и характера, понятие такт и за такт, определение танцевального жанра, музыкальная длительность. Три жанра музыки (марш, песня, танец.) *Практика :* Работа над умением ориентироваться в пространстве: а) деление зала по точкам; б) умение держать линию, колонну; в) соблюдение интервалы, строить круг; г) соблюдение интервалов во время движения; д) определение своего места в зале.	1	21.10.2024	
Занятие 16,17	**Танцевальная азбука** Практика: demie plie по I,II позиции. Battement tendu из I позиции в сторону, вперед Releve по VI позиции Battement tendu jete в сторону и вперед через «точку» Demi ronde de jambe Por de bras I Grand battement jete на 90* в сторону Grand plie по I, II Allegro-saute по I, II позиции	1 1	23.10.2024 28.10.2024	
Занятие	**Творческая мастерская.**	2	30.10.2024	

18, 19	Посещение театров, просмотр балетов.		04.11.2024	
Занятие 20	**Хореографические рисунки.** <u>Теория:</u> рассказать какие хореографические рисунки бывают, как они изображаются и какое название носят. <u>Практика:</u> повторить рисунки: «линия», «колонна», «Круг», «круги», «Змейка», «шахматный порядок». Новые рисунки: «Звездочка», «двойной круг», «Клин», «расческа», «Полукруг», колонное шествие.	1	06.11.2024	
Занятие 21,22	**Танцевальная азбука** *<u>Теория:</u>* Русский танец –простейшие движения *<u>Практика:</u>* Положение рук в народном танце Положение ног в народном танце Шаги: простой, переменный, переменный с притопом, «Ковырялочка» «Молоточки» «Гармошка» Притопы Рисунки и работа в парах.	1 1	11.11.2024 13.11.2024	
Занятие 23	**Веселая растяжка** Практика: упражнения на развитие мышц спины, ног, подъема. Растяжка мышц ног для продольных и поперечных шпагатов. Работа над прессом.	1	18.11.2024	
Занятие 24,25	**Танцевальная азбука** Практика: demie plie по I,II позиции. Battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад Releve по VI позиции, по I Battement tendu jete в сторону и вперед через «точку», назад ronde de jambe Por de bras I Grand battement jete на 90* в сторону, вперед, назад Grand plie по I, II Allegro-saute по I, II позиции на середине зала.	1 1	20.11.2024 25.11.2024	
Занятие 26,27,28	**Постановка номеров.** Постановка хореографического этюда для концерта «Посвящение в	1 1 1	27.11. 02.12. 04.12.	

	«СОЛНЫШКО»»			
Занятие 29,30	**Танцевальная азбука. Веселая растяжка.** Практика: demie plie по I,II позиции. Battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад Releve по VI позиции, по I Battement tendu jete в сторону и вперед через «точку», назад ronde de jambe Por de bras I Grand battement jete на 90* в сторону, вперед, назад Grand plie по I, II Allegro-saute по I, II позиции на середине зала. Практика: упражнения на развитие мышц спины, ног, подъема. Растяжка мышц ног для продольных и поперечных шпагатов. Работа над прессом.	1 1	09.12 11.12	
Занятие 31.32	**Репетиция.** Оттачиваем новый поставленный танец.	1 1	16.12 18.12	
Занятия 33	**Репетиция.** Генеральная репетиция всего концерта на сцене.	1	23.12	
Занятие 34	**Концерт «Посвящение в «СОЛНЫШКО»»**	1	25.12	
	<u>II- полугодие.</u>			
Занятие 35	**Партерная гимнастика** Работа над стопами, развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного сустава, развитие мышц бедра, развитие амплитуды шага, развитие гибкости, укрепление мышц спины и подвижности плечевого сустава, укрепление брюшного пресса.	1	13.01.2025	
Занятие 36 37,38,39	**Танцевальная азбука.** Практика: demie plie по I,II позиции. Battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад Releve по VI позиции, по I Battement tendu jete в сторону и вперед через «точку», назад ronde de jambe Por de bras I Grand battement jete на 90* в сторону, вперед, назад Grand plie по I, II Allegro-saute по I, II позиции на середине	2 2	15.01 20.01 22.01 27.01	

	зала. *Теория :* Понятия: баллон, высота прыжка. Правильность исполнения прыжков. *Практика*: Изучение и выполнение маленьких и больших прыжков на середине. Упражнение «Маленькие и большие мячики», прыжковая комбинация «поджатые ноги». *Теория :* Правильность выполнения упражнений по диагонали. *Практика:* Основные ходы по диагонали, силовые прыжки в продвижении: Упражнения: «Телега», «Галоп», «Подскоки» и т.д.			
Занятие 40,41	**Хореографические рисунки. Танцевальные шаги.** *Теория:* Объяснение о движении спиной по линии танца, лицом, боком, в повороте. *Практика:* Выполнять танцевальные движения в зале: лицом и спиной по линии танца, лицом и спиной в центр. Движения вперёд и назад, вправо-влево, в разворотом . Повторяем все изученные рисунки.	1 1	29.01. 03.02	
Занятие 42,43	**Танцевальная азбука.** Повтор изученного материала (урок36 и разучивание комбинаций к контрольному уроку.	2	05.02. 10.02.	
Занятие 44,45	**Постановка номеров.** Постановка хореографического номера для отчетного концерта хореографического ансамбля «Солнышко».	2	12.02 17.02	
Занятие 46,47	**Танцевальная азбука.** Повтор урока 42	2	19.02. 24.02	
Занятие 48	**Творческая мастерская.** *Теория:* Что такое импровизация. *Практика:* Шаги в образе животных, музыкально-танцевальные картинки («В лесу», «В цирке», «Звери и птицы» и др.).	1	26.02	
Занятие 49	**Веселая растяжка.** Практика: упражнения на развитие мышц спины, ног, подъема. Растяжка мышц ног для продольных и поперечных шпагатов. Работа над прессом.	1	03.03	
Занятие 50	**Партерная гимнастика.** Работа над стопами, развитие	1	05.03	

	выворотности и подвижности коленного тазобедренного сустава, развитие мышц бедра, развитие амплитуды шага, развитие гибкости, укрепление мышц спины и подвижности плечевого сустава, укрепление брюшного пресса.			
Занятие 51	**Веселая растяжка.** Практика: упражнения на развитие мышц спины, ног, подъема. Растяжка мышц ног для продольных и поперечных шпагатов. Работа над прессом.	1	10.03	
Занятие 52	**Танцевальная азбука.** Повтор изученного материала (урок 46). Теория и практика. Подготовка к итоговому контрольному занятию.	1	12.03	
Занятие 53	**Репетиция.** Подготовка к отчетным концертам, к итоговому занятию.	1	17.03	
Занятие 54	**Партерная гимнастика.** Упражнения на развитие гибкости позвоночника. *Теория :* Требования к выполнению упражнений. Положение бедер при выполнении упражнений. *Практика:* Упражнение в parterre: «Лодочка», «Маленькое кольцо», «Мостик» (из положения лежа), «Корзинка» (лежа на животе, захватить стопы руками и, подняв вверх, зафиксировать) «Большое кольцо» (назад на коленях), «Горка» (прогнувшись назад), упражнение «Кошечка» (выгибание и изгибы позвоночника (волны и изгибы); приседания с фиксацией прямой спины; «Мини арка» - прогибы в грудном отделе позвоночника, из положения сидя на пятках; «Колечко» - прогибы и изгибы позвоночника.	1	19.03	
Занятие 55	**Партерная гимнастика** Упражнения на дыхание. *Теория* : «верхнее дыхание», «нижнее дыхание». *Практика :* Упражнения в парах на дыхание с подушкой на животе, с ладошкой на животе. Упражнения: «Погаси 10 свечей», «Носик и ротик поучим дышать» для тренировки верхнего и нижнего дыхания. Упражнение «Погудим» для тренировки верхнего дыхания.	1	24.03	
Занятие	**Творческая мастерская.**	1	26.03	

56,57,58	Групповой поход в театр на просмотр балета.	1 1	31.03 02.04	
Занятия 59,60	**Танцевальная азбука.** Практика: demie plie по I,II позиции. Battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад Releve по VI позиции, по I Battement tendu jete в сторону и вперед через «точку», назад ronde de jambe Por de bras I Grand battement jete на 90* в сторону, вперед, назад Grand plie по I, II Allegro-saute по I, II позиции на середине зала.	2	07.04 09.04	
Занятие 61	**Партерная гимнастика.** *Теория :* Правильность выполнения упражнений на растяжку, гибкость и т.д. *Практика :* Упражнение «Мини-замок»: правая рука с помощью левой руки сильно заводится за голову и тянется вниз; упражнение «Замочек»: соединение кистей рук в «замок» за спиной по диагонали (правая рука - сверху, левая - снизу) и оттягивание рук на максимальное расстояние от спины; то же упражнение, но руки соединяются в «замок» обычным способом и, стоя в положении «складочка» (ноги находятся на ширине плеч), выполнить около 10 наклонов вниз, касаясь руками пола. Усиленная растяжка спины, мышц ног.	1	14.04	
Занятие 62	**Репетиция.** Генеральная репетиция отчетного концерта *Теория:* Просцениум (авансцена), планировка сцены. Первый план. Второй план Третий план и дальний план. Просмотр видео	1	16.04	
Занятие 63	**Концертная деятельность.** Годовой отчетный концерт хореографического ансамбля «Солнышко».	1	21.04	
Занятие 64	**Репетиция.** Генеральная репетиция хореографического номера для отчетного концерта ОДОД	1	23.04	
Занятие 65	**Концертная деятельность.** Годовой отчетный концерт ОДОД.	1	28.04	

Занятие 66	**Веселая растяжка.** Подготовка к итоговому контрольному уроку.	1	30.04	
Занятие 67	**Танцевальная азбука.** Практика: demie plie по I,II позиции. Battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад Releve по VI позиции, по I Battement tendu jete в сторону и вперед через «точку», назад ronde de jambe Por de bras I Grand battement jete на 90* в сторону, вперед, назад Grand plie по I, II Allegro-saute по I, II позиции на середине зала. Подготовка к итоговому контрольному уроку.	1	05.05	
Занятие 68	**Партерная гимнастика.** Подготовка к итоговому контрольному уроку.	1	07.05	
Занятие 69	**Веселая растяжка.** Подготовка к итоговому контрольному уроку.	1	12.05	
Занятие 70	**Танцевальная азбука.** Практика: demie plie по I,II позиции. Battement tendu из I позиции в сторону, вперед, назад Releve по VI позиции, по I Battement tendu jete в сторону и вперед через «точку», назад ronde de jambe Por de bras I Grand battement jete на 90* в сторону, вперед, назад Grand plie по I, II Allegro-saute по I, II позиции на середине зала. Подготовка к итоговому контрольному уроку.	1	14.05	
Занятие 71,72	**Контрольное итоговое занятие.** Контрольное занятие в присутствии родителей, на котором подводится итог, приобретенным умениям и навыкам	1 1	19.05 21.05	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Гимназия №587 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
На педагогическом совете
ГБОУ Гимназия № 587
Протокол № 1
от « 28 » августа 2024 года.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ Гимназия №587
С. Е. Кузнецова
Приказ № 421
от « 30 » августа 2024 года.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
2 года обучения

к дополнительной общеразвивающей программе

Хореографический ансамбль
«СОЛНЫШКО»

Возраст учащихся от 7 до 11 лет
Срок освоения 4 года

Разработчик:
Ахметшина Наталья Алексеевна,
Кутузова Каролина Васильевна
педагоги дополнительного образования

Задачи:

Обучающие:

- научить детей управлять движениями рук, головы в разных направлениях и в различных темпах, соединяя с прыжками;
- разучивать новые более сложные движения, соединяя в комбинации;
- учить ориентироваться в танцевальном зале;
- увеличить движения партерного станка и классического экзерсиса.

Развивающие:

- продолжить развитие физических данных детей, их эмоциональности; • развивать творческую инициативу в игровых заданиях;
- развивать критичность и самокритичность.

Воспитательные:

- продолжить воспитание выносливости и вежливости, доброжелательного отношения к товарищам.

Планируемые результаты:

- ***предметные:*** знание базовой терминологии в области классического танца; знание специфики групповых репетиций; знание рисунка изучаемых танцев;

умение воспроизводить полностью рисунок изучаемых танцев; умение «держать точку» при повороте, фиксируя взгляд перед собой; умение правильно выполнять основные элементы детского танца: полька, галоп, подскоки; сформированные музыкально-ритмическая координация, мышечное чувство, осанка, стопа; музыкально-двигательная память; сформированные физические качества (сила, выносливость, гибкость) в соответствии с возрастной нормой.

- ***метапредметные:*** умение принимать учебную задачу в исполнительской деятельности; умение оценивать результаты своей работы по заданному алгоритму; умение задавать вопросы по существу исполнительской деятельности; умение контролировать свои действия в межличностном взаимодействии, в коллективной танцевальной и концертной деятельности;

умение оценивать результаты индивидуальной и групповой работы по заданному алгоритму.

- ***личностные:*** устойчивая мотивация к занятиям хореографией; развитые качества личности (уважительное отношение к членам детского коллектива, дисциплинированность, ответственность, дружелюбие); волевая саморегуляция в танцевальной деятельности; познавательный интерес к изучению хореографической культуры; способность к самоорганизации в учебной, репетиционной и концертной

деятельности; развитые качества личности (уважительное отношение к членам детского коллектива, дисциплинированность, ответственность, дружелюбие);

•

Раздел/ № занятия	Тема занятия, содержание	Кол-во часов	Планируемые даты	Фактические даты
Занятие 1	**Вводное занятие** *Теория:* Знакомство и организация занятий. Введение в образовательную программу. Понятие слова «Хореография». Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения на занятиях. Форма для занятий. Техника безопасности и санитарно-гигиенические требования. Правила дорожного движения.	1	03.09.24	
Занятие 2	**Азбука музыкального движения.** *Теория:* Понятия музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно. *Практика:* Творческое задание, послушать музыку и хореографически воспроизвести характер музыки.	1	05.09.24	
Занятие 3	**Хореографические рисунки.** Теория: вспоминаем изученные ранее рисунки. Практика: воспроизвести рисунки: «линия», «колонна», движение в колонне, «Круг», двойные круги, «круги», «Змейка», «шахматный порядок», «звездочки», «клин», «расческа», полукруг.	1	10.09.	
Занятие 4,5	**Танцевальная азбука. Растяжка.** *Теория:* Вспоминаем положение головы, корпуса, рук и ног. *Практика:* Разучивание поклон с руками. Вспоминаем позиции рук: подготовительная, I, II ,III, alenge. Por de bras 1 на середине зала, с головой. Вспоминаем положение ног: I, II, III, VI. Разучиваем у станка положение ног:IV , V позиции. demie plie и grand plie по I,II позиции. Battement tendu из 1 позиции во все	1 1	12.09 17.09	

	стороны Battement tendu jette по 1 позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb releve по VI позиции , учим по 1 позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Allegro-saute по I, II позиции. Растяжка в партере. Растягиваем подъем, подколенные мышцы, паховые мышцы, прямую мышцу бедра, заднюю мышцу и комплекс упражнений на большую поясничную мышцу для укрепления спины.			
Занятие 6,7	**Танцевальная азбука** *Теория:* Вспоминаем название и исполнение народных движений. *Практика:* Положение рук в народном танце- за спиной, на поясе, в сторону, за жилетку, кулачки. Шаги: простой, переменный, переменный с притопом, «Ковырялочка» «Молоточки» «Гармошка» Притопы Учим: «моталочка», «веревочка», «припадание»	2	19.09 24.09	
Занятие 8,9	**Танцевальная азбука, растяжка.** Por de bras 1 на середине зала, с головой. Разучиваем у станка положение ног:IV , V позиции. demie plie и grand plie по I,II позиции. Battement tendu из 1 позиции во все стороны Battement tendu jette по 1 позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb releve по VI позиции , учим по 1 позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Allegro-saute по I, II позиции. Растяжка в партере. Растягиваем подъем, подколенные мышцы, паховые мышцы, прямую мышцу бедра, заднюю мышцу и комплекс упражнений на большую поясничную мышцу для укрепления спины.	1 1	26.09 01.10	

	Упражнения на растяжку Выполнять упражнения на развитие подвижности суставов: вращения в суставах (стопа, колено, бедро). Укрепление и развитие мышц ног: работа стопы (пятка, носок, плоская стопа).			
Занятие 10,11	**Партерная гимнастика** Работа над стопами, развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного сустава, развитие мышц бедра, развитие амплитуды шага, развитие гибкости, укрепление мышц спины и подвижности плечевого сустава, укрепление брюшного пресса.	1 1	03.10 08.10	
Занятие 12,13	**Танцевальная азбука, растяжка.** Por de bras 1 на середине зала, с головой. Разучиваем у станка положение ног:IV , V позиции. Начинаем учить комбинации у станка, за одну руку, вторая рука на поясе. Все упражнения с правой и левой ноги. Учим препрасьен у станка. demie plie и grand plie по I,II позиции. Battement tendu из 1 позиции во все стороны Battement tendu jette по 1 позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb releve по VI позиции , учим по 1 позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Allegro-saute по I, II позиции. Растяжка в партере. Растягиваем подъем, подколенные мышцы, паховые мышцы, прямую мышцу бедра, заднюю мышцу и комплекс упражнений на большую поясничную мышцу для укрепления спины.	1 1	10.10 15.10	
Занятие 14	**<u>Азбука музыкального движения</u>** <u>*Теория:*</u> Разбираем музыкальный материал по характеру исполнения, по хореографическим направлениям, по стилистике, по ритму. <u>*Практика:*</u> __Исполнять движения в характере музыки .	1	17.10	
Занятие 15	**<u>Азбука музыкального движения</u>** <u>*Теория :*</u> Обсуждение и введение в теоретический курс музыкальной грамоты. Общее представление о чувстве ритма. Слушание и анализ	1	22.10	

	музыки, определение темпа и характера, понятие такт и за такт, определение танцевального жанра, музыкальная длительность. *Практика :* Работа над умением ориентироваться в пространстве: а) деление зала по точкам; б) умение держать линию, колонну; в) соблюдение интервалы, строить круг; г) соблюдение интервалов во время движения; д) определение своего места в зале.			
Занятие 16,17	**Танцевальная азбука** Por de bras 1 на середине зала, с головой. Начинаем учить комбинации у станка, за одну руку, вторая рука на поясе. Все упражнения с правой и левой ноги. Учим препрасьен у станка. demie plie и grand plie по I,II позиции. Battement tendu из 1 позиции во все стороны Battement tendu jette по 1 позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb releve по VI позиции , учим по 1 позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Allegro-saute по I, II позиции.	1 1	24.10 29.10	
Занятие 18, 19	**Хореографические экскурсии.** Посещение Особняка Матильды Кшесинской.	2	31.10 05.11	
Занятие 20	**Хореографические рисунки.** Теория: рассказать какие хореографические рисунки бывают, как они изображаются и какое название носят. Практика: Нарисовать на листе и показать рисунки: «линия», «колонна», «Круг», «круги», «Змейка», «шахматный порядок». Новые рисунки: «Звездочка», «двойной круг», «Клин», «расческа», «Полукруг», колонное шествие. Творческое задание: разбить группу по 4 человека и составить хореографические рисунки под заданную музыку.	1	07.11.2024	

Занятие 21,22	**Танцевальная азбука** *Теория:* Вспоминаем название и исполнение народных движений. *Практика:* Положение рук в народном танце- за спиной, на поясе, в сторону, за жилетку, кулачки. Шаги: простой, переменный, переменный с притопом, «Ковырялочка» «Молоточки» «Гармошка» Притопы «моталочка», «веревочка», «припадание»	1 1	12.11. 14.11.	
Занятие 23	**Растяжка** Практика: упражнения на развитие мышц спины, ног, подъема. Растяжка мышц ног для продольных и поперечных шпагатов. Работа над прессом.	1	19.11	
Занятие 24,25	**Танцевальная азбука** Por de bras 1 на середине зала, с головой. demie plie и grand plie по I,II позиции. Battement tendu из 1 позиции во все стороны Battement tendu jette по 1 позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb releve по VI позиции , учим по 1 позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Учим SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). Allegro-saute по I, II позиции.	1 1	21.11. 26.11.	
Занятие 26,27,28	**Постановка номеров.** Постановка хореографического этюда для концерта «Посвящение в «СОЛНЫШКО»»	1 1 1	28.11. 03.12. 05.12.	
Занятие 29,30	**Танцевальная азбука.** Por de bras 1 на середине зала, с головой. demie plie и grand plie по I,II позиции. Battement tendu из 1 позиции во все стороны Battement tendu jette по 1 позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb releve по VI позиции , учим по 1 позиции	1 1	10.12 12.12	

	Grand battement gete на 90* во все стороны Учим SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). Allegro-saute по I, II позиции, учим по V			
Занятие 31.32	**Репетиция.** Оттачиваем новый поставленный танец.	1 1	17.12 19.12	
Занятия 33	**Репетиция.** Генеральная репетиция всего концерта на сцене.	1	24.12.	
Занятие 34	**Концерт**	1	26.12	
	II- полугодие.			
Занятие 35	**Партерная гимнастика** Работа над стопами, развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного сустава, развитие мышц бедра, развитие амплитуды шага, развитие гибкости, укрепление мышц спины и подвижности плечевого сустава, укрепление брюшного пресса.	1	14.01.2025	
Занятие 36 37,38,39	**Танцевальная азбука.** Por de bras 1 на середине зала, с головой. demie plie и grand plie по I,II, Vпозиции. Battement tendu из V позиции во все стороны Battement tendu jette по V позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb releve по VI позиции , I II Grand battement gete на 90* во все стороны Учим SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). Allegro-saute по I, II V позиции. Теория: подготовка к вращениям, вспоминаем «точки» зала, учим понятие «точка», держать «точку». Практика: начинаем с полуповорота с точкой, полный поворот с точкой, движение «Юла», поворот на 180* с точкой, после с руками, после поворот на 4 счета. Все на месте, лицом в зеркало, ноги по 6 позиции, руки по 2 позиции.	2 2	16.01 21.01 23.01 28.01	
Занятие 40,41	**Растяжка.** Комплекс упражнений для укрепления мышц спины. Следим, чтоб поясница не прогибалась, и не задерживалось дыхание. В	1 1	30.01 04.02	

	положении сидя, следим за спиной, руки на пояс, во вторую позицию. «складочка» Деми ронд обеими ногами Гранд батман «часики» Удержание ног на 90* , следим за коленями и стопами. В положении лежа на животе, подъем корпуса, без помощи рук и ног. Задержка корпуса в положении «лодочка».			
Занятие 42,43	**Танцевальная азбука.** Por de bras 1 на середине зала, с головой. demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны Battement tendu jette по V позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb releve Grand battement gete на 90* во все стороны Учим SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). Allegro-saute по I, II V позиции. <u>Теория: подготовка к вращениям, вспоминаем «точки» зала, учим понятие «точка», держать «точку».</u> <u>Практика:</u> начинаем с полуповорота с точкой, полный поворот с точкой, движение «Юла», поворот на 180* с точкой, после с руками, после поворот на 4 счета. Все на месте, лицом в зеркало, ноги по 6 позиции, руки по 2 позиции.	2	06.02 11.02	
Занятие 44,45	**Постановка номеров.** Постановка хореографического номера для отчетного концерта хореографического ансамбля «Солнышко».	2	11.02 13.02	
Занятие 46,47	**Танцевальная азбука.** Повтор урока 42	2	18.02 20.02	
Занятие 48	**Растяжка.** Комплекс упражнений для укрепления мышц спины. Следим, чтоб поясница не прогибалась, и не задерживалось дыхание. В положении сидя, следим за спиной, руки на пояс, во вторую позицию. «складочка»	1	25.02	

	Деми ронд обеими ногами Гранд батман «часики» Удержание ног на 90* , следим за коленями и стопами. В положении лежа на животе, подъем корпуса, без помощи рук и ног. Задержка корпуса в положении «лодочка».			
Занятие 49	**Растяжка.** Практика: упражнения на развитие мышц спины, ног, подъема. Растяжка мышц ног для продольных и поперечных шпагатов. Работа над прессом.	1	27.02	
Занятие 50	**Партерная гимнастика.** Работа над стопами, развитие выворотности и подвижности коленного тазобедренного сустава, развитие мышц бедра, развитие амплитуды шага, развитие гибкости, укрепление мышц спины и подвижности плечевого сустава, укрепление брюшного пресса.	1	04.03	
Занятие 51	**Растяжка.** Практика: упражнения на развитие мышц спины, ног, подъема. Растяжка мышц ног для продольных и поперечных шпагатов. Работа над прессом.	1	06.03	
Занятие 52	**Танцевальная азбука.** Повтор изученного материала (урок 46). Учим: battement frappe- исполняем в сторону, вперед и назад, в начале изучаем носком в пол и с 1 позиции. Allegro-saute по I, II V позиции. Учим: changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног Учим:echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 Теория и практика. Подготовка к итоговому контрольному занятию.	1	11.03	
Занятие 53	**Репетиция.** Подготовка к отчетным концертам, к итоговому занятию.	1	13.03	
Занятие 54	**Партерная гимнастика.** Упражнения на развитие гибкости позвоночника. *Теория :* Требования к выполнению упражнений. Положение бедер при выполнении упражнений. *Практика:* Упражнение в parterre: «Лодочка», «Маленькое кольцо»,	1	18.03	

	«Мостик» (из положения лежа), «Корзинка» (лежа на животе, захватить стопы руками и, подняв вверх, зафиксировать) «Большое кольцо» (назад на коленях), «Горка» (прогнувшись назад), упражнение «Кошечка» (выгибание и изгибы позвоночника (волны и изгибы); приседания с фиксацией прямой спины; «Мини арка» - прогибы в грудном отделе позвоночника, из положения сидя на пятках; «Колечко» - прогибы и изгибы позвоночника.			
Занятие 55	**Партерная гимнастика** Упражнения на дыхание. *Теория* : «верхнее дыхание», «нижнее дыхание». *Практика :* Упражнения в парах на дыхание с подушкой на животе, с ладошкой на животе. Упражнения: «Погаси 10 свечей», «Носик и ротик поучим дышать» для тренировки верхнего и нижнего дыхания. Упражнение «Погудим» для тренировки верхнего дыхания.	1	20.03	
Занятие 56,57,58	**Творческая мастерская.** Групповой поход в театр на просмотр балета.	1 1 1	25.03 27.03 31.03	
Занятия 59,60	**Танцевальная азбука.** Por de bras 1 на середине зала, с головой. demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны Battement tendu jette по V позиции во все стороны с точкой Ronde de jamb en dehors en dedans releve по I II Vпозиции Grand battement gete на 90* во все стороны Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). Учим: battement frappe- исполняем в сторону, вперед и назад, в начале изучаем носком в пол и с 1 позиции. Allegro-saute по I, II V позиции. Учим: changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног Учим:echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую Теория: подготовка к вращениям,	2	01.04 03.04	

	вспоминаем «точки» зала, учим понятие «точка», держать «точку». Практика: начинаем с полуповорота с точкой, полный поворот с точкой, движение «Юла», поворот на 180* с точкой, после с руками, после поворот на 4 счета. Все на месте, лицом в зеркало, ноги по 6 позиции, руки по 2 позиции			
Занятие 61	**Партерная гимнастика.** *Теория :* Правильность выполнения упражнений на растяжку, гибкость и т.д. *Практика :* Упражнение «Мини-замок»: правая рука с помощью левой руки сильно заводится за голову и тянется вниз; упражнение «Замочек»: соединение кистей рук в «замок» за спиной по диагонали (правая рука - сверху, левая - снизу) и оттягивание рук на максимальное расстояние от спины; то же упражнение, но руки соединяются в «замок» обычным способом и, стоя в положении «складочка» (ноги находятся на ширине плеч), выполнить около 10 наклонов вниз, касаясь руками пола. Усиленная растяжка спины, мышц ног.	1	08.04	
Занятие 62	**Репетиция.** Генеральная репетиция отчетного концерта	1	10.04	
Занятие 63	**Концертная деятельность.** Годовой отчетный концерт хореографического ансамбля «Солнышко».	1	15.04	
Занятие 64	**Репетиция.** Генеральная репетиция хореографического номера для отчетного концерта ОДОД	1	17.04	
Занятие 65	**Концертная деятельность.** Годовой отчетный концерт ОДОД.	1	22.04	
Занятие 66,67	**Танцевальная азбука.** Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой. demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны Battement tendu jette по V позиции во все стороны Ronde de jamb en dehors en dedans releve по I II Vпозиции Grand battement gete на 90* во все стороны Повтор: SUR LE COU-DE-PIED	2	24.04 29.04	

	(спереди, сзади и условное). Учим: battement frappe- исполняем в сторону, вперед и назад, в начале изучаем носком в пол и с 1 позиции. Allegro-saute по I, II V позиции. Учим: changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног Учим:echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую <u>Подготовка к итоговому контрольному уроку.</u>			
Занятие 68	**Партерная гимнастика.** <u>Подготовка к итоговому контрольному уроку.</u>	1	06.05	
Занятие 69,70	**Танцевальная азбука.** Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой. demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны Battement tendu jette по V позиции во все стороны Ronde de jamb en dehors en dedans releve по I II Vпозиции Grand battement gete на 90* во все стороны Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из 5 позиции во все стороны Allegro- saute по I, II V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую <u>Подготовка к итоговому контрольному уроку.</u>	2	08.05 13.05	
Занятие 71,72	**Контрольное итоговое занятие.** Контрольное занятие в присутствии родителей, на котором подводится итог, приобретенным умениям и навыкам	1 1	15.05 22.05	

Государственное бюджетное образовательное учреждение
Гимназия №587 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
на Педагогическом совете
ГБОУ Гимназия №587
Фрунзенского района
протокол №1
от 28 августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор ГБОУ Гимназия №587
Фрунзенского района
_____С. Е. Кузнецова
Приказ № 421 от 30 августа 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
3 года обучения

к дополнительной общеразвивающей программе

Хореографический ансамбль
«СОЛНЫШКО»

Возраст учащихся от 7 до 11 лет
Срок освоения 4 года

Разработчик:
Ахметшина Наталья Алексеевна,

Кутузова Каролина Васильевна
педагоги дополнительного образования

Задачи

Обучающие задачи:

- создавать танцевальные произведения с выходом на сцену;
- повторять знания, полученные в предыдущих группах.

Развивающие задачи:

• научить детей правильно держаться на сцене, ориентироваться в ее пространстве;

• научить держать рисунок танца, равняться с партнерами по танцам;

- научить обращаться с реквизитом.

Воспитательные задачи:

- воспитывать чувство ответственности каждого ребенка за успех общего дела;
- воспитывать бережное отношение к сценическому костюму и реквизиту;
- воспитывать организованность во время репетиций и концертных выступлений.

Планируемые результаты

- предметные: умение работать в паре с партнером, в группе, коллективе; умение солировать в танце; знание и качественное исполнение изученных танцевальных композиций; знание правил исполнения движений классического танца; владение исполнительским аппаратом (телом) в рамках требований программы; умение музыкально и выразительно исполнять движения и танцевальные композиции; умение передавать характер танца, создавать образ и распределять сценическое пространство; знание правил исполнения основных движений на середине зала и элементов классического танца.

- метапредметные: дифференцированное оценивание результатов своей работы по заданным параметрам; умение задавать вопросы по существу; умение вносить коррективы в свои действия на основе их оценки и с учетом сделанных ошибок под руководством педагога; умение использовать речь для регуляции своих действий; умение формулировать собственное мнение о результатах работы; умение взаимодействовать в танцевальной деятельности с партнером, в группе, коллективе; умение анализировать характер, рисунок, схему, сюжет танца по заданному алгоритму.

- личностные: мотивация достижений в исполнительской деятельности; дифференцированное оценивание своих способностей, результатов деятельности с помощью педагога; понимание причин успешности (не успешности) собственной творческой деятельности; личностный смысл в освоении хореографических умений.

Раздел/ № занятия	Тема занятия, содержание	Кол-во часов	Планируемые даты	Дистанционное
Занятие 1	*Тема:* **Инструктаж по технике безопасности.** *Теория* : Ознакомление с правилами коллектива. Инструктаж по технике безопасности и по правилам поведения на занятиях в танцевальном зале, а также инструктаж по охране труда, ПДД, ППБ. Просмотр видео отчетного концерта, разбираем ошибки и разбираем новый учебный материал на год. .	2	02.09.2024	
Занятие 2, 3	**Партерная гимнастика.** Тема: : **Упражнения на дыхание.** *Теория :* Правильное дыхание. Его организация. *Практика:* Упражнения на расслабление (relax) в parterre. Упражнения дыхательной гимнастики. Упражнение «Цветок лотоса» на расслабление (relax) в parterre. *Тема*: **Упражнения на формирования усиленной растяжки**. *Теория*: Понятия: «йога», «детская йога», «стретчинг». Правила выполнения упражнений на растягивание мышц. *Практика*: Выполнение растяжек в партере: йога-растяжка (элементы детской йоги), упражнения стретчинг - характера, направленные на развитие усиленной растяжки. Растяжка «Перевертыш» у стенки по I позиции выворотно. Упражнение «Страус на подъемах» (выполняется в parterre, с подниманием ноги вверх, на растяжку мышц задней поверхности бедра). Упражнение «Собака мордой вверх на подъемах», «Собака	4	05.09.2024 09.09.2024	

	мордой вниз на подъемах» . Упражнение «Столик». Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника.			
Занятие 4,5,6	**Азбука классического танца.** Разучиваем поклон. Разучиваем IV ПОЗИЦИЮ , постепенно вводим ее в движения у станка. Por de bras 1 на середине зала, с головой. demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны Battement tendu jette по V позиции во все стороны Ronde de jamb en dehors en dedans releve по I II Vпозиции Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из 5 позиции во все стороны Grand battement gete на 90* во все стороны Allegro- saute по I, II V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую Повтор изученного материала.	6	12.09 16.09 19.09	
Занятие 7	**Импровизация.** Развитие внимания, чувства партнера, чувства пространства, памяти, воображения эмоциональной памяти. *Теория* :Понятие «Одушевление предметов». Художественная выразительность. *Практика* : Упражнения на работу в пространстве. Упражнение на групповое взаимодействие «Стоп кадр». Упражнение на развитие	2	23.09	

	сценического внимания (движения руками, хлопки, перемещения из стороны в сторону, вперед и назад и т.п.). Упражнение на развитие творческой свободы (все пространство вокруг - это большой холст. Упражнения на включение различных уровней пространства: лежа на полу, сидя на коленях, сидя на корточках, поднимаясь на полупальцы и т.д.			
Занятие 8	**Азбука народного танца. Танцевальная культура народов** *Теория:* Знакомство с танцевальными культурами разных народов, с их обычаями, обрядами, костюмами, предметами быта. Видео-просмотр «Гос. анс. Игоря Моисеева» *Практика:* Вспоминаем шаги-простые, переменные, с притопами. Движения: ковырялочка, молоточки, гармошка, притопы, моталочка, веревочка, припадание. Исполняем перестроение в рисунки: линия, колонна, движение в колонне, два круга, двойной круг, большой круг, звездочка, змейка, полукруг, клин, две колоны и расческа.	2	26.09	
Занятие 9	**Репетиция.** Вспоминаем изученные хореографические номера.	2	30.09	
Занятие 10,11,12,13	**Азбука классического танца.** Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой. releve по I II Vпозиции demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны Battement tendu jette по V позиции во все стороны Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED	2 2 2 2	03.10 07.10 10.10 14.10	

	(спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Учим :Battement fondu в пол вперед, в сторону, назад. Учим: Releve lent поднимания ноги, медленно на 45* из I позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Allegro- saute по I, II V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую			
Занятие 14	**Азбука народного танца. Этюды и комбинации, развивающие навыки парного и ансамблевого танца** *Практика:* Совершенствование ранее изученных элементов народного танца («Веревочка», «Моталочка», «Гармошка», «Сценический бег», «Повороты»); Дробные ходы – а) с двойным ударом стопы; б) с ударом каблука и полупальцев; в) с поскоком; г) с продвижением вперед и в сторону	2	17.10	
Занятие 15	**Репетиции.** **Соединение движений в танцевальные композиции.** *Практика (4ч):* Изучение рисунка постановки. Выстраивание танцевальных композиций, построенных на изученных танцевальных движениях, в законченную форму-танец.	2	21.10	
Занятие 16,17.	**Импровизация.** *Теория*: Повторение понятий «импровизация» и «актерское мастерство». *Практика* : Отработка умений выразить в импровизации свое	2 2	24.10 28.10	

	образное представление в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий (например: кузнец, вышивальщица, водитель, художник), явлений природы и неодушевленных предметов. Задание: выбрать музыку и поставить маленькую хореографическую миниатюру на заданную тему.			
Занятия 18,19,20.	**Хореографическая экскурсия.** Поход на балет в театр.	2 2 2	31.10 04.11 07.11	
Занятие 19	**Растяжка.** *Тема:* Упражнения на дыхание. *Практика* : Повторение и закрепление пройденного материала 1-го, 2-го и 3-го годов обучения. *Тема:* Упражнения на развитие гибкости и пластичности. *Практика* Повторение и закрепление пройденного материала 1-го, 2-го и 3-го годов обучения.	2	11.11.	
Занятие 20,21,22	**Азбука классического танца.** *Теория* : Объяснение правильности исполнения упражнений. Понятие «croisee», «efface», «ecarte». *Практика* : Battements tendus с demi-plie в V позиции в сторону, вперед, назад, а также с pour le pled в сторону (с опусканием пятки во II позиции). Повтор всех изученных упражнений.	2 2 2	14.11 18.11 21.11	
Занятие 23,24,25	**Азбука народного танца. «Русский плясовой танец»** *Теория:* Знакомство с названиями и правила исполнения русского плясового танца. Практика: Проучивание ходов, движений и притопов. Хода : ход с соскоком; ход боковой «елочка»; -ход боковой «гармошка»; ход с каблука.	2 2 2	25.11 28.11 02.12	

	Движения: ковырялочка; вращения на месте по 6 позиции ног. Притопы: простой топ (одной ногой); -двойной притоп; тройной притоп.			
Занятия 26,27,28,	**Репетиционно-постановочная работа** Постановка и репетиция номера на концерт «Посвящение в «Солнышко»».	2 2 2	05.12 09.12 12.12	
Занятие 29	**Азбука классического танца.** Повтор урока №20.	2	16.12	
Занятие 30	**Импровизация.** *Тема*: Развитие внимания, чувства партнера, чувства пространства, памяти, воображения эмоциональной памяти *Теория*: Понятие «пространство». *Практика*: Все упражнения взаимопроникают друг в друга и весьма вариативны. Упражнения на развитие внимания: "Поймать хлопок", "ловим бабочку", "Следим за мухой", упражнения с мячиками, упражнения со стульями, упражнения с завязанными глазами и д.р.; Упражнения на развитие чувства партнёра: "Зеркало".	2	19.12	
Занятия 31	**Партерная гимнастика.** Нагрузка на мышцы спины. Силовые упражнения на мышцы ног, разработка подъема стоп, нагрузка на мышцы рук. Силовые упражнения выполняться в партере , для разгрузки позвоночника.	2	23.12	
Занятие 33	**Концертная деятельность**. Концерт	2	26.12	
Занятие 34	**Азбука классического танца.** Повтор изученного материала. Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой.	2	13.01.2025	

	Croisee effase ecarte releve по I II Vпозиции demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Учим :Battement fondu в пол вперед, в сторону, назад. Учим: Releve lent поднимания ноги, медленно на 45* из I позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Allegro- saute по I, II V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую			
Занятие 35	**Азбука народного танца.** Разучивание комбинация с элементами народного танца на середине зала, с дробями и крутками.	2	16.01.2025	
Занятие 36	**Растяжка** Развитие гибкости и пластичности *Тема*: Упражнения на формирования усиленной растяжки. *Теория*: Понятия: «йога», «детская йога», «стретчинг». Правила выполнения упражнений на растягивание мышц. *Практика* : Выполнение растяжек в партере: йога-растяжка (элементы детской йоги), упражнения стретчинг - характера, направленные на развитие усиленной растяжки. Растяжка «Перевертыш» у	2	16.01.2024	

	стенки по I позиции выворотно. Упражнение «Страус на подъемах» (выполняется в parterre, с подниманием ноги вверх, на растяжку мышц задней поверхности бедра). Упражнение «Собака мордой вверх на подъемах», «Собака мордой вниз на подъемах» (Приложение 3). Упражнение «Столик». Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника.			
Занятие 37	**Азбука народного танца. «Русский танец»** *Теория:* Жанры русского танца. Пляски различных областей России. *Практика:* «Веревочки»: с двойным ударом полупальцами; с притопом. Комбинации на пройденном материале	2	20.01.	
Занятие 38	**Азбука народного танца.** *Тема:* «Русский танец», продолжение работы *Теория:* Жанры русского танца Разнообразие кадрилей в различных местностях и областях России. *Практика:* «Ключи»: сложный; с переступанием; в повороте. Вращения на беге.	2	23.01	
Занятие 39	**Репетиция.** Повтор и репетиция поставленных номеров. Акцент на актерское мастерство, эмоции и выразительность исполнения.	2	27.01	
Занятие 40	**Азбука классического танца.** *Тема:* Demi plie на середине зала. *Теория:* Объяснение правильности исполнения упражнений. Понятие «croisee», «efface», «ecarte». *Практика:* Demi plie по I, II, V позиции en face. *Тема:* Battement tendu на середине зала.	2	30.01	

	Теория: Методика исполнения элементов в классическом танце.			
Занятие 41	**Импровизация.** Раскрепощаем тело, хореографическая миниатюра с акцентом на эмоциональную сторону, артистизм, эмоции. Выразительно исполнение сюжетного заданного характера.	2	03.02	
Занятие 42 ,43,44,45	**Азбука классического танца.** Повтор изученного материала. Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой. Croisee effase ecarte Станок, разучиваем комбинации для контрольного урока. releve по I II Vпозиции demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Учим :Battement fondu вперед, в сторону, назад. Учим: Releve lent поднимания ноги, медленно на 45* из V позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2	2 2 2 2	06.02 10.02 13.02 17.02	

	позицию и собиранием из 2 позиции в пятую			
Занятие 46	**Партерная гимнастика** Урок классического танца в партере. Нагрузка на мышцы спины, ног, подъема и пластика рук.	2	20.02	
Занятие 47	**Растяжка.** Разучиваем растяжку у станка.	2	24.02	
Занятие 48	**Партерная гимнастика** Урок классического танца в партере. Нагрузка на мышцы спины, ног, подъема и пластика рук.	2	27.02	
Занятие 49	**Растяжка.** Разучиваем растяжку у станка.	2	03.03.	
Занятие 50,51	**Азбука классического танца.** Повтор изученного материала. Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой. Croisee effase ecarte Станок, разучиваем комбинации для контрольного урока. releve по I II Vпозиции demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Учим :Battement fondu вперед, в сторону, назад. Учим: Releve lent поднимания ноги, медленно на 45* из V позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu В позах croisee efface ecarte Allegro-	2 2	06.03 10.03	

	saute по I, II V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую Диагональ: первые «шаги» к поворотам TOURS CHAINES			
Занятие 52,53,54	**Постановка номеров.** Постановка хореографических номеров для отчетного годового концерта.	2 2 2	13.03 17.03 20.03	
Занятие 55	**Хореографические экскурсии.** Совместный выезд на инновационную площадку «Новая Голландия». Совместная репетиция на свежем воздухе, прогон номеров перед отчетным концертом на открытой сцене.	2	24.03	
Занятие 56,57	**Партерная гимнастика.** Упражнения на развитие мышц спины, ног и рук. Закачиваем спиной корсет.	2 2	27.03 31.03	
Занятие 58	**Репетиция.** Генеральная репетиция перед отчетным концертом «Солнышко»	2	03.04	
Занятие 59	**Концертная деятельность.**	2	07.04	
Занятие60,61	**Азбука классического танца.** Повтор изученного материала. Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой. Croisee effase ecarte Станок, разучиваем комбинации для контрольного урока. releve по I II Vпозиции demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en	2 2	10.04 14.04	

	dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Учим :Battement fondu вперед, в сторону, назад. Учим: Releve lent поднимания ноги, медленно на 45* из V позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую диагональ: TOURS CHAINES			
Занятие 62,63,64,65	**Репетиции.** Репетиции перед концертом к 9 мая.	2 2 2 2	17.04 21.04 24.04 28.04	
Занятие 66	**Концертная деятельность.** Концерт посвященный «Дню Победы».	2	05.05	
Занятие 67	**Концертная деятельность.** Концерт посвященный «Дню Победы». Выездной.	2	08.05	
Занятие 68	**Азбука классического танца.** Подготовка к контрольному уроку.	2	12.05	
Занятие 69	**Азбука народного танца.** Подготовка к контрольному уроку.	2	15.05	
Занятие 70	**Репетиция.** Повтор хореографических номеров перед контрольным уроком.	2	19.05	
Занятие 71,72	**Контрольные и итоговые занятия.** Контроль: азбуки классического и народного танца, проверка знания хореографических номеров. Теория.	2 2	22.05 26.05	

Государственное бюджетное образовательное учреждение
Гимназия №587 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
на Педагогическом совете
ГБОУ Гимназия №587
Фрунзенского района
протокол №1
от 28 августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор ГБОУ Гимназия №587
Фрунзенского района
_____С. Е. Кузнецова
Приказ № 421 от 30 августа 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
4 года обучения
к дополнительной общеразвивающей программе

Хореографический ансамбль
«СОЛНЫШКО»

Возраст учащихся от 7 до 11 лет
Срок освоения 4 года

Разработчик:
Ахметшина Наталья Алексеевна,
Кутузова Каролина Васильевна
педагоги дополнительного образования

Задачи:
Образовательные:
Расширение знаний в области современного хореографического искусства
Выражение собственных ощущений, используя язык хореографии.
Умение понимать язык движений и их красоту.
Воспитательные:
Содействия гармоничному развитию творческой личности ребенка.
Развитие чувства ритма.
Совершенствования нравственно- эстетических, духовных, физических потребностей.
Развивающих:
Развитие гибкости, координации движений.
Развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации.

Планируемые результаты

- предметные*:* умение работать в паре с партнером, в группе, коллективе; умение солировать в танце; знание и качественное исполнение изученных танцевальных композиций; знание правил исполнения движений классического танца; владение исполнительским аппаратом (телом) в рамках требований программы; умение музыкально и выразительно исполнять движения и танцевальные композиции; умение передавать характер танца, создавать образ и распределять сценическое пространство; знание правил исполнения основных движений на середине зала и элементов классического танца.

-метапредметные: дифференцированное оценивание результатов своей работы по заданным параметрам; умение задавать вопросы по существу; умение вносить коррективы в свои действия на основе их оценки и с учетом сделанных ошибок под руководством педагога; умение использовать речь для регуляции своих действий; умение формулировать собственное мнение о результатах работы; умение взаимодействовать в танцевальной деятельности с партнером, в группе, коллективе; умение анализировать характер, рисунок, схему, сюжет танца по заданному алгоритму.

- личностные*:* мотивация достижений в исполнительской деятельности; дифференцированное оценивание своих способностей, результатов деятельности с помощью педагога; понимание причин успешности (не успешности) собственной творческой деятельности; личностный смысл в освоении хореографических умений.

Раздел/ № занятия	Тема занятия, содержание	Кол-во часов	Планируемые даты	Дистанционное
Занятие 1,2	**Концертная деятельность.** Концерт посвященный «День Знаний» **Вводный урок.** *Тема:* **Инструктаж по технике безопасности.** *Теория* : Ознакомление с правилами коллектива. Инструктаж по технике безопасности и по правилам поведения на занятиях в танцевальном зале, а также инструктаж по охране труда, ПДД, ППБ. Просмотр видео отчетного концерта, разбираем ошибки и разбираем новый учебный материал на год.	2 2	02.09.2024 02.09.2024	
Занятие 3,4,5,6	**Азбука классического танца** Por de bras 1 на середине зала, с головой. releve по I II Vпозиции demie plie и grand plie по I,II V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Battement fondu вперед, в сторону, назад. Releve lent поднимания ноги, медленно на 45* из V позиции Grand battement gete на 90* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II V позиции.	2 2 2 2	03.09.2024 10.09. 17.09 24.09	

	changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую диагональ: TOURS CHAINES			
Занятие 7,8,9,10	**Азбука народного танца.** Вспоминаем шаги: простые, переменные, с притопом, легкий бег по кругу и в рисунках, приставные шаги На середине зала: ковырялочка, моталочка, гармошка, припадания по кругу и в рисунках. Притопы: простын и сложные. Все рисунки ранее изученные: круги, звездочки, змейки, клин, расческа и т.д.	2 2 2 2	04.09.2024 11.09 18.09 25.09	
Занятие 11,	**Репетиция.** Повтор ранее изученных хореографических номеров.	2	22.10	
Занятие 12,13,14,15	**Концертная деятельность.** Выездной концерт	2 2 2 2	04.10 18.10 23.10 25.10	
Занятие 16,17,18,19	**Азбука классического танца.** Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой. Изучаем 2 Por de bras releve по I II IV Vпозиции demie plie и grand plie по I,II IV V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Battement fondu вперед, в сторону, назад. Releve lent поднимания ноги, медленно на 90* из V позиции	8	01.10 08.10 15.10 29.10 05.11 12.11 19.11 26.11	

	Grand battement gete на 180* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II IV V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую разучиваем: GLISSADE-маленький прыжок с продвижением вслед за вытянутым носком ноги, скользящим по полу. диагональ: TOURS CHAINES разучиваем новые комбинации у станка и на середине зала, добавляем силовую диагональ и прыжковую часть			
Занятие 23	**Импровизация.** Развитие внимания, чувства партнера, чувства пространства, памяти, воображения эмоциональной памяти. *Теория* :Понятие «Одушевление предметов». Художественная выразительность. *Практика* : Упражнения на работу в пространстве. Упражнение на групповое взаимодействие. Упражнение на развитие сценического внимания. Упражнение на развитие творческой свободы. Упражнения на включение различных уровней пространства.	2	06.09.2024	
Занятие 20,21,22	**Азбука народного танца.** Повтор комбинаций в русском народном стиле. Вспоминаем шаги: простые, переменные, с притопом,	2 2 2	02.10 09.10 16.10	

	легкий бег по кругу и в рисунках, приставные шаги На середине зала: ковырялочка, моталочка, гармошка, припадания по кругу и в рисунках. Притопы: простын и сложные. Все рисунки ранее изученные: круги, звездочки, змейки, клин, расческа и т.д.			
Занятие 24,25 Занятие 26 Занятие 27 Занятие 28,29,30,31	**Репетиция.** Вспоминаем изученные хореографические номера. **Концертная деятельность.** Концерт **Партерная гимнастика.** **Хореографические экскурсии.** Поход в театр на балет.	2,2 2 2 8	13.09 20.09 27.09 11.10 30.11 01.11	
Занятие 32,33,34,35	**Азбука классического танца.** **Азбука классического танца.** Повтор изученного материала. Поклон Por de bras 1 на середине зала, с головой. Изучаем 2 Por de bras Станок, разучиваем комбинации для контрольного урока. releve по I II IV Vпозиции demie plie и grand plie по I,II IV V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Battement fondu вперед, в сторону, назад.	2 2 2 2	03.12 10.12 17.12 24.12	

	Releve lent поднимания ноги, медленно на 90* из V позиции Grand battement gete на 180* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II IV V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую разучиваем: GLISSADE-маленький прыжок с продвижением вслед за вытянутым носком ноги, скользящим по полу. диагональ: TOURS CHAINES			
Занятие 36,37,38	**Азбука народного танца. Этюды и комбинации, развивающие навыки парного и ансамблевого танца** Дроби: простые, сложные, двойные и тройные «трехлистник», сложный ключ. Вращения по 6 позиции на месте, «поджатые» на месте-«блинчик», «голубцы». Разучивание прыжков и вращений в народном стиле.	2 2 2	06.11 13.11 20.11	
Занятие 39,40,41	**Репетиции.** Постановка новых хореографических номеров для концертов «Посвящения в «Солнышко»» и «Новогодние сказки»	2 2 2	08.11 15.11 22.11	
Занятие 42	**Импровизация.** *Теория*: Повторение понятий «импровизация» и «актерское мастерство». *Практика* : Отработка умений выразить в импровизации свое образное представление в движениях Задание: выбрать музыку и	2	27.11	

	поставить маленькую хореографическую миниатюру на заданную тему.			
Занятия 43	**Партерная гимнастика** Развитие гибкости и пластичности *Тема*: Упражнения на формирования усиленной растяжки. *Теория*: Понятия: «йога», «стретчинг». Правила выполнения упражнений на растягивание мышц. *Практика* : Выполнение растяжек в партере: йога-растяжка (элементы детской йоги), упражнения стретчинг - характера, направленные на развитие усиленной растяжки. Растяжка «Перевертыш» у стенки по I позиции выворотно. Упражнение «Страус на подъемах» (выполняется в parterre, с подниманием ноги вверх, на растяжку мышц задней поверхности бедра). Упражнение «Собака мордой вверх на подъемах», «Собака мордой вниз на подъемах» . Упражнение «Столик». Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника.	2	29.11	
Занятие 44,45,45	**Азбука классического танца.** Por de bras 1,2 на середине зала, с головой. Изучаем 3 Por de bras releve по I II IV Vпозиции demie plie и grand plie по I,II IV V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное).	2 2 2	14.01.2025 21.01.2025 28.01.2025	

	battement frappe- из V позиции во все стороны Battement fondu вперед, в сторону, назад. Releve lent поднимания ноги, медленно на 90* из V позиции Grand battement gete на 180* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu Bat Jette Grand bat. В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II IV V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую GLISSADE- маленький прыжок с продвижением вслед за вытянутым носком ноги, скользящим по полу. Разучиваем ASSEMBLE – прыжок с одной ноги на две, выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе в 5 позицию. диагональ: TOURS CHAINES			
Занятие 46,47	**Азбука народного танца.** Закрепляем дроби и вращения. Вводим новые упражнения в народные связки на середине зала, разучиваем комбинации для контрольного урока.	2 2	04.12 11.12	
Занятия 48,49,50	**Репетиционно-постановочная работа** Постановка и репетиция номеров.	2 2 2	06.12 13.12	
Занятие 51,52,53,54,55	**Концертная деятельность.** Выступление на елках с хореографическими номерами для начальной гимназии. Концерт Выступление на елках с	2 2 2 2	18.12 20.12 25.12 27.12	

	хореографическими номерами для старшей гимназии.			
Занятие 56	**Импровизация.** *Тема*: Развитие внимания, чувства партнера, чувства пространства, памяти, воображения эмоциональной памяти *Теория*: Понятие «пространство». *Практика*: Все упражнения взаимопроникают друг в друга и весьма вариативны.	2	15.01.2025	
Занятия 57	**Партерная гимнастика.** Нагрузка на мышцы спины. Силовые упражнения на мышцы ног, разработка подъема стоп, нагрузка на мышцы рук. Силовые упражнения выполняться в партере , для разгрузки позвоночника.	2	17.01.2025	
Занятие 58,59,60	**Азбука классического танца.** Por de bras 1,2 на середине зала, с головой. Изучаем 3 Por de bras releve по I II IV Vпозиции demie plie и grand plie по I,II IV V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Battement fondu вперед, в сторону, назад. Releve lent поднимания ноги, медленно на 90* из V позиции Grand battement gete на 180* во все стороны Середина зала: Demi plie	2 2 2	04.02 11.02 18.02	

	Bat tendu Bat Jette Grand bat. В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II IV V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую GLISSADE- маленький прыжок с продвижением вслед за вытянутым носком ноги, скользящим по полу. Разучиваем ASSEMBLE – прыжок с одной ноги на две, выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе в 5 позицию. диагональ: TOURS CHAINES			
Занятие 61,62,63	**Азбука народного танца.** Середина зала: народные связки с припаданиями, дробями и вращениями. Прыжки в народном стиле. Диагональ. Связки с дробями-простыми и сложными. Веревочка двойная.	2 2 2	22.01 29.01 05.02	
Занятие 64	**Партерная гимнастика.** Развитие гибкости и пластичности *Тема*: Упражнения на формирования усиленной растяжки. *Теория*: Понятия: «йога,«стретчинг». Правила выполнения упражнений на растягивание мышц. *Практика* : Выполнение растяжек в партере: йога-растяжка (элементы детской йоги), упражнения стретчинг - характера, направленные на развитие усиленной растяжки. Растяжка «Перевертыш» у стенки по I позиции выворотно. Упражнение	2	24.01	

	«Страус на подъемах» (выполняется в parterre, с подниманием ноги вверх, на растяжку мышц задней поверхности бедра). Упражнение «Собака мордой вверх на подъемах», «Собака мордой вниз на подъемах». Упражнение «Столик». Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника.			
Занятие 65,66,67,68	**Постановка и репетиция.** Постановка новых номеров для отчетного концерта «Солнышко» и ОДОД.	2 2 2 2	31.01 07.02 14.02 21.02	
Занятие 69	**Растяжка** Растяжка у станка.	2	12.02	
Занятие 70	**Импровизация** Импровизация в командах. Группа делиться на команды по 4 человека и получает задание и музыкальный фрагмент. У каждой команды свое задание.	2	19.02	
Занятие 71,72,73	**Азбука классического танца.** Por de bras 1,2 ,3на середине зала, с головой. releve по I II IV Vпозиции demie plie и grand plie по I,II IV V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Battement fondu вперед, в сторону, назад. Releve lent поднимания ноги, медленно на 90* из V позиции Grand battement gete на 180* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu	2 2 2	25.02 04.03 11.03	

	Bat Jette Grand bat. В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II IV V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую GLISSADE- маленький прыжок с продвижением вслед за вытянутым носком ноги, скользящим по полу. Разучиваем ASSEMBLE – прыжок с одной ноги на две, выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе в 5 позицию. диагональ: TOURS CHAINES изучаем у станка: double bat frappe , bat developpe			
Занятие 74,75,76	**Азбука народного танца** Разучиваем хлопушки, присядку, дроби. Повтор основных движений народного танца: елочка, гармошка, припадание, ковырялочка без и с подскоком.	2 2 2	26.02 05.03 12.03	
Занятие 77,78,79,80	**Азбука классического танца.** Por de bras 1,2 ,3на середине зала, с головой. releve по I II IV Vпозиции demie plie и grand plie по I,II IV V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны Battement fondu вперед, в	2 2 2 2	08.04 15.04 22.04 29.04	

	сторону, назад. Releve lent поднимания ноги, медленно на 90* из V позиции Grand battement gete на 180* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu Bat Jette Grand bat. В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II IV V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую GLISSADE- маленький прыжок с продвижением вслед за вытянутым носком ноги, скользящим по полу. Разучиваем ASSEMBLE – прыжок с одной ноги на две, выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе в 5 позицию. диагональ: TOURS CHAINES изучаем у станка: double bat frappe , bat developpe			
Занятие 81	**Партерная гимнастика** Урок классического танца в партере. Нагрузка на мышцы спины, ног, подъема и пластика рук.	2	28.02	
Занятие 82	**Растяжка.** Разучиваем растяжку у станка.	2	07.03	
Занятие 83	**Партерная гимнастика** Урок классического танца в партере. Нагрузка на мышцы спины, ног, подъема и пластика рук.	2	14.03	
Занятие 84,85,86	**Импровизация.** Постановка хореографических номеров учениками.	6	18.03 19.03 21.03	
Занятие 87,88,89	**Хореографические экскурсии** Поход на арт площадку «Новая Голландия».	6	25.03 26.03 28.03	

	Генеральная репетиция на свежем воздухе, игры и импровизация.			
Занятие 90	**Репетиция** репетиция перед отчетными концертами.	2	04.04	
Занятие 91	**Растяжка.** Работа над мышцами позвоночника и шейный отдел.	2	11.04	
Занятие 92	**Азбука народного танца.** Разучиваем хлопушки, присядку, дроби. Повтор основных движений народного танца: елочка, гармошка, припадание, ковырялочка без и с подскоком. Дроби: одинарная, двойная, пройная. Подебаск. Обращение с платочком во время танца. Разучиваем новые комбинации на середине зала.	2	02.04	
Занятие 93	**Репетиция.** Генеральная репетиция перед отчетным концертом.	2	09.04	
Занятие 94,95	**Концертная деятельность.** Отчетный концерт «Солнышко» Отчетный концерт ОДОД	2 2	23.04 25.04	
Занятие 96,97	**Азбука классического танца.** Por de bras 1,2 ,3на середине зала, с головой. releve по I II IV Vпозиции demie plie и grand plie по I,II IV V позиции. Battement tendu из V позиции во все стороны с pour le pied Battement tendu jette по V позиции во все стороны , pike в сочетании Ronde de jamb en dehors en dedans Повтор: SUR LE COU-DE-PIED (спереди, сзади и условное). battement frappe- из V позиции во все стороны с : double bat frappe	2 2	16.04 18.04	

	Battement fondu вперед, в сторону, назад. Releve lent поднимания ноги, медленно на 90* из V позиции bat developpe во все стороны на 90* Grand battement gete на 180* во все стороны Середина зала: Demi plie Bat tendu Bat Jette Grand bat. В позах croisee efface ecarte Allegro- saute по I, II IV V позиции. changement de pieds прыжок из 5 в 5 позицию, со сменой ног echappe прыжок с раскрыванием ног во 2 позицию и собиранием из 2 позиции в пятую GLISSADE- маленький прыжок с продвижением вслед за вытянутым носком ноги, скользящим по полу. Разучиваем ASSEMBLE – прыжок с одной ноги на две, выполняется с отведением ноги в заданном направлении и собиранием ног во время прыжка вместе в 5 позицию. диагональ: TOURS CHAINES			
Занятие 98	**Репетиции.** Репетиции перед концертом к 9 мая.	2	30.04	
Занятие 99	**Концертная деятельность.** Концерт посвященный «Дню Победы».	2	02.05	
Занятие 100,101	**Концертная деятельность.** Концерт посвященный «Дню Победы». Выездной.	2 2	06.05 07.05	
Занятие 102,103	**Азбука классического танца.** Подготовка к контрольному уроку.	2 2	13.05 14.05	
Занятие 104,105	**Азбука народного танца.** хлопушки, присядку, дроби. Повтор основных движений народного танца: елочка, гармошка, припадание,	2 2	20.05 21.05	

	ковырялочка без и с подскоком. Дроби: одинарная, двойная, пройная. Подебаск. Обращение с платочком во время танца. Разучиваем новые комбинации на середине зала. Подготовка к контрольному уроку.			
Занятие 106	**Репетиция.** Повтор хореографических номеров перед контрольным уроком.	2	16.05	
Занятие 107,108	**Контрольные и итоговые занятия.** Контроль: азбуки классического и народного танца, проверка знания хореографических номеров. Теория.	2 2	27.05 28.05	

План воспитательной работы.

№ п/п	Название мероприятия	Сроки проведения
1	Тематический концерт для родителей.	Декабрь, май
2	Традиционный праздник «Посвящение в «Срлнышко»».	Декабрь
3	Участие в открытых мероприятиях, связанных с календарными праздниками.	В течение учебного года
4	Участие в мероприятиях подготовленных при сотрудничестве с соц. партнерами (шефские концерты в Д\садах, библиотеках, домах пожилого человека и т.п.)	По плану мероприятий соц. партнеров в течение года
5	Участие в городских и районных конкурсах и фестивалях	В течение года в соответствии с положениями
6	Концерт для родителей.	Май