Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 583
Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 583 Приморского района Санкт-Петербурга)
197373, Санкт-Петербург, пр. Авиаконструкторов, дом 14, лит. А
тел./факс 395-26-52, тел 307-12-16

РАЗРАБОТАНА И ПРИНЯТА
Педагогическим Советом
ГБОУ школы № 583 Приморского района
Санкт-Петербурга
от 29.05.2023 Протокол № 12

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
ГБОУ школы № 583
Приморского района Санкт-Петербурга
от 29.05.2023 г. № 441 -д

_____/А.В. Чередниченко/
подпись Ф.И.О.

ПРИНЯТ
с учётом мнения Совета родителей
от 29.05.2023 года
протокол № 7
ПРИНЯТ
с учётом мнения Совета обучающихся
от 29.05.2023 года
протокол № 4

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
УСИЛЕННО КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат:
2651970a5c36dea845dd9b23dc654429
Владелец: Чередниченко Алла Васильевна
Действителен: с 31.01.2023 до 25.04.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной программе
«ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ ПЕРФОМАНС»
на 2023-2024 учебный год

Срок реализации программы: 1 год

Возраст учащихся: 7-8 лет

Год реализации программы: 1-й

Разработчик: Воробьева С.Н.,
педагог дополнительного образования

Задачи на 1-й год обучения:

Воспитательные:

- психологическое развитие через формирование уверенности в себе, правильной самооценки и достижение эмоциональной зрелости;
- социальное развитие через сотрудничество, конкуренцию и правильные стандарты поведения;
- развитие сплоченности, чувства команды, потребности в поддержке коллектива.

Развивающие:

- содействовать физическому, культурному и духовному развитию детей;
- создать условия для более полного включения детей в спортивную жизнь города.;
- привлечь детей к здоровому образу жизни, систематическими занятиями спортом и к участию в различных спортивных соревнованиях.

Обучающие:

- ознакомить детей с историей возникновения и развития танцевального перфоманса;
- совершенствовать базовые элементы танцевального перфоманса.

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные результаты:

- будет воспитана потребность бережного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- будет воспитано трудолюбие;
- будет воспитано чувство коллективизма и взаимовыручки;
- будет сформированы коммуникативные умения у детей, навыки сотрудничества в коллективных;
- будет воспитана дисциплинированность (соблюдение правил поведения, принятых в обществе).

Метапредметные результаты:

- будут развиты физические качества (с преимущественной направленностью на быстроту, ловкость и гибкость);
- будут развиты основные двигательные качества: сила, выносливость, быстрота, гибкость, координация;
- будут развиты чувства ритма, музыкального слуха, память, внимание, умение согласовывать движения с музыкой;
- будут развиты выразительность, пластичность, грациозность.

Предметные результаты:

- будет сформирован стойкий интерес к занятиям спортом;
- будут изучены основы техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и техника подвижных игр;
- будут сформированы знания о здоровом образе жизни.

Особенности данного года обучения.

Информация об учебно-методическом комплекте, включая электронные ресурсы

Для реализации рабочей программы могут использоваться дистанционные образовательные технологии с использованием ресурсов образовательных порталов http://do2.rcokoit.ru, и дополнительных ресурсов Гугл-класс, Zoom.
Повышение интереса детей к занятию спором. Развитие чувства ритма с помощью игр. Совершенствование полученных физических навыков и участие в соревнованиях с выполнением разряда.

Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Дата проведения		Темы	Кол-во часов	Форма контроля
	План.	Факт			
1	1 нед.		Практика: Вводное занятие /Google класс	2	Контр.исп
2	1 нед.		Теория: История чирлидинга /Google класс	2	Текущий
3	2 нед.		Практика: Базовые шаги /Google класс	2	Текущий
4	2 нед.		Теория: История чирлидинга /Google класс	2	Текущий
5	3 нед.		Практика: Базовые положения кистей рук /Google класс	2	Текущий
6	3 нед.		Практика: Чир прыжки /Google класс	2	Текущий.
7	4 нед.		Практика: Физическая подготовка. Упражнения на развитие силы мышц, гибкости, на коррекцию осанки и фигуры, воспитание выносливости /Google класс	2	Текущий
8	4 нед.		Практика: Базовые положения кистей рук /Google класс	2	Текущий
9	5 нед.		Практика: Повороты /Google класс	2	Текущий
10	5 нед.		Практика: Стойки /Google класс	2	Текущий
11	6 нед.		Практика: Шпагаты. Растяжка /Google класс	2	Текущий
12	6 нед.		Практика: Базовые положения кистей рук /Google класс	2	Текущий
13	7 нед.		Практика: Повороты /Google класс	2	Текущий
14	7 нед.		Теория: История появления современных танцев /Google класс	2	Текущий
15	8 нед.		Практика: Танцевальные связки. Участие в соревнованиях /Google класс	2	Текущий

16	8 нед.		Практика: Базовые элементы /Google класс	2	Текущий
17	9 нед.		Практика: Стойки /Google класс	2	Текущий.
18	9 нед.		Практика: Шпагаты. Растяжка /Google класс	2	Текущий
19	10 нед.		Практика: Базовые шаги /Google класс	2	Текущий.
20	10 нед.		Практика: Чир прыжки /Google класс	2	Текущий
21	11 нед.		Практика: Чир прыжки /Google класс	2	Текущий
22	11 нед.		Практика: Базовые элементы /Google класс	2	Текущий
23	12 нед.		Практика: Физическая подготовка. Упражнения на развитие силы мышц, гибкости, на коррекцию осанки и фигуры, воспитание выносливости /Google класс	2	Текущий
24	12 нед.		Практика: Лип прыжки /Google класс	2	Текущий
25	13 нед.		Практика: Повороты /Google класс	2	Текущий
26	13 нед.		Практика: Стойки /Google класс	2	Текущий
27	14 нед.		Практика: Шпагаты. Растяжка /Google класс	2	Текущий
28	14 нед.		Практика: Базовые элементы /Google класс	2	Текущий
29	15 нед.		Практика: Базовые шаги /Google класс	2	Текущий
30	15 нед.		Практика: Чир прыжки /Google класс	2	Контр.исп
31	16 нед.		Практика: Физическая подготовка. Упражнения на развитие силы мышц, гибкости, на коррекцию осанки и фигуры, воспитание выносливости /Google класс	2	Текущий
32	16 нед.		Практика: Базовые элементы /Google класс	2	Текущий
33	17 нед.		Практика: Стойки /Google класс	2	Текущий
34	17 нед.		Практика: Повороты /Google класс	2	Текущий
35	18 нед.		Практика: Чир прыжки /Google класс	2	Текущий

36	18 нед.		Практика: Физическая подготовка. Упражнения на развитие силы мышц, гибкости, на коррекцию осанки и фигуры, воспитание выносливости /Google класс	2	Текущий
37	19 нед.		Практика: Пирамиды /Google класс	2	Текущий
38	19 нед.		Практика: Упражнения на развитие координации /Google класс	2	Текущий
39	20 нед.		Практика: Базовые шаги /Google класс	2	Текущий
40	20 нед.		Практика: Чир прыжки /Google класс	2	Текущий
41	21 нед.		Практика: Хореографическая подготовка /Google класс	2	Текущий
42	21 нед.		Практика: Стойки /Google класс	2	Текущий
43	22 нед.		Практика: Танцевальные связки. Участие в соревнованиях /Google класс	2	Текущий
44	22 нед.		Практика: Упражнения на развитие координации /Google класс	2	Текущий
45	23 нед.		Практика: Чир прыжки /Google класс	2	Текущий
46	23 нед.		Практика: Стойки /Google класс	2	Текущий
47	24 нед.		Практика: Лип прыжки /Google класс	2	Текущий
48	24 нед.		Практика: Чир прыжки /Google класс	2	Текущий
49	25 нед.		Практика: Пирамиды /Google класс	2	Текущий
50	25 нед.		Практика: Повороты /Google класс	2	Текущий
51	26 нед.		Практика: Хореографическая подготовка /Google класс	2	Текущий
52	26 нед.		Практика: Упражнения на развитие координации /Google класс	2	Текущий
53	27 нед.		Практика: Растяжка /Google класс	2	Текущий
54	27 нед.		Практика: Стойки /Google класс	2	Текущий
55	28 нед.		Практика: Танцевальные связки. Участие в соревнованиях /Google класс	2	Текущий
56	28 нед.		Практика: Шпагаты. Растяжка /Google класс	2	Текущий

57	29 нед.		Практика: Хореографическая подготовка /Google класс	2	Текущий
58	29 нед.		Практика: Пирамиды /Google класс	2	Текущий
59	30 нед.		Практика: Танцевальные связки. Участие в соревнованиях /Google класс	2	Текущий
60	30 нед.		Практика: Хореографическая подготовка /Google класс	2	Текущий
61	31 нед.		Практика: Повороты /Google класс	2	Текущий
62	31 нед.		Стойки /Google класс	2	Текущий
63	32 нед.		Практика: Лип прыжки /Google класс	2	Текущий
64	32 нед.		Практика: Пирамиды /Google класс	2	Текущий
65	33 нед.		Практика: Стойки /Google класс	2	Текущий
66	33 нед.		Практика: Танцевальные связки /Google класс	2	Текущий
67	34 нед.		Практика: Шпагаты. Растяжка /Google класс	2	Контр.исп
68	34 нед.		Теория: История появления современных танцев /Google класс	2	Текущий
69	35 нед.		Практика: Танцевальные связки /Google класс	2	Текущий
70	35 нед.		Практика: Упражнения на развитие координации /Google класс	2	Текущий
71	36 нед.		Практика: Упражнения на развитие координации /Google класс	2	Текущий
72	36 нед.		Теория: История классического танца /Google класс	2	Текущий

Содержание обучения

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом на каждом занятии, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии учащегося. Сочетание теоретической и практической части разделов чрезвычайно важно для глубокого и прочного усвоения программы

1. Вводное занятие.

Теория:

Правила безопасного поведения в учреждении (Инструктаж по охране труда). Рассказ о занятиях танцевальным перфомансом. Планы работы и участий в соревнованиях

на учебный год.

Практика:

Знакомство с педагогом, экскурсия по зданию, ознакомление с Инструкцией по охране труда, расписанием занятий, планами работы на учебный год.

2.Программа «Чир фристайл».

Теория:

Правила базовых шагов и базового положения кистей рук. Техника исполнения чир прыжков.

Практика:

Отработка базовых положений ног – ноги вместе или врозь, колени согнуты, перекрещивание ног. Положение «поп-ту». Основная стойка, стойка кулаки на бедра, стойка «ти». Выпады: стоя вперед, стоя в сторону, стоя назад. Отработка базовых положений кистей рук – клинок, подсвечник, ведра, кинжалы. Два основных хлопка: «класп» и «клэп». Отработка прыжков низкого уровня. Изучение и отработка прыжков высокого уровня в чирлидинге: «херки», «хедлер», «девятка», «той тач», «пайк», «так». Общая физическая подготовка.

3. Акробатика.

Теория:

Теоретическое объяснение техники выполнении упражнений.

Практика:

Выполнение акробатических элементов, формирование ловкости, гибкости, прыгучести, чувства баланса. Выполнение упражнений на растяжку, шпагаты. Построение пирамид 1 уровня.

4.Техническая подготовка. Программа «Данс».

Теория:

Развитие данс-направления в России и нашем городе, основные тенденции.

Практика:

Отработка элементов типичных для направления данс

5. Блок «Стрейчинг».

Теория:

Теоретическое объяснение техники выполнения элементов.

Практика:

Изучение базовых элементов, составление танцевальной композиции, выступление на соревнованиях.

6. Итоговое занятие.

Теория:

Подведение итогов. Рассказ о перспективах на следующий учебный год.

Практика: Подвижные игры.