



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 544
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА
МОСКОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

РАЗРАБОТАНА И ПРИНЯТА

Решением
Педагогического совета
ГБОУ школы № 544
с углубленным изучением
английского языка
Московскогорайона
Санкт-Петербурга
Протокол № 8
от «31» мая 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом
Директора ГБОУ школы № 544
с углубленным изучением
английского языка
Московского района
Санкт-Петербурга
Приказ № 450 от «06» июня 2024г.

_____ И.В. Васинович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2024 - 2025 учебный год
к дополнительной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Студия современного спортивного танца mix-dance»

Группа: 1
Год обучения: 2
Возраст учащихся: 7-11 лет

Разработчик:
Серохвостова Анастасия
Владимировна,
педагог дополнительного образования

Рабочая программа

Задачи:

Обучающие:

- формировать танцевальные навыки;
- прививать учащимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание в движении;
- преподавать азбуку современного танца;
- Формировать навыки исполнения в ансамбле.

Развивающие:

- укреплять костно-мышечный аппарат воспитанников;
- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений;
- формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- развивать художественный вкус и эмоциональную отзывчивость.

Воспитательные:

- формировать нравственно-эстетические идеалы, содействовать развитию и воспитанию духовной культуры;
- воспитывать самостоятельность, уверенность в себе;
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим;
- помочь преодолеть неуверенность и страх перед незнакомым делом.

Условия реализации программы

Уровень освоения программы – общекультурный.

Программа рассчитана на 3 года обучения. Возраст детей от 7 до 11 лет. Группы формируются из учащихся разного возраста. Занятия современными спортивными танцами на начальном этапе не требуют специальной подготовки и определенных физических данных. Необходимым условием является лишь желание заниматься и регулярно посещать занятия. Определенные навыки овладения методикой танцев и хореографической культурой формируются в процессе занятий.

Планируемые результаты

Личностные:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявления положительных качеств личности;
- управление своими эмоциями;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;
- укрепление чувства коллективизма.

Предметные:

- выполнение ритмических комбинаций на высоком уровне;
- развитие музыкальности, (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма;
- умения характеризовать музыкальное произведение, согласовывать музыку и движение, свободное владение азами хореографии;

- исполнение простых комбинаций;
- повышение техники исполнения движений;
- развитие общей физической подготовки.

Метапредметные

- анализировать свои действия и планировать дальнейшую деятельность
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития
- знание правил личной гигиены и ухода за организмом

Содержание программы

Вводное занятие – 3 ч.

Цели и задачи, содержание и форма занятий в группе. Расписание занятий (количество часов, время занятий). Внешний вид и форма одежды для занятий. Правила поведения в танцевальном зале.

Общая физическая подготовка – 22 ч.

Овладение основными видами ходьбы, бега. Понимание правильной постановки тела. Знание классических позиций рук, ног. Овладение простейшим комплексом классического экзерсиза. Знакомство с основными терминами танцевальной гимнастики. Освоение композиций (связок элементов), освоение начальной предметной подготовки со скакалкой, мячом.

Ритмо – пластика – 30 ч.

Развивать чувство ритма, добиваться слаженного выполнения движений. Закреплять выразительное, эмоциональное исполнение танца, развивать коммуникативные навыки. Запомнить «рисунок» танца. Побуждать к творческому самовыражению. Развивать умение мимикой и жестами передавать различные эмоции.

Хореография (фристайл, диско, хип-хоп) – 30 ч.

Объяснение выполнения основных элементов классического хип-хопа:

- «old school» кач (ноги согнуты в коленях, пружинят из стороны в сторону), волны: руки, ноги, все тело (плавные, ломаные), прыжки, фиксации, изоляция.

- «new style» - основы новых направлений – шаги, сокращения мышц в разном темпе- робот, точки, фиксации и т.д.

Изучение истории зарождения стиля брейк-данс. Объяснение выполнения основных элементов растанцовок и силовых элементов

Практика – 20 ч.

Прорабатывание отдельных движений, комбинаций, элементов. Работа над синхронностью и техникой исполнения номера, эмоциональностью исполнения. Подбор выразительных движений для создания образа. Отработка танцевальных номеров их репертуара танцевального коллектива.

Показательные выступления – 3 ч.

Участие в отчетном концерте ОДОД, открытые уроки.

Учебный план

1 года обучения

№ п.п.	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	3	3		Опрос
2.	Общая физическая подготовка	20	2	18	Контрольное занятие
3.	Ритмо - пластика	30	3	27	Тестирование
4.	Хореография (фристайл, диско, хип-хоп)	30	3	27	Контрольные задания
5.	Практика	16		16	Педагогическое наблюдение
6.	Показательные выступления	3		3	Обмен опытом,
	Итого	102	11	97	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Студия современного спортивного танца mix-dance»
на 2024/25 уч.год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2 год	02.09	26.05	34	102	102	3 раза в неделю по 1 часу

1 год обучения

№	Тема	Дата проведения занятия
1.	Формирование группы. Инструктаж по ТБ. Вводное занятие	2.09
2.	Формирование группы. Инструктаж по ТБ. Вводное занятие	4.09
3.	Основы классического танца	6.09
4.	Постановочная работа	9.09
5.	Разучивание танцевального репертуара	11.09
6.	Стретчинг	13.09
7.	Репетиционная работа	16.09
8.	Основы классического танца. Стретчинг	18.09
9.	Основы классического танца. Стретчинг	20.09
10.	Разучивание танцевального репертуара	23.09
11.	Репетиционная работа	25.09
12.	Основы классического танца. Стретчинг	27.09
13.	Репетиционная работа	30.09
14.	Репетиционная работа	2.10
15.	Основы классического танца. Стретчинг	4.10
16.	Концертная деятельность	7.10
17.	Аэробика	9.10
18.	Основы классического танца. Стретчинг	11.10
19.	Репетиционная работа	14.10
20.	Аэробика. Разучивание репертуара	16.10
21.	Основы классического танца. Стретчинг	18.10
22.	Репетиционная работа	21.10
23.	Аэробика, разучивание репертуара	23.10
24.	Основы классического танца. Стретчинг	25.10
25.	Репетиционная работа	6.11
26.	Аэробика, разучивание репертуара	8.11
27.	Основы классического танца. Стретчинг	11.11

28.	Репетиционная работа	13.11
29.	Основы классического танца. Стретчинг	15.11
30.	Репетиционная работа	18.11
31.	Постановочная работа	20.11
32.	Основы классического танца. Стретчинг	22.11
33.	Постановочная работа	25.11
34.	Постановочная работа	27.11
35.	Основы классического танца. Стретчинг	29.11
36.	Репетиционная работа	2.12
37.	Репетиционная работа	4.12
38.	Основы классического танца. Стретчинг	6.12
39.	Репетиционная работа	9.12
40.	Аэробика, разучивание репертуара	11.12
41.	Основы классического танца. Стретчинг	13.12
42.	Репетиционная работа	16.12
43.	Аэробика, разучивание репертуара	18.12
44.	Основы классического танца. Стретчинг	20.12
45.	Репетиционная работа	23.12
46.	Аэробика. Разучивание репертуара	25.12
47.	Основы классического танца. Стретчинг	27.12
48.	Репетиционная работа	10.01
49.	Репетиционная работа	13.01
50.	Концертная деятельность	15.01
51.	Репетиционная работа	17.01
52.	Постановочная работа	20.01
53.	Основы классического танца. Стретчинг	22.01
54.	Репетиционная работа	24.01
55.	Постановочная работа	27.01
56.	Основы классического танца. Стретчинг	29.01
57.	Репетиционная работа	31.01
58.	Постановочная работа	3.02
59.	Основы классического танца. Стретчинг	5.02
60.	Репетиционная работа	7.02
61.	Аэробика. Разучивание репертуара	10.02
62.	Основы классического танца. Стретчинг	12.02
63.	Репетиционная работа	14.02
64.	Аэробика. Разучивание репертуара	17.02
65.	Концертная деятельность	19.02
66.	Основы классического танца. Стретчинг	21.02
67.	Репетиционная работа	24.02
68.	Аэробика. Разучивание репертуара	26.02
69.	Основы классического танца. Стретчинг	28.02
70.	Аэробика. Разучивание репертуара	3.03
71.	Репетиционная работа	5.03

72.	Репетиционная работа	7.03
73.	Постановочная работа	10.03
74.	Постановочная работа	12.03
75.	Основы классического танца. Стретчинг	14.03
76.	Репетиционная работа	17.03
77.	Аэробика. Разучивание репертуара	19.03
78.	Основы классического танца. Стретчинг	21.03
79.	Репетиционная работа	31.03
80.	Аэробика. Разучивание репертуара	2.04
81.	Основы классического танца. Стретчинг	4.04
82.	Репетиционная работа	7.04
83.	Аэробика. Разучивание репертуара	9.04
84.	Основы классического танца. Стретчинг	11.04
85.	Репетиционная работа	14.04
86.	Основы классического танца	16.04
87.	Аэробика. Разучивание репертуара	18.04
88.	Основы классического танца. Стретчинг	21.04
89.	Репетиционная работа	23.04
90.	Аэробика	25.04
91.	Основы классического танца. Стретчинг	28.04
92.	Репетиционная работа	30.04
93.	Основы классического танца. Стретчинг	5.05
94.	Основы классического танца. Стретчинг	7.05
95.	Репетиционная работа	9.05
96.	Основы классического танца. Стретчинг	12.05
97.	Репетиционная работа	14.05
98.	Репетиционная работа	16.05
99.	Концертная деятельность	19.05
100.	Основы классического танца	21.05
101.	Основы классического танца. Стретчинг	23.05
102.	Репетиционная работа	26.05
	Итого	102



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 544 с углубленным изучением английского языка Московского района Санкт-Петербурга

***ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
«Студия современного спортивного танца mix-dance»***

ФИО педагога дополнительного образования: Серохвостова Анастасия Владимировна

№ занятия	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		Форма корректировки (объединение тем, перенос на другую дату, др.)	Причина корректировки (болезнь педагога, праздничный день, др.)
		по плану	по факту		

Согласовано: _____