

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

ПРИНЯТА

Малым педагогическим советом
спортивной школы олимпийского
резерва №1
(протокол от 08.09 2023 г. №

УТВЕРЖДЕНА

(приказ № 3294 -ОД от 1.12 2023 г)



Генеральный директор

М.Р. Катунова

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Танцевально-спортивный интенсив»**

Возраст обучающихся: 9-17 лет
Срок освоения: 6 дней

Разработчики:

Кнестяпина Юлия Сергеевна,
педагог дополнительного образования
Кнестяпина Юлия Юрьевна,
педагог дополнительного образования

ОДОБРЕНА

Методическим советом
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»
(протокол от 1.12.2023 № 4).

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основные характеристики программы:

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевально-спортивный интенсив», далее (программа), предназначена для совершенствования в сжатые сроки физических, психологических и профессиональных спортивных навыков у обучающихся с устойчивой мотивацией, в рамках подготовки к соревнованиям различного уровня, согласно календарному плану Федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла.

Направленность программы: физкультурно-спортивная направленность

Адресат программы

Программа предназначена для обучающихся 9-17 лет СШОР № 1 детского объединения «клуб спортивного балетного танца «Ритм

Актуальность

Занятия по программе способствуют воспитанию общей культуры, улучшению двигательной активности, совершенствованию функциональных возможностей организма и оздоровлению детей. Данная программа разработана с учётом потребностей обучающихся и запросов их родителей, наличием интереса к данному жанру.

Отличительные особенности программы

Изложенный в программе предполагает повторение и детальный разбор материала уже освоенной программы спортивных танцев. Для подготовки к соревнованиям в программе преобладают практические занятия на базе упражнений специальной физической подготовки, обсуждение деталей организации спортивных соревнований, разбор правил проведения соревнований, моделирование ситуаций на соревнованиях, проведение учебных турниров.

Обучение по программе учитывает специфику современных требований: специальный курс физических упражнений для физического совершенствования, формирование благоприятного эмоционального микроклимата, здоровьесберегающие образовательные технологии для поддержания физического и психического здоровья, профилактику эмоционального выгорания. Используется практика наставничества путем передачи опыта старших танцоров младшим.

Уровень освоения программы: общекультурный.

Объём и срок освоения: 18 часов, 6 дней по 3 часа.

Цель программы: совершенствование навыков исполнения спортивных балетных танцев.

Задачи

Обучающие:

- Совершенствовать физические и пластические навыки.
- Знакомить обучающихся с изменениями в правилах участия в соревнованиях по спортивным балетным танцам различного уровня (городские, муниципальные, всероссийские, международные).

Развивающие:

- Совершенствовать артистизм и взаимодействие в паре в соревновательной обстановке.
- Формировать навыки общения в области профессиональных интересов.

Воспитательные:

- Содействовать формированию установки на сознательное и ответственное отношение к своему здоровью.
- Формировать самостоятельность и личную ответственность.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Язык реализации

Программа реализуется на государственном языке РФ - русском.

Форма обучения - программа реализуется в очной форме.

Условия набора и формирования групп

Обучающиеся 9-17 лет СШОР № 1 детского объединения «клуб спортивного бального танца «Ритм», имеющие заключение о медицинском допуске к занятиям физкультурой и спортом, имеющие опыт выступления на городских и российских конкурсах в категории «Спорт высших достижений».

В группы принимаются обучающиеся, имеющие уровень танцевального мастерства от «Е класса».

Формы организации занятий: занятия проводятся аудиторно (в танцевальном зале).

Формы проведения занятий: традиционное занятие

Формы организации деятельности учащихся: фронтальная (беседа, показ, объяснение), групповая (выполнение заданий в паре и в группе)

Материально-техническое оснащение:

- танцевальный зал (паркет, зеркала) оснащенный мультимедийным оборудованием;
- CD, DVD, MD проигрыватели;
- усилитель, микшерский пульт;
- звуковые колонки;
- музыкальный центр;
- ноутбук, планшет;
- раздевалки для обучающихся;
- эспандеры;
- утяжелители;
- тренажер для фиксации позиции партнера в танцах европейской программы.

Кадровое обеспечение: программа реализуется педагогом дополнительного образования.

Планируемые результаты**Предметные**

- Продолжено совершенствование физических и пластических навыки обучающихся перед соревнованиями.
- Изучены изменения в правилах участия в соревнованиях по спортивным бальным танцам различного уровня (городские, муниципальные, Российские, международные).

Метапредметные

- Продолжено развитие познавательных навыков: стремление к саморазвитию и самосовершенствованию, обмену опытом среди обучающихся.
- Продолжено совершенствование артистизма и взаимодействия в паре в соревновательной обстановке.

Личностные результаты

- Сформированы установки на сознательное и ответственное отношение к своему здоровью.
- Продолжено совершенствование личностных качеств, необходимых для успешности в профессиональной и социальной сферах жизни.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Всего	Теория	Практик а	Формы контроля и итогового оценивания
1.	Вводное занятие	1	1	0	Опрос
2.	Спортивные танцы: Латиноамериканская программа, Европейская программа	5	1	4	Педагогическое наблюдение с фиксацией умений исполнения танцев
3.	Танец «Basic»	2	1	1	Педагогическое наблюдение с фиксацией умений исполнения танца
4.	Специальная физическая подготовка (учебно- тренировочные «протанцовки»)	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Собеседование.
5.	Общая физическая подготовка	4	1	3	Педагогическое наблюдение
6.	Восстановительные упражнения	1	0	1	Педагогическое наблюдение с фиксацией умений исполнения
7.	Итоговое занятие	1	0	1	Выполнение тестовых заданий
	Всего	18	5	13	