

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

**ПРИНЯТА**

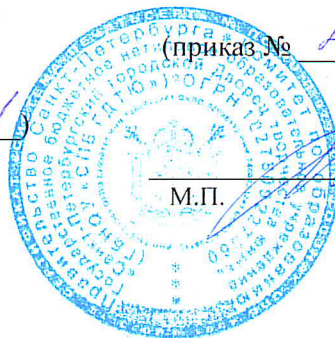
Малым педагогическим советом  
спортивной школы олимпийского  
резерва №1  
(протокол от 10.01 2024 г. № 1)

**УТВЕРЖДЕНА**

(приказ № 272 -Од от 01.02 2024 г.)

Генеральный директор

М.Р. Катунцова



Дополнительная общеразвивающая программа  
«Хореография для спортивного бального танца. Базовый этап»

Возраст обучающихся: 8-10 лет

Срок освоения: 2 года

Уровень освоения: базовый

**Разработчик:**

Княстяпина Юлия Сергеевна,  
педагог дополнительного образования

**ОДОБРЕНА**

Методическим советом  
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»

(протокол от 01.02.2024 № 6).

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа реализуется на бюджетной основе и ориентирована на обучающихся спортивному бальному танцу, желающих совершенствовать собственные физические возможности и изучить новые танцевальные элементы.

**Направленность:** художественная.

Хореография- это комплексная дисциплина, которая развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. И кроме того, это искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. И поскольку период младшего школьного возраста является важнейшим на этапе формирования не только физических данных, но и чувство эстетики движения, линий и образного мышления, погружение в данную форму танцевальной деятельности положительно скажется на становлении творческой, инициативной личности.

**Актуальность:**

Занятия спортивными балльными танцами с целью достижения высоких результатов в детском возрасте невозможны без постоянного совершенствования и развития тела, физических и морально-волевых качеств.

Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. В начале спортивного пути для любого ребенка важно заложить не только грамотные технические основы движения, но и привить позитивный эмоциональный ответ на физическую нагрузку, чувство требовательности к себе а так же эстетику и культуру танцевального действия.

Содержание и структура данной программы в полной мере поможет учащимся освоить базовые принципы и приемы хореографии и реализовать свой возрастной танцевальный потенциал.

**Отличительные особенности:**

- содержание материала программы способствует гармоничному физическому и творческому развитию танцора
- программа ориентирована на развитие индивидуальных личностных особенностей каждого ребенка;
- программа способствует приобщению к безопасному и здоровому образу жизни.

**Цель:**

Формирование основ хореографической культуры, как неотъемлемой части подготовки в спортивных балльных танцах.

**Уровень освоения программы:** базовый

**Адресат программы:** Данная программа адресована учащимся любого пола от 8-10 лет, начинающим изучать спортивный балльный танец и имеющим класс танцевания Н, Е.

**Задачи:**

*обучающие*

- Изучить основные элементы классического танца и уметь исполнять партерный экзерсис;

- Освоить технику исполнения и анализ элементов специальной танцевальной и физической подготовки;
- Изучить различные виды базовых упражнений и элементов общей физической подготовки и гимнастики;

*развивающие*

- развить физические и функциональные возможности организма, необходимые для совершенствования танцевальных исполнительских навыков;
- помочь ребенку сформировать творческое и образное мышление;
- сформировать коммуникативные компетенции (планирование сотрудничества в дуэте, группе).

*воспитательные*

- научить основам самодисциплины, индивидуальной и коллективной ответственности на занятии;
- воспитать привычку к ведению безопасного и здорового образа жизни.
- воспитать у обучающихся пластичную и артистичную культуру танцевального движения.

**Условия реализации программы:**

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

Группа формируется на конкурсной основе из учащихся обучающихся по программе «Спортивный бальный танец. Массовый спорт» не менее 15 человек.

Учащиеся, прошедшие обучение по программе «Хореография для начинающих клуба «Ритм»» принимаются без конкурсного отбора.

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

***Особенности организации образовательного процесса:***

Обучение по программе предполагает применение современных образовательных технологий: здоровьесберегающей технологии; технологии коллективной творческой деятельности, которые по своему характеру ставят целью воспитание творческой личности, и ориентирована на эффективное усвоение знаний и безопасную реализацию умений.

В процессе обучения с помощью поэтапного освоения учебного материала, познания возможностей своего тела и постоянного совершенствования в сфере физического воспитания, у обучающихся формируется внешняя и внутренняя мотивация, способствующая физическому и нравственному развитию и оздоровлению.

***Возраст учащихся:***

Данная программа предназначена для учащихся 7-10 лет.

***Срок и объем освоения:*** программа рассчитана на 2 года, 144 часа в 1 год.

***Режим занятий:*** занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа или 2 раза в неделю по 1 часу

***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,
- открытые занятия для родителей;
- итоговые занятия;
- просмотр видеофильмов.

*Групповые*- занятие проходит в форме группового занятия, на котором обучающиеся выполняют заданные упражнения, комбинации, иные задания под аккомпонемент концертмейстера или аудио-видео технических средств.

**Кадровое обеспечение:** для реализации программы используется следующий кадровый состав:

- педагоги дополнительного образования, обладающие дополнительным или специальным образованием в области хореографического и танцевального искусства, опытом исполнительской деятельности в хореографическом коллективе, обладающие базовыми знаниями фигур и техники исполнения Европейской и Латиноамериканской программ танцев, правил и положений Федерации танцевального спорта.

-так же в режиме социального партнерства возможно приглашение специалистов хореографического профиля в области альтернативных танцевальных направлений, преподавателей высшей школы.

**Материально-техническое обеспечение:**

Учебные занятия проводятся в помещении, оснащено танцевальным покрытием (паркет, линолиум, ламинат и пр.), зеркалами, аудио и видео оборудованием, малое спортивное оборудование ( резины, скакалки, коврики для гимнастики, утяжелители). На 1 и 2 году обучения необходима опора (классический станок, поручни или стулья). Для реализации отдельных разделов программы необходим компьютер с выходом в интернет.

**Планируемые результаты:**

***Предметные результаты:***

*Предметное содержание*

- Изучили основные элементы классического танца и умеют исполнять партерный экзерсис;
- Освоили технику исполнения и анализ элементов специальной танцевальной и физической подготовки;
- Изучили различные виды базовых упражнений и элементов общей физической подготовки;

***Метапредметные результаты:***

- развили физические и функциональные возможности организма, необходимые для совершенствования танцевальных исполнительских навыков;
- сформировали творческое и образное мышление;
- сформировали коммуникативные компетенции (планирование сотрудничества в дуэте, группе).
- 

***Личностные результаты:***

- научили основам самодисциплины, индивидуальной и коллективной ответственности на занятии;
- воспитали привычку к ведению безопасного и здорового образа жизни.

- воспитали у обучающихся пластичную и артистичную культуру танцевального движения.

Учебный план:  
**Учебный план 1 года обучения**

	<b>Тема</b>	<b>Всего</b>	Теория	Практика	Формы контроля
1	Основы классического танца и партерного экзерсиса	<b>42</b>	4	38	Педагогическое наблюдение; Опрос
2	Начальный этап общей физической подготовки и элементы гимнастики	<b>22</b>	2	20	Педагогическое наблюдение
3	Творческая лаборатория	<b>6</b>	5	1	Дискуссия; Опрос.
4	Специальная танцевальная подготовка	<b>46</b>	6	40	Педагогическое наблюдение; Опрос
5	Специальная физическая подготовка	<b>24</b>	2	22	Педагогическое наблюдение
6	Контрольное занятие.	<b>4</b>	-	4	Выполнение контрольных заданий.
	<b>Всего</b>	<b>144 час.</b>	24	120	

### Учебный план 2-го года обучения

	<b>Тема</b>	<b>Всего</b>	Теория	Практика	Формы контроля
1	Основы классического танца и партерного экзерсиса	<b>38</b>	2	36	Педагогическое наблюдение; Опрос
2	Начальный этап общей физической подготовки и элементы гимнастики	<b>23</b>	-	23	Педагогическое наблюдение
3	Творческая лаборатория	<b>7</b>	6	1	Дискуссия; Опрос.
4	Специальная танцевальная подготовка	<b>40</b>	6	34	Педагогическое наблюдение
5	Специальная физическая подготовка. Прогон.	<b>32</b>	2	30	Педагогическое наблюдение
6	Контрольное занятия	<b>4</b>	-	4	Выполнение контрольных заданий.
	<b>Всего</b>	<b>144 час.</b>	18	126	

