ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ОТКНИЧП
Педагогическим советом
протокол № 1 от 29.08 202

УТВЕРЖДАЮ Директор______В.В.Худова приказ № 342 от 29 августа 2025

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00bc4e2eafb2c55310f495d58a116f5d6e Владелец: Худова Виктория Валентиновна Действителен: с 10.03.2025 по 03.06.2026

Рабочая программа дополнительной общеразвивающей программы

«K-POP»

Год обучения - 1 № группы – 117 ОСИ

Разработчик:

Васильев Александр Павлович, педагог дополнительного образования

Задачи:

Обучающие:

- Познакомить учащихся с понятием К-РОР культуры и разновидностями техники исполнения танца;
- Обучить учащихся комплексу упражнений;
- Обучить танцевальным комбинациям в стиле К-РОР.

Развивающие:

- Создать предпосылки для развития чувства ритма, двигательной памяти;
- Создать предпосылки для физического и творческого развития учащихся;
- Развивать артистическое и эмоциональное исполнение хореографических образов. *Воспитательные:*
- Создавать условия для проявления уважения к культуре танца;
- Способствовать развитию мотивации достижения успеха;
- Воспитывать коммуникативную культуру поведения.

Содержание программы

Раздел	Теория	Практика
	Введение в программу	Демонстрация упражнений
	Планирование совместной	педагогом
Вводное занятие	деятельности	Разминка
	Инструктаж по технике	Выполнение упражнений и
	безопасности	танцевальных движений
	История возникновения К-РОР	Разминка
	направления, стилевые	Проработка отдельных
	особенности танца	движений и танцевальных
	Основные техники исполнения	комбинаций
Основы современного	движений: «Джазинг» «К-вакинг»	Целостное исполнение
танца в стиле К-РОР	«Джазовые комбинации»	хореографических номеров
танца в стиле К-т От	«Партеринг» «Свинг» «Свинг	Работа над сценическим
	руками» «Скольжения»	образом
	«Перекаты» «Локинг» «Вакинг»	
	«Hip-Hop» «Джаз фанк»	
	«Брекинг»	
	Техника безопасности выполнения	Разминка. Упражнения на
	упражнений.	развитие ритмики и
	Объяснение правил выполнения	координации. Упражнения,
Общая физическая	упражнений	направленные на развитие шеи
подготовка		и спины, мышц корпуса,
подготовка		направленные на работу мышц
		ног, для голеностопного
		сустава. Силовые упражнения.
		Упражнения на растяжку
	Объяснение техники исполнения	Разминка
Постановка и репетиция	танцевальных комбинаций	Проработка хореографических
хореографических	хореографических номеров	номеров
номеров	Раскрытие художественного	Подготовка танцевальных
	образа	композиций к выступлениям
	-	Подведение итогов учебного
Итоговое занятие		года
		Практические задания

Ожидаемые результаты:

Личностные:

К концу обучения по программе у учащихся:

- Проявится уважительное отношение к культуре танца;
- Появится мотивация достижения успеха;
- Сформируется уважительное отношение к одногруппникам, сверстникам.

Метапредметные:

К концу обучения по программе у учащихся:

- Получат развитие чувство ритма и двигательная память;
- Получат развитие физические и творческие способности учащихся;
- Проявится артистическое и эмоциональное исполнение хореографических образов.

Предметные:

К концу обучения по программе учащиеся:

Познакомятся с К-РОР культурой и разновидностями техники исполнения танца;

«K-POP»

- Обучятся комплексу упражнений;
- Обучатся танцевальным комбинациям в стиле К-РОР.

	Календарно-тематический план Группа № 117 Педагог: Васильев А.П.						
Месяц	Число Ср-пт	Тема. Краткое содержание занятий	Кол-во часов	Итого часов в месяц			
Сентябрь	3	«Вводное занятие» Инструктаж по технике безопасности. Инструкции №289 от 21.12.2020, ИОТ–065–2020, ИОТ-066 –2020. Разминка, выполнение упражнений	2	16			
	5	«Основы современного танца в стиле К-РОР» Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и исполнение танцевальных комбинаций	2				
	10	«Общая физическая подготовка» Развитие силы и выносливости. Разминка. Выполнение силовых упражнений	2				
	12	«Постановка и репетиция хореографических номеров» Координация движений танца. Разминка. Проработка рисунков и танцевальных комбинаций хореографических номеров	2				
	17	«Основы современного танца в стиле К-РОР» Основные техники исполнения танца. Разминка. Проработка и исполнение танцевальных комбинаций	2				
	19	«Общая физическая подготовка» Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений	2				
	24	«Постановка и репетиция хореографических номеров» Художественный образ танца. Разминка. Отработка танцевальных комбинаций, работа над образом	2				
	26	«Основы современного танца в стиле К-РОР» Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка и исполнение танцевальных комбинаций	2				

Overagion	1	«Общая физическая подготовка»	2	20
Октябрь		Развитие гибкости и координации. Разминка. Выполнение		
	3	упражнений на гибкость и растягивание	2	1
	3	«Постановка и репетиция хореографических номеров» Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных	2	
		движений, целостное исполнение хореографических		
	8	номеров	2	1
	0	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	10		2	1
	10	«Общая физическая подготовка» Развитие силы и выносливости. Разминка. Выполнение	2	
	1.5	силовых упражнений		-
	15	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Координация движений танца. Разминка. Проработка		
		рисунков и танцевальных комбинаций хореографических		
	17	номеров	2	-
	17	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Основные техники исполнения танца. Разминка.		
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		_
	22	«Общая физическая подготовка»	2	
		Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений		_
	24	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Координация движений танца. Разминка. Проработка		
		рисунков и танцевальных комбинаций хореографических		
		номеров		
	29	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Основные техники исполнения танца. Разминка.		
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	31	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Художественный образ танца. Разминка. Отработка		
		танцевальных комбинаций, работа над образом		
Ноябрь	5	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	16
		Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка		
		и исполнение танцевальных комбинаций		
	7	«Общая физическая подготовка»	2	
		Развитие гибкости и координации. Разминка. Выполнение		
		упражнений на гибкость и растягивание		
	12	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных		
		движений, целостное исполнение хореографических		
		номеров		
	14	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2]
		Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и		
		исполнение танцевальных комбинаций		
	19	«Общая физическая подготовка»	2	1
	- /	Развитие силы и выносливости. Разминка. Выполнение	_	
		силовых упражнений		
	21	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	1
	41	Координация движений танца. Разминка. Проработка	4	
· ·	i e	поординация движении тапца, г азминка, ттрораостка		
		рисунков и танцевальных комбинаций хореографических		

	26	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	20	Основы современного тапца в стиле к-т от //	2	
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	28	«Общая физическая подготовка»	2	
	20	Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений	2	
Декабрь	3	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	16
декаорь	3	Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных	2	10
		движений, целостное исполнение хореографических		
		номеров		
	5	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	3	Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и	2	
		исполнение танцевальных комбинаций		
	10	«Общая физическая подготовка»	2	
	10	Развитие силы и выносливости. Разминка. Выполнение	2	
	12	силовых упражнений	2	
	12	«Постановка и репетиция хореографических номеров» Координация движений танца. Разминка. Проработка	2	
		рисунков и танцевальных комбинаций хореографических		
	17	номеров «Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	1 /	«Основы современного танца в стиле к-гог» Основные техники исполнения танца. Разминка.	2	
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	19	«Общая физическая подготовка»	2	
	19	«Оощая физическая подготовка» Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений	2	
	24	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
	∠ 4	«постановка и репетиция хореографических номеров» Художественный образ танца. Разминка. Отработка	2	
		танцевальных комбинаций, работа над образом		
	26	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	20	Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка	2	
		и исполнение танцевальных комбинаций		
Январь	9	«Общая физическая подготовка»	2	14
инварь		Развитие гибкости и координации. Разминка. Выполнение	2	17
		упражнений на гибкость и растягивание		
	14	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
	17	Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных	2	
		движений, целостное исполнение хореографических		
		номеров		
	16	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	10	Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и	2	
-		исполнение танцевальных комбинаций		
	21	«Общая физическая подготовка»	2	
	21	Развитие силы и выносливости. Разминка. Выполнение	_	
		силовых упражнений		
	23	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Координация движений танца. Разминка. Проработка	_	
		рисунков и танцевальных комбинаций хореографических		
		номеров		
	28	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	20	Основы современного танца в стиле к-т от //	<i>2</i>	
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	30	«Общая физическая подготовка»	2	

Февраль	4	«Постановка и репетиция хореографических номеров» Художественный образ танца. Разминка. Отработка	2	16
	6	танцевальных комбинаций, работа над образом «Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	U	Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка	2	
		и исполнение танцевальных комбинаций		
	11	«Общая физическая подготовка»	2	
	11	Развитие гибкости и координации. Разминка. Выполнение	2	
		упражнений на гибкость и растягивание		
	13	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных		
		движений, целостное исполнение хореографических		
		номеров		
	18	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и		
		исполнение танцевальных комбинаций		
	20	«Общая физическая подготовка»	2	
		Развитие силы и выносливости. Разминка. Выполнение силовых упражнений		
	25	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка		
		и исполнение танцевальных комбинаций		
	27	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Координация движений танца. Разминка. Проработка		
		рисунков и танцевальных комбинаций хореографических		
		номеров		
Март	4	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	16
		Основные техники исполнения танца. Разминка.		
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций	2	
	6	«Общая физическая подготовка»	2	
	1.1	Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений	2	
	11	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Художественный образ танца. Разминка. Отработка танцевальных комбинаций, работа над образом		
	13		2	
	13	«Основы современного танца в стиле К-РОР» Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка	2	
		и исполнение танцевальных комбинаций		
	18	«Общая физическая подготовка»	2	
	10	Развитие гибкости и координации. Разминка. Выполнение	2	
		упражнений на гибкость и растягивание		
	20	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
	20	Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных	2	
		движений, целостное исполнение хореографических		
		номеров		
	25	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и		
		исполнение танцевальных комбинаций		
	27	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
	1			
		Координация движении танца. Разминка. Прораоотка		
		Координация движений танца. Разминка. Проработка рисунков и танцевальных комбинаций хореографических		

	1	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	18
Апрель		Основные техники исполнения танца. Разминка.		
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	3	«Общая физическая подготовка»	2	
		Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений		
	8	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Художественный образ танца. Разминка. Отработка		
		танцевальных комбинаций, работа над образом		
	10	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка		
		и исполнение танцевальных комбинаций		
	15	«Общая физическая подготовка»	2	
		Развитие гибкости и координации. Разминка. Выполнение		
		упражнений на гибкость и растягивание		
	17	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных		
		движений, целостное исполнение хореографических		
		номеров		
	22	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и		
		исполнение танцевальных комбинаций		
	24	«Общая физическая подготовка»	2	
		Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений		
	29	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Координация движений танца. Разминка. Проработка	-	
		рисунков и танцевальных комбинаций хореографических		
		номеров		
	6	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	16
Май		Основные техники исполнения танца. Разминка.		
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	8	«Общая физическая подготовка»	2	
		Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений		
	13	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
	10	Художественный образ танца. Разминка. Отработка	_	
		танцевальных комбинаций, работа над образом		
	15	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	13	Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка	_	
		и исполнение танцевальных комбинаций		
	20	«Общая физическая подготовка»	2	
	20	Развитие гибкости и координации. Разминка. Выполнение	2	
		упражнений на гибкость и растягивание		
	22		2	
	22	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных		
		движений, целостное исполнение хореографических		
	27	номеров		
	27	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Стилевые особенности танца. Разминка. Проработка и		
		исполнение танцевальных комбинаций		
	29	«Общая физическая подготовка»	2	
		Развитие силы и выносливости. Разминка. Выполнение		
		силовых упражнений		

	3	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	16
Июнь		Основные техники исполнения танца. Разминка.		
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	5	«Общая физическая подготовка»	2	
		Физическое развитие. Разминка. Выполнение упражнений		
	10	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Художественный образ танца. Разминка. Отработка		
		танцевальных комбинаций, работа над образом		
		«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
	17	Выразительность исполнения танца. Разминка. Проработка		
		и исполнение танцевальных комбинаций		
	19	«Общая физическая подготовка»	2	
		Развитие гибкости и координации. Разминка. Выполнение		
		упражнений на гибкость и растягивание		
	24	«Постановка и репетиция хореографических номеров»	2	
		Композиция танца. Разминка. Отработка танцевальных		
		движений, целостное исполнение хореографических		
		номеров		
	26	«Основы современного танца в стиле К-РОР»	2	
		Основные техники исполнения танца. Разминка.		
		Проработка и исполнение танцевальных комбинаций		
	29	«Итоговое занятие». Подведение итогов учебного года.	2	
		Повторение пройденного материала		
		Итого часов по программе		164