

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ЮНЫХ»

ПРИНЯТА

Малым педагогическим советом
специализированной детско-юношеской
спортивной школы олимпийского резерва №1
(протокол от 15.01 2020 г. № 2)

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
М.Р. Кагунова

М.П.

(приказ № 962 -ОД от 18.06 2020 г.)



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«СПОРТИВНЫЙ БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ. ОСНОВЫ МАСТЕРСТВА»**

Возраст учащихся: 10-14 лет

Срок реализации: 4 года

Разработчики:

Кнестяпина Юлия Юрьевна,
руководитель клуба

Горелик Яков Шмеркович,
педагог дополнительного образования

Залевская Ирина Александровна,
педагог дополнительного образования

Деловов Василий Юрьевич,
педагог дополнительного образования

ОДОБРЕНА

Методическим советом

ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»

(протокол от 16.06.2022 № 9)

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивный бальный танец. Основы мастерства», далее по тексту программа, предназначена для обучения танцевально одаренных учащихся-спортсменов, ориентированных на занятия спортивными бальными танцами и относящимися к спортивным бальным танцам как виду спорта.

В настоящее время спортивные танцы стремительно развиваются, и требования, предъявляемые к спортсменам-танцорам, касаются не только музыкальности, легкости и пластичности исполнения соревновательной программы, но и их физической подготовки, включающей разного рода параметры локомоторных умений и нестандартных навыков исполнения сложных танцевальных элементов. Динамичные, скоростные движения, выполняемые с максимальной амплитудой, усложненная хореография требуют повышенных физических усилий, выносливости, гибкости, координации движений.

Направленность: физкультурно-спортивная

Адресат программы

Программа предназначена для учащихся 10 - 14 лет, имеющих сформированный интерес к занятиям спортивными бальными танцами, успешно окончивших обучение по трехгодичной программе «Школа танцев» в клубе "Ритм", имеющих устойчивую мотивацию к продолжению обучения спортивным бальным танцам, опыт выступления на конкурсах в категории «Массовый спорт» и получивших категорию класса «Е» по программе группы «Спорт высших достижений».

Актуальность программы определяется социальным заказом на формирование у молодежи устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни, воспитанию здорового, физически развитого поколения, с представлением о здоровье как жизненной ценности, необходимостью формирования спортивного резерва и спортсменов высокого класса в области спортивного бального танца. Структура программы, индивидуальный, дифференцированный подход к обучению предоставляет каждому учащемуся право освоить тот уровень программного материала, который соответствует его индивидуальным потребностям и способностям. Образовательная среда клуба "Ритм" включает социокультурную инфраструктуру, объединяющую воспитательные возможности образования, культуры и спорта, содействует успешной социализации учащихся, психологической адаптации спортсменов-танцоров к специфическим условиям соревновательной деятельности.

Отличительные особенности программы определяются спиралеобразной структурой образовательного процесса: темы осваиваемые учащимися повторяются из года в год. Алгоритм программы предполагает ежегодное повторение уже освоенной программы спортивных танцев. Каждый год, по мере роста профессионального и исполнительского мастерства, учащиеся осваивают новые танцы, согласно классификации ФТСАРР (Федерации танцевального спорта России), что подразумевает освоение дополнительного объема нагрузок и развития пластики.

Обучение по программе учитывает специфику современных требований: специальный курс физических упражнений для физического совершенствования, формирование благоприятного эмоционального микроклимата, здоровьесберегающие образовательные технологии.

Уровень освоения программы углубленный

Цель. Развитие и поддержка спортивно одаренных учащихся через их профессиональный рост в спортивных бальных танцах.

Задачи

Обучающие:

- Сформировать знания и умения в области бальной хореографии на уровне «Е», «Д», «С» класса.
- Научить правилам участия в соревнованиях по спортивным бальным танцам различного уровня (городские, российские).
- Профессиональная ориентация учащихся в области спорта и творчества.

Развивающие:

- Развить познавательные навыки: стремление к саморазвитию и самосовершенствованию.
- Способствовать художественно-эстетическому и культурному развитию учащихся.
- Сформировать устойчивую мотивацию к творческой деятельности.

Воспитательные:

- Воспитать качества личности, необходимые для успешных выступлений на соревнованиях.
- Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни.
- Прививать обучающимся культуру общения в профессиональной сфере

Условия реализации программы

Программа или ее часть реализуется в очной форме или в формате внеаудиторной (самостоятельной работы). Возможна реализация программы или ее части с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Условия набора и формирование групп:

Обучаться по данной программе могут учащиеся 10-14 лет, имеющие сформированный интерес к занятиям спортивными бальными танцами, успешно окончивших обучение по трехгодичной программе «Школа танцев», имеющих опыт выступления на конкурсах в категории «Массовый спорт», получивших «Е» класс танцевания в группе «Спорт высших достижений». Группы комплектуются парами, равными по количеству мальчиков и девочек, наполняемость в группе не менее 10 человек. В группы принимаются учащиеся, имеющие уровень танцевального мастерства:

- 1 год – 10-11 лет «Е» класс
- 2 год – 11-12 лет «Е», «Д» класс
- 3 год – 12-13 лет «Д» класс
- 4 год – 13- 14 лет «Д», «С» класс

Все учащиеся должны пройти медицинское обследование в специализированном спортивном диспансере и получить допуск к занятиям. Возможен дополнительный набор учащихся из других коллективов на любой год и уровень обучения, имеющие необходимый уровень мастерства. Поступающим необходимо предоставить документ «Классификационная книжка спортсмена». Пройти предварительный творческий просмотр, который заключается в исполнении танцев конкурсной программы

(латиноамериканской и европейской) с целью определения уровня подготовленности и творческих способностей для распределения по группам.

Возраст учащихся

- 1 год – 10-11 лет «Е» класс
- 2 год – 11-12 лет «Е», «Д» класс
- 3 год – 12-13 лет «Д» класс
- 4 год – 13- 14 лет «Д», «С» класса

Объем и срок освоения

- 1 год 216 часов
- 2 год 216 часов
- 3 год 216 часов
- 4 год 216 часов

Режим занятий

Занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа или 2 раза в неделю по 2 часа и 2 раза по 1 часу.

Формы организации деятельности детей на занятиях

- фронтальная
- групповая
- коллективная
- индивидуальная

Формы занятий

- Практическая работа
- Беседа
- Самостоятельная работа
- Семинар
- Репетиция
- Зачет
- Конкурс
- Концерт
- Отчет
- Соревнование
- Праздник
- Показательные выступления.

Кадровое обеспечение

Для реализации программы используется следующий кадровый потенциал:

- Педагоги дополнительного образования специалисты в области бальной хореографии
- В режиме социального партнерства возможно приглашение специалистов по спортивному бальному танцу, преподавателей высшей школы.

Материально-техническое обеспечение

- Танцевальный зал (паркет, зеркала) оснащенный мультимедийным оборудованием
 - ✓ CD , DVD, MD проигрыватели
 - ✓ Усилитель, микшерский пульт
 - ✓ Звуковые колонки
 - ✓ Музыкальные центры

- ✓ Электронный клавишный музыкальный инструмент
- ✓ Телевизоры
- ✓ Видеокамеры
- ✓ Ноутбук, планшет
- ✓ Ксерокс, принтер
- Раздевалки
- Эспандеры
- Утяжелители
- Тренажер для фиксации позиции партнера в танцах европейской программы.

Программой предусмотрено проведение праздников в парадных залах Аничкова дворца и фойе КЗ «Карнавал».

Предметные результаты:

- Овладели знаниями, практическими навыками, специальной терминологией в области бальной хореографии на уровне «Е», «Д», «С» класса.
- Представили результаты профессионального роста на городских и российских соревнованиях по «Е», «Д» и «С» классам.
- Получили знания о профессиональных возможностях в области спорта и творчества.

Метапредметные результаты

- Сформированы познавательные навыки: стремление к саморазвитию и самосовершенствованию.
- Сформированы творческие и артистические навыки.
- Сформирована мотивация к творческой деятельности.

Личностные результаты

- Сформированы качества личности, необходимые для успешных выступлений на соревнованиях.
- Сформирована культура здорового и безопасного образа жизни.
- Сформированы коммуникативные навыки общения в профессиональной сфере

Учебный план 1 год обучения

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль Педагогическое наблюдение
2	Элементы музыкальной грамоты	20	6	14	Тестовые задания
3	Танцевальная азбука	24	4	20	Задания на сформированность понятийного аппарата
4	Спортивные танцы: европейская программа	60	10	50	Зачет
5	Спортивные танцы: латиноамериканская программа	60	10	50	Зачет
6	Основы танцевального мастерства	8	4	4	Фронтальный опрос. Выполнение контрольных заданий.
7	Праздники и выступления	6	-	6	Педагогическое наблюдение
8	Конкурсы	36	6	30	Педагогическое наблюдение
	Всего	216	41	175	

Учебный план 2 года обучения

	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль Педагогическое наблюдение
2	Элементы музыкальной грамоты	16	4	12	Тестовые задания
3	Танцевальная азбука	20	6	14	Задания на сформированность понятийного аппарата
4	Спортивные танцы: европейская программа	64	7	57	Зачет
5	Спортивные танцы: латиноамериканская программа	64	7	57	Зачёт
6	Основы танцевального мастерства	8	4	4	Фронтальный опрос. Выполнение контрольных заданий
7	Праздники и показательные выступления	6	-	6	Педагогическое наблюдение
8	Конкурсы	36	8	28	Педагогическое наблюдение
	Всего	216	37	179	

Учебный план 3 года обучения

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль Педагогическое наблюдение
2.	Элементы музыкальной грамоты	14	4	10	Тестовые задания
3.	Танцевальная азбука	22	6	16	Задания на сформированность понятийного аппарата
4.	Спортивные танцы: европейская программа	64	6	58	Зачет
5.	Спортивные танцы: латиноамериканская программа	64	6	58	Зачёт
6.	Основы танцевального мастерства	8	4	4	Фронтальный опрос Выполнение контрольных заданий
7.	Праздники и показательные выступления	6	-	6	Педагогическое наблюдение
8.	Конкурсы	36	6	30	Педагогическое наблюдение
	Всего	216	33	183	

Учебный план 4 года обучения

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль Педагогическое наблюдение
2.	Элементы музыкальной грамоты	12	6	6	Тестовые задания
3.	Танцевальная азбука	18	8	10	Задания на сформированность понятийного аппарата
4.	Спортивные танцы: европейская программа	68	14	54	Зачет
5.	Спортивные танцы: латиноамериканская программа	68	14	54	Зачёт
6.	Основы танцевального мастерства	8	4	4	Фронтальный опрос Выполнение контрольных заданий
7.	Праздники и показательные выступления	4	-	4	Педагогическое наблюдение
8.	Конкурсы	36	4	32	Педагогическое наблюдение
	Всего	216	51	165	