

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

ПРИНЯТА

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

УТВЕРЖДЕНА

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

**Рабочая программа
1 года
к дополнительной
общеразвивающей программе
«Мир современного танца (кадеты)»
Возраст обучающихся: 11-15 лет**

Разработчик:
Леонтьева Нина Викторовна,
педагог дополнительного образования

Задачи

Обучающие:

- развитие познавательного интереса к искусству
- включение в познавательную деятельность
- приобретение знаний, умений, навыков в хореографическом искусстве.

Развивающие:

- выявление и развитие природных задатков и способностей подростков, проявляющих интерес к спортивному моделизму;
- формирование и развитие потребностей в самообразовании и самосовершенствовании.
- развитие мотивации к хореографическому искусству, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности, самодостаточности, научиться добиваться цели.

Воспитательные:

- воспитание позитивных личностных качеств моделистов: целеустремлённости, воли, умения общаться и взаимодействовать в группе;
- формирование культуры общения в коллективе, навыков здорового образа жизни.

Содержание программы

1 года обучения

Тема 1 Вводное занятие. Техника безопасности

Теория: Задачи на учебный год. Инструктаж по технике безопасности. Выявление хореографических и музыкальных данных. Диагностика спортивной подготовки. Знакомство с историей возникновения танца, современного танца, восточного танца. Развитие хореографии в России.

Форма контроля: опрос обучающихся.

Тема 2. Основы современного танца

Теория: История появления хип-хоп культуры. Музыка, стиль, манера, костюмы, причёски. Практика. Разучивание базовых движений. Разучивание танцевальных комбинаций в стиле хип-хоп.

Практика: Разогрев всего тела: упражнения вращения шеи, вращательные движения в плечах, локтях, кистях. Наклоны корпуса вперед, в сторону, назад, подъем ног в согнутом положении в коленях и в распрямленном, приседания, прыжки на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ и один оборот. Основы танца хип-хоп. Разучивание танцевальных комбинаций в стиле хип-хоп

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 3. Основы восточного танца

Теория: Происхождение танца. Виды танцев. Особенности восточных танцев. Характерные положения рук. Специфика работы бедер

Практика: Разминка головы и шеи. Работа плеч. Движения корпуса. Движения бедер. Движения рук. Разучивание танцевальных комбинаций в стиле восточного танца

Танцевальные образы:

Пингвин, заяц, снежинки, лиса.

Форма аттестации - зачет.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема 4. Репетиционно-постановочная работа

Теория: Подготовка концертных номеров и показ их на сцене.

Практика: показ номеров на открытом занятии.

Форма контроля: зачёт

Тема 5. Итоговое занятие

Теория: подведение итогов за учебный год

Форма контроля: опрос обучающихся

Планируемые результаты:

Предметные:

- овладение знаниями об основных элементах хореографии (позиции рук и ног, основные движения у станка, партерного экзерсиса, прыжки);
- овладение знаниями об основных элементах современного танца;
- овладение элементами музыкальной грамоты: ритм, мелодия, темп, размер;
- овладение знаниями о различных жанрах современной танцевальной музыки.
- умение двигаться в соответствии с ритмом и характером музыки;
- исполнять элементы классического и современного танца.

Метапредметные:

- уметь работать в паре и группе
- с помощью педагога осуществлять взаимо- и самооценку
- проявлять самостоятельность, аккуратность, трудолюбие
- эффективно взаимодействовать в группе
- выражение собственного мнения, позиции; овладение культурой общения и поведения.

Личностные:

- проявлять устойчивый интерес к занятиям танцами
- понимать важность здорового образа жизни
- проявлять самостоятельность, аккуратность, трудолюбие
- проявлять интерес на продолжение обучения занятиями хореографией

Календарно-тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
	Раздел 1. Вводное занятие. Техника безопасности	2	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	05.09
	Раздел 2. Основы современного танца	32	
2	История появления хип-хоп культуры. Музыка, стиль, манера, костюмы, прически.	2	12.09
3	Разогрев всего тела: упражнения вращения шеи, вращательные движения в плечах, локтях, кистях.	2	19.09
4	Разогрев всего тела: упражнения вращения шеи, вращательные движения в плечах, локтях, кистях.	2	26.09
5	Разогрев всего тела: упражнения вращения шеи, вращательные движения в плечах, локтях, кистях.	2	03.10
6	Разогрев всего тела: упражнения вращения шеи, вращательные движения в плечах, локтях, кистях.	2	10.10
7	Разогрев всего тела: упражнения вращения шеи, вращательные движения в плечах, локтях, кистях.	2	17.10
8	Наклоны корпуса вперед, в сторону, назад, подъем ног в согнутом положении в коленях и в распрямленном, приседания, прыжки на ¼, 1/2 и один оборот	2	24.10
9	Наклоны корпуса вперед, в сторону, назад, подъем ног в согнутом положении в коленях и в распрямленном, приседания, прыжки на ¼, 1/2 и один оборот	2	31.10
10	Наклоны корпуса вперед, в сторону, назад, подъем ног в согнутом положении в коленях и в распрямленном, приседания, прыжки на ¼, 1/2 и один оборот	2	07.11
11	Наклоны корпуса вперед, в сторону, назад, подъем ног в согнутом положении в коленях и в распрямленном, приседания, прыжки на ¼, 1/2 и один оборот	2	14.11
12	Наклоны корпуса вперед, в сторону, назад, подъем ног в согнутом положении в коленях и в распрямленном, приседания, прыжки на ¼, 1/2 и один оборот	2	21.11
13	Разучивание базовых движений. Разучивание танцевальных комбинаций в стиле хип-хоп.	2	28.11
14	Разучивание базовых движений. Разучивание	2	05.12

	танцевальных комбинаций в стиле хип-хоп.		
15	Разучивание танцевальных комбинаций в стиле хип-хоп	2	12.12
16	Разучивание танцевальных комбинаций в стиле хип-хоп	2	19.12
17	Разучивание танцевальных комбинаций в стиле хип-хоп	2	26.12
	Раздел 3. Основы восточного танца	32	
18	Происхождение танца. Виды танцев. Особенности восточных танцев. Характерные положения рук. Специфика работы бедер	2	16.01
19	Разминка головы и шеи.	2	23.01
20	Разминка головы и шеи.	2	30.01
21	Разминка головы и шеи.	2	06.02
22	Разминка головы и шеи.	2	13.02
23	Работа плеч. Движения корпуса.	2	20.02
24	Работа плеч. Движения корпуса.	2	27.02
25	Работа плеч. Движения корпуса.	2	06.03
26	Работа плеч. Движения корпуса.	2	13.03
27	Движения бедер. Движения рук.	2	20.03
28	Движения бедер. Движения рук.	2	27.03
29	Движения бедер. Движения рук.	2	03.04
30	Движения бедер. Движения рук.	2	10.04
31	Разучивание танцевальных комбинаций в стиле восточного танца	2	17.04
32	Разучивание танцевальных комбинаций в стиле восточного танца	2	24.04
33	Разучивание танцевальных комбинаций в стиле восточного танца	2	08.05
	Раздел 4. Репетиционно-постановочная работа	4	
34	Подготовка концертных номеров и показ их на сцене.	2	15.05
35	Репетиционно-постановочная работа	2	22.05
	Раздел 5. Итоговое занятие	2	
36	Итоговое занятие	2	29.05

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

ПРИНЯТ

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

УТВЕРЖДЕН

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

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
05.09.2025г.	29.05.2026г.	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

