

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г. Д. КОСТЫЛЕВА
ОТДЕЛЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ЖЕМЧУЖНАЯ РОССЫПЬ»

ПРИНЯТА

На Педагогическом совете
ГБОУ гимназии № 426
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 140 от «30» августа 2023 г.
Директор ГБОУ гимназии № 426
Санкт-Петербурга

_____ Е.А.Стогова

Дополнительная общеразвивающая программа

Современные танцы «Фейерверк»

Срок освоения: 3 год
Возраст учащихся: 6 -12 лет

Разработчик:
Гордеев Максим Юрьевич
Должность: педагог дополнительного образования

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

Пояснительная записка

Основное предназначение программы – познакомить учащихся с современными танцевальными направлениями, которые наиболее распространены среди молодежи и показать, как важно вести здоровый образ жизни.

Танец – это один из видов искусства, материалом для создания образа и художественных фигур в нем является человеческое тело. Ритмичные движения, пластика, выразительные позы – все это составляющие танца. Это искусство, позволяющее воплотить любую эмоцию, состояние души, передать чувства и настроения через движения своего тела, через перемещение в пространстве. Танец неразрывно связан с музыкой. Он как бы воплощает её содержание, передает композицию, задумку. Благодаря знакомству с разными стилями современного танца сложилась определённая система преподавания, которая помогает учащимся быстро овладеть основами выбранного хореографического направления.

Современные танцы – это отличный способ не только проявить и показать себя на танцполе, но также возможность лучше узнать самого себя, погрузиться в глубины самосознания. Занимаясь по данной программе, ребенок знакомится с современными танцевальными направлениями, которые наиболее распространены среди молодежи. Учащимся предоставляется возможность более подробно познакомиться с историей появления и развития того или иного современного танцевального стиля, особенностями соответствующей музыки, терминологией, овладеть базовыми движениями и комбинациями, которые развивают координацию, музыкальность, подвижность, научиться импровизировать. Комбинации составлены на основе движений, заимствованных из модных стилей хореографии. В комбинациях использованы все средства танцевальной выразительности, раскрывающие индивидуальность танцора.

Какой бы стиль вы ни выбрали, он поможет любому, даже самому застенчивому человеку раскрыться навстречу окружающим, проявить свою личность через движения под модные современные биты.

Воспитательная работа в объединении осуществляется в процессе освоения содержания ребенком дополнительной общеобразовательной программы. Программа позволяет определять воспитательные задачи и планируемые результаты в соответствии с образовательными потребностями детей, а также их родителей. Воспитание не ограничивается только занятиями по программе. За пределами учебного времени дети участвуют в воспитательных мероприятиях: объединения, отделения дополнительного образования детей «Жемчужная россыпь», гимназии №426 Санкт-Петербурга и других учреждений. Это способствует формированию социальной активности и межличностных отношений детей, педагогов, родителей. Привлекательность для детей и подростков творческой деятельности достигается, в том числе, посредством участия в ярких, эмоционально окрашенных мероприятиях и событиях — конкурсах, фестивалях, открытых показах, концертах и выставках, соревнованиях. Традиционные ежегодные мероприятия, служат не только пространством для демонстрации достижений, но и для осмысления ценностей, знакомства с идеями и правилами, социальными нормами, погружения в профессию. Немаловажно, что в подготовке воспитательных мероприятий и их проведении активное участие принимают сами дети и родители.

Основные характеристики программы:

Направленность программы:

Дополнительная общеразвивающая программа современные танцы «Фейерверк» имеет **художественную направленность**, т. к. в программу заложена идея приобщения детей к танцевальной культуре с помощью обучения их основам современного танца и импровизации.

Адресат программы:

Мальчики и девочки в возрасте от 6 до 12 лет.

Наличие базовых знаний по предмету не требуется.

Наличие определенной физической и практической подготовки не требуется.

Отсутствие противопоказаний по физическому состоянию ребенка.

Актуальность программы:

В настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.

Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Актуальность этой программы состоит в том, что благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.

Отличительные особенности:

Данная программа отличается от уже существующих тем, что она предусматривает теоретическую (во время практического занятия), физическую, хореографическую подготовку, а также включает в себя знакомство с различными танцевальными стилями. Помимо обучения хореографии, большое внимание уделяется физической подготовке: включены упражнения на развитие всех групп мышц, гимнастика и растяжка.

Новизна программы состоит в лично-ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребенку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей. Дать более углубленные знания обучающимся в области хореографического искусства.

Уровень освоения программы - базовый.

Объем и срок освоения программы:

Количество учебных часов за первый год обучения: 144

Количество учебных часов за второй год обучения: 144

Количество учебных часов за третий год обучения: 216

Общее количество учебных часов 504

Срок реализации программы: 3 года.

Занятия проводятся на 1 и 2 году обучения 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность занятий исчисляется в академических часах — 45 минут; на 3 году обучения 3 раза в неделю по 2 часа- продолжительность занятий исчисляется в академических часах — 45 минут .

Цель: формирование и развитие творческих способностей учащихся средствами хореографической деятельности, способствующими самовыражению детей через движения.

Задачи:

Обучающие:

- Формировать умение понимать «язык» движений, их красоту;
- Развитие познавательного интереса к современному искусству;
- Приобретение умения слушать и чувствовать музыку;
- Художественно просветить детей, привить интерес к искусству танца;
- Формировать необходимые исполнительские знания, умения и навыки;
- Формировать знания о здоровом образе жизни;

Развивающие:

- Развить мышечную силу, гибкость, выносливость;
- Развить чувство ритма, музыкального слуха, памяти, внимание;
- Приобрести гармоническое телосложение, хорошее здоровье и выносливость, артистизм и благородство;
- Развить творческие способности обучающихся;
- Развить коллективную и творческую деятельность;
- Развить эмоционально-волевые качества;
- Развить мотивацию к ведению здорового образа жизни;

Воспитательные:

- Воспитать внимание, дисциплинированность, волю и самостоятельность;
- Воспитать чувство дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- Формировать нравственные представления;
- Формировать творческое отношение к выполняемой работе;
- Воспитать стремление к самосовершенствованию и дальнейшей самореализации;

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности;
- взаимопомощь, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- дисциплинированность;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;
- трудолюбие и упорство в достижении к цели.
-

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- способность сознательно организовывать и регулировать свою учебную деятельность;
- способность к целеполаганию, включающего способность самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности; планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные; развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- владение основами самоконтроля, самооценки, включающими умение соотносить свои

процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- способность к выстраиванию своей собственной траектории развития.

Познавательные:

- умение сравнивать, анализировать и обобщать факты;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение составлять свои композиции по собственному замыслу;
- умение формулировать и обосновывать собственную точку зрения;
- умение представлять результаты своей деятельности в виде творческой работы, презентации, проекта по хореографии;

Коммуникативные:

- умение осознанно использовать неречевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности на занятиях;
- умение сотрудничать с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе;
- умение учитывать намерения и способы коммуникации одноклассников, выбирать адекватные стратегии коммуникации;
- умение устанавливать необходимые контакты с другими людьми;
- умение признавать свои ошибки, быть терпимым к точке зрения других;
 - умение вести дискуссию, корректно высказывать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

Предметные результаты:

Учащиеся должны знать:

- Различные направления современного танца;
- Правила сценической культуры и применять их;
- Характер исполнения танцев;
- Влияние танца на здоровый образ жизни;
- Новые направления и виды хореографии и музыки;
- Классические термины;

Учащиеся должны уметь:

- Танцевать разные направления современного танца;
- Использовать в танце приобретенные навыки сценической культуры;
- Исполнять танцы в соответствии с характером данного танца;
- Определять темп, ритм, характер в предлагаемой мелодии;
 - Четко определять начало и конец музыкальной фразы, согласовывать движения с музыкой, считать под музыку свои движения;
- Выполнять простые и сложные элементы спортивного танца;

Организационно-педагогические условия реализации ДОП.

Язык реализации: русский, государственный язык Российской Федерации.

Форма обучения: очная, заочная, очно-заочная. В течение года в случае возникновения сложной эпидемиологической обстановки возможен переход полностью или частично на электронное обучение с применением дистанционных технологий с учетом требований действующих Санитарно-эпидемиологических правил.

Особенности реализации программы:

Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе Современные танцы «Фейерверк» может осуществляться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Электронное обучение – организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательной программы информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно - телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие учащихся и педагога.

Дистанционные образовательные технологии реализуются с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии учащихся и педагога.

Обучение с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий – это занятие с использованием бесплатных информационных ресурсов, с изучением учебного материала, проверочными работами, тестами с использованием учебных пособий; занятия в домашней обстановке с обратной связью через электронную почту, чаты, социальные сети и др.

При организации образовательного процесса с применением дистанционных образовательных технологий учитываются возрастные особенности учащихся.

Продолжительность онлайн-занятия, а также время самостоятельной работы младших школьников за компьютером, планшетом или другим электронным носителем не превышает 25 минут (для обучающихся 1-4 классов). Продолжительность онлайн-занятия для обучающихся среднего и старшего школьного возраста - 30 минут. При организации обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные средства обучения, специализированные ресурсы сети «Интернет» в соответствии с целями и задачами образовательной программы, её характеристиками и возрастными особенностями учащихся.

Приложение WhatsApp или социальная сеть «ВКонтакте» позволяют создать закрытые группы или сообщества, а также чаты для группы по направлению деятельности. В группе не только публикуются записи с важной информацией, но и хранятся учебные документы, конспекты, видео; размещаются учебные материалы: презентации, таблицы, задания, картинки, аудио, видеofайлы, тесты и др. По электронной почте, возможно разослать и собрать учебный материал всем участникам образовательного процесса индивидуально.

При дистанционном обучении учащимся предлагаются такие формы работы и виды деятельности, с которыми они смогут справиться самостоятельно, формат заданий может быть в виде творческих и проектных работ, коллективных работ с дистанционным взаимодействием.

С учетом воспитательных задач программы возможно включение заданий по участию учащихся в социально значимых мероприятиях различного уровня, организованных в дистанционном режиме.

Структура занятия с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения содержит основные компоненты, что и занятие в очной форме.

Важными компонентами эффективного занятия являются создание благоприятного эмоционального фона, психологического комфорта, ситуации успеха, обеспечение лично-ориентированного и дифференцированного подхода к учащимся.

Особенности организации образовательного процесса: дети, занимающиеся в танцевальных коллективах, приобретают стройную осанку, начинают легко, свободно, грациозно двигаться, избавляются от таких физических недостатков, как сутуловатость,

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

опущенная во время ходьбы голова, привычка ставить ноги носками внутрь и т.п. У них улучшается координация движений. Растет также культура поведения: они привыкают более внимательно и вежливо относиться к своим товарищам, находят общие интересы с ними, начинают чувствовать себя членами одного коллектива. Между девочками и мальчиками, у которых в младшем и переходном возрасте иногда появляется не совсем дружелюбное отношение друг к другу, постепенно устанавливаются простые и дружеские отношения. Дети начинают ярко чувствовать эстетику поведения в быту, подтянутость и вежливость становится нормой поведения. Они заботливо следят за своей внешностью, за чистотой, аккуратностью, изяществом своего костюма и прически. Нельзя не упомянуть и о сплоченности, которая отличает хорошо организованный хореографический коллектив.

Условия набора в коллектив: в объединение принимаются все желающие с 6 лет на добровольной основе. Наличие специальных знаний и умений по хореографии не требуется. В течение учебного года в объединение могут быть приняты все желающие, прошедшие собеседование, при наличии свободных мест.

Условия формирования групп: разновозрастная группа, возможен дополнительный набор учащихся на второй и третий год обучения по результатам собеседования, при условии наличия свободных мест.

Количество учащихся в группе: 1 год обучения не менее 15 человек, 2 год обучения не менее 12 человек, 3 год обучения не менее 10 человек.

Формы организации занятий: работа осуществляется в групповой, в индивидуальной форме или всем составом объединения.

Формы проведения занятий:

Основной формой организации деятельности является учебное занятие. Оно может быть построено как традиционно, так могут быть использованы и другие формы: практическое занятие, беседа, концерт, репетиция, практическое занятие и т. д. Сводные репетиции проводятся со всем концертным составом для постановки хореографических композиций. Индивидуальные занятия проводятся для постановки сольного номера, работы над образом, отработки отдельных партий, элементов используются индивидуальные занятия.

Формы подачи учебного материала в ходе использования дистанционных образовательных технологий:

- индивидуальные консультации в режиме on-line, данная форма организации образовательного процесса позволяет оперативно оказывать индивидуальную помощь учащимся по освоению отдельных тем или разделов программы;
- самостоятельная работа (асинхронно, on-line).

Групповые, по подгруппам. Комбинированное занятие.

Формы организации деятельности учащихся:

- фронтальная (работа педагога со всеми учащимися одновременно: показ, объяснение, беседа);
- коллективная (организация взаимодействия между всеми детьми одновременно: групповой показ, репетиция, творческое дело, выполнение задания.);
- групповая (совместные действия, общение, взаимопомощь: работа в малых группах, группах сменного состава, в парах);
- индивидуальная (для коррекции пробелов в знаниях, отработки отдельных навыков, работа с отстающими).

Материально-техническое оснащение:

- 1) Зал для занятий хореографией (малый спортивный зал, актовый зал);
- 2) Аудиоаппаратура;
- 3) Комната для хранения сценических костюмов, различного инвентаря;
- 4) Раздевалка;
- 5) Гимнастические коврики – 15 шт.

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие		2	1	1	
1	Вводное занятие	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тест.
Раздел 2. Музыкальное движение		16	5	11	
2	Музыкально – ритмическое воспитание	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа.
3	Приемы музыкально – двигательной выразительности	4	1	3	<i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
4	Варианты шагов на разный ритмический счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
5	Движения для корпуса по ритму	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					<i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
6	Умение правильно считать ритм	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 3. Современные танцевальные направления		96	22	64	
7	R'n'B	20	5	15	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
8	Разбор и разучивание танцевальных элементов R'n'B под счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
9	Основные танцевальные движения R'n'B под счет и под музыку	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
10	R'n'B (Связка движений)	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
11	Hip – Hop	20	5	15	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
12	Разбор и разучивание танцевальных элементов Hip-hop под счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
13	Движения Kriss Kross, Flava Flave	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

14	Движения Shamrock, The Skate	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
15	Движение Pee Wee Herman	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
16	Движения Wu-tang clan, The Slide	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
17	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4, 3/4	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
18	Позиции рук и ног	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					<p>работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.</p>
19	Повторение материала	4	1	3	<p><i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.</p>
20	Элементы пластики рук и корпуса	4	1	3	<p><i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.</p>
Раздел 4. Физическая подготовка		14	2	12	
21	Укрепление мышц пояса и рук	6	1	5	<p><i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.</p>
22	Укрепление мышц ног и брюшного пресса	4	-	4	<p><i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд.</p>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					<i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
23	Дыхательная гимнастика	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 5. Стретчинг		12	2	10	
24	Растяжка на партере	6	1	5	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
25	Движения для шпагата	6	1	5	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 6. Итоговое и контрольное занятия		4	1	3	
26	Контрольное занятие	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					<i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
27	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа, кроссворд. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Итого		144	33	111	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие		2	1	1	
1	Вводное занятие	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тест.
Раздел 2. Музыкальное движение		16	3	13	
2	Музыкально – ритмическое воспитание	4	-	4	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
3	Приемы музыкально – двигательной выразительности	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
4	Варианты шагов на разный ритмический счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i>

документ подписан электронной подписью

					Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
5	Движения для корпуса по ритму	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
6	Умение правильно считать ритм	2	-	2	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 3. Современные танцевальные направления		96	22	64	
7	Терминология современного танца	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
8	House dans	20	5	15	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
9	Разбор и разучивание танцевальных элементов House dance под счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
10	Основные танцевальные движения House dance под счет и под музыку	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
11	Corkscrew повороты	4	1	3	<i>Очное обучение</i>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
12	Zumba	10	4	8	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
13	Разбор и разучивание танцевальных элементов Zumba под счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
14	Репетиционно-постановочная работа	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
15	Street – dance	10	2	8	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
16	Разбор и разучивание танцевальных элементов Street-dance под счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
17	Репетиционно-постановочная работа	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
18	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4, 3/4	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
12	Позиции рук и ног	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
13	Повторение материала	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
14	Элементы пластики рук и корпуса	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
15	Соединение разученных движений в танец	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 4. Физическая подготовка		14	2	12	
16	Укрепление мышц пояса и рук	6	1	5	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
17	Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки	4	-	4	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
18	Дыхательная гимнастика	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 5. Стретчинг		12	2	10	
19	Растяжка на партере	6	1	5	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
20	Движения для шпагата	6	1	5	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 6. Итоговое и контрольное занятия		4	1	3	
21	Контрольное занятие	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
22	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Итого		144	33	111	

Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие		2	1	1	
1	Вводное занятие	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тест.
Раздел 2. Музыкальное движение		26	3	23	
2	Музыкально – ритмическое воспитание	4	0	4	<i>Очное обучение</i>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
3	Приемы музыкально – двигательной выразительности	14	1	13	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
4	Варианты шагов на разный ритмический счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
5	Движения для корпуса по ритму	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
6	Умение правильно считать ритм	2	-	2	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 3. Современные танцевальные направления		138	22	116	
7	Терминология современного танца	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
8	House dans	42	5	37	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

9	Разбор и разучивание танцевальных элементов House dance под счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
10	Основные танцевальные движения House dance под счет и под музыку	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
11	Corkscrew повороты	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
12	Zumba	20	4	16	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
13	Разбор и разучивание танцевальных элементов Zumba под счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
14	Репетиционно-постановочная работа	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
15	Street – dance	20	2	18	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
16	Разбор и разучивание танцевальных элементов Street-dance под счет	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					<i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
17	Репетиционно- постановочная работа	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
18	Основные движения под музыку, преимущественно на 2/4, 3/4	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
12	Позиции рук и ног	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
13	Повторение материала	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
14	Элементы пластики рук и корпуса	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
15	Соединение разученных движений в танец	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 4. Физическая подготовка		24	2	22	
16	Укрепление мышц пояса и рук	6	1	5	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОВДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC

					Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
17	Укрепление мышц брюшного пресса, формирование осанки	14	-	14	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
18	Дыхательная гимнастика	4	1	3	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 5. Стретчинг		22	2	20	
19	Растяжка на партере	16	1	15	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
20	Движения для шпагата	6	1	5	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение, практическая работа. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Раздел 6. Итоговое и контрольное занятия		4	1	3	
21	Контрольное занятие	2	1	1	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
22	Итоговое занятие	2	-	2	<i>Очное обучение</i> Беседа, наблюдение. <i>Дистанционное обучение</i> Анкетирование, тестирование, фото- и видеоотчет.
Итого		216	57	159	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 426 ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА Г.Д.
КОСТЫЛЕВА, Стогова Елена Анатольевна, Директор

01.09.23 09:57 (MSK)

Сертификат 17CE90E0EA40E82C93976AAD0AD446EC