

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

**ПРИНЯТА**

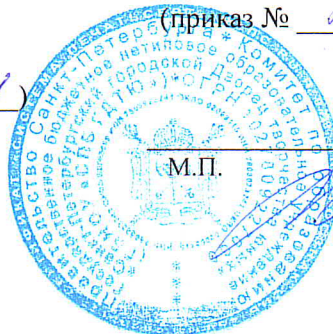
Малым педагогическим советом  
спортивной школы олимпийского  
резерва №1  
(протокол от 10.01 2024 г. № 1)

**УТВЕРЖДЕНА**

(приказ № 272 -Од от 01.02 2024 г)

Генеральный директор

М.Р. Катунцова



Дополнительная общеразвивающая программа  
«Хореография в танцевальном спорте. Этап открытого класса»

Возраст обучающихся: 13-18 лет

Срок освоения: 3 года

Уровень освоения: углубленный

**Разработчик:**

Кнестяпина Юлия Сергеевна,  
педагог дополнительного образования

**ОДОБРЕНА**

Методическим советом  
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»

(протокол от 01.02.2024 № 6).

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография в танцевальном спорте. Этап открытого класса», далее по тексту программа, ориентирована на обучающихся танцевальному спорту в клубе "Ритм" выступающих в «Открытом классе» мастерства согласно классификации Всероссийской Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла, желающих совершенствовать собственные физические возможности, расширить диапазон владения новыми танцевальными элементами, развить творческий потенциал личности.

### **Направленность:** художественная

Занятие хореографией для обучающихся спортсменов среднего и старшего школьного возраста- это прежде всего творческий процесс, где большое значение имеет детское сочинительство, составление самими учащимися танцевальных комбинаций, композиций и этюдов на основе уже имеющихся знаний и личного танцевального опыта. Кроме того, изучение различных танцевальных направлений помогает не только расширить потенциал физических возможностей, но и увеличить креативность подходу к личным соревновательным программам. Личное участие в творчестве углубляет и обогащает восприятие искусства. Навыки творчества, которые развиваются в процессе такой деятельности, способствуют формированию творчески-активной личности, помогают профессионально ориентироваться.

### **Актуальность:**

Высочайший уровень конкуренции в детско-юношеском танцевании в сфере спортивного бального танца и постоянная эволюция спортивного танца, как вида спорта, способствует тому, что достижение высоких результатов невозможно без непрерывного совершенствования тела и физических возможностей танцора. Высокий уровень физической подготовки, владение уникальными танцевальными элементами, исполнение полу-акробатических позиций и связок повышают конкурентоспособность в условиях соревнований «открытого» (B, A, S, M) класса. Актуальными становятся все более новые и неожиданные элементы современных танцевальных направлений. В связи с пересмотром Положения Спортивной Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла, введены новые дополнительные критерии судейства, в числе которых артистизм, сложность исполнения компонентов, вращений, махов, атмосфера в паре, чистота и музыкальность исполнения линий и позиций. Кроме того, танцоры уровня высоких классов (B-M), все чаще становятся профессионально ориентированы.

Данная программа разработана как ответ на запрос и потребности спортивно ориентированных учащихся, имеющих серьезные намерения в области спортивного бального танца и нуждающихся в постоянном совершенствовании своих физических возможностей, расширении арсенала теоретических и практических знаний.

### **Цель:**

Совершенствование танцевально-исполнительского мастерства учащихся в области танцевального спорта до уровня класса мастерства «S» и звания Кандидат в мастера спорта

### **Уровень освоения программы:** углубленный

**Адресат программы:** Данная программа адресована учащимся любого пола от 13-18 лет, изучающим спортивный бальный танец и имеющим высокий класс танцевания C, B, A, S.

### **Задачи:**

### *Обучающие*

- Улучшить технику исполнения основных элементов современных танцевальных направлений, техники танцевальной импровизации на заданную тему.
- Изучить технику исполнения элементов специальной танцевальной и физической подготовки на базе фигур спортивного бального танца в усложненных танцевальных ритмах и композиционных соединениях.
- Подготовить к представлению танцевального мастерства на соревнованиях разного уровня.

### *Развивающие*

- Развить физические и функциональные возможности организма, необходимые для совершенствования исполнительских навыков в открытом классе.
- Развить навыки аналитической, постановочной и исполнительской деятельности с использованием элементов разных танцевальных жанров в паре и коллективе.
- Развить эмоциональность, артистизм, двигательную эстетику при исполнении танцевальных элементов.

### *Воспитательные*

- Воспитать коммуникативные и регулятивные навыки (профессиональное обсуждение танцевальных композиций, самооценка, планирование действий).
- Воспитать навыки безопасного и здорового образа жизни.
- Воспитать личностные качества, необходимые для успешности выступления на соревнованиях любого уровня (трудолюбивость, самодисциплина, чувство ответственности за общее дело и результат, чувство дружбы и товарищества, стрессоустойчивость и др.).

### **Условия реализации программы:**

#### ***Условия набора и формирования групп:***

Группа формируется из изучающих спортивный бальный танец, имеющих опыт конкурсных выступлений по виду «Танцевальный спорт», осваивающие полную программу (5 танцев) европейской и (5 танцев) латиноамериканской программ, имеющих хореографическую подготовку (знание элементов классического танца, растяжки) и класс танцевания от С и выше.

Возможен дополнительный набор в течение учебного года при условии перехода из другого танцевально-спортивного клуба.

#### ***Возраст учащихся:***

Данная программа предназначена для учащихся 13-18 лет.

***Срок и объем освоения:*** программа рассчитана на 3 года, 144 часа в 1 год.

***Режим занятий:*** занятия проходят 2 раза в неделю по 2 часа или 3 раза в неделю по 1 и 2 часам

#### ***Формы организации детей на занятии:***

##### ***Формы занятия:***

- объяснение материала, с наглядными примерами грамотного исполнения;
- практические занятия;
- различные формы самостоятельной работы, в том числе домашнее задание, проверяемое и разбираемое на занятии;
- беседы,

- репетиции,
- праздники,
- зачеты,
- просмотр видеофильмов и др..

*Занятия организуются* в форме группового занятия, занятия по подгруппам, парам, на котором обучающиеся выполняют заданные упражнения, комбинации, репетируют иные задания под аккомпанемент концертмейстера или аудио-видео технических средств.

### **Материально-техническое обеспечение:**

Учебные занятия проводятся в помещении, оснащенном танцевальным покрытием (паркет, линолиум, ламинат и пр.), зеркалами, аудио и видео оборудованием, малое спортивное оборудование (резины, скакалки, коврики для гимнастики, утяжелители, балансирующие платформы). Для реализации отдельных разделов программы необходим компьютер с выходом в интернет, видеопроектор.

### **Планируемые результаты**

#### *Предметные результаты*

- Улучшена техника исполнения основных элементов современных танцевальных направлений, техники танцевальной импровизации на заданную тему.
- Изучена техника исполнения элементов специальной танцевальной и физической подготовки на базе фигур спортивного бального танца в усложненных танцевальных ритмах и композиционных соединениях.
- Подготовили к представлению танцевального мастерства на соревнованиях разного уровня.

#### *Метапредметные результаты:*

- Развита физическая и функциональная возможности организма, необходимые для совершенствования исполнительских навыков в открытом классе.
- Развита навык постановочной и исполнительской деятельности с использованием элементов разных танцевальных жанров в паре и коллективе.
- Развита эмоциональность, артистизм, двигательную эстетику при исполнении танцевальных элементов.

#### *Личностные результаты:*

- Воспитали коммуникативные и регулятивные навыки (профессиональное обсуждение танцевальных композиций, самооценка, планирование действий).
- Воспитаны навыки безопасного и здорового образа жизни.
- Воспитаны личностные качества, необходимые для успешности выступления на соревнованиях любого уровня (трудолюбивость, самодисциплина, чувство ответственности за общее дело и результат, чувство дружбы и товарищества, стрессоустойчивость и др.).

### Учебный план 1 года обучения

	<b>тема</b>	<b>Всего</b>	Теория	Практика	Формы контроля
1	Основы современной хореографии	<b>48</b>	3	45	Педагогическое наблюдение; Опрос. Тест.
2	Общая физическая подготовка	<b>18</b>	2	16	Педагогическое наблюдение
3	История и теория танцевального искусства	<b>4</b>	3	1	Дискуссия. Опрос. Тест
4	Специальная танцевальная подготовка	<b>40</b>	12	28	Педагогическое наблюдение; Опрос
5	Специальная физическая подготовка.	<b>30</b>	2	28	Педагогическое наблюдение;
6	Контрольное занятие	<b>4</b>	-	4	Выполнение контрольных заданий.
	<b>Всего</b>	<b>144 час.</b>	22	122	

## Учебный план 2-го года обучения

	<b>тема</b>	<b>Всего</b>	Теория	Практика	Формы контроля
1	Основы современной хореографии	<b>44</b>	3	41	Педагогическое наблюдение; Опрос. Тест.
2	Общая физическая подготовка	<b>22</b>	2	20	Педагогическое наблюдение
3	История и теория танцевального искусства	<b>4</b>	3	1	Дискуссия. Опрос. Тест
4	Специальная танцевальная подготовка	<b>40</b>	10	30	Педагогическое наблюдение; Опрос
5	Специальная физическая подготовка.	<b>30</b>	2	28	Педагогическое наблюдение;
6	Контрольное занятие	<b>4</b>	-	4	Выполнение контрольных заданий.
	<b>Всего</b>	<b>144 час.</b>	20	124	

### Учебный план 3-го года обучения

	<b>тема</b>	<b>Всего</b>	Теория	Практика	Формы контроля
1	Основы современной хореографии	<b>40</b>	2	38	Педагогическое наблюдение; Опрос. Тест.
2	Общая физическая подготовка	<b>26</b>	2	24	Педагогическое наблюдение
3	История и теория танцевального искусства	<b>4</b>	3	1	Дискуссия. Опрос. Тест
4	Специальная танцевальная подготовка	<b>36</b>	6	30	Педагогическое наблюдение; Опрос
5	Специальная физическая подготовка.	<b>34</b>	2	32	Педагогическое наблюдение;
6	Контрольное занятие	<b>4</b>	-	4	Выполнение контрольных заданий.
	<b>Всего</b>	<b>144 час.</b>	15	129	

