

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

**ПРИНЯТО**

Протокол Малого педагогического совета  
Специализированной детско-юношеской  
спортивной школы олимпийского резерва № 1  
№ 2 от «23» мая 2018 г.  
Явгель Н. Е. elb  
/руководитель структурного подразделения/

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ № 476 от 07.06.2018 г.  
генеральный директор  
Катунова М.Р.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Хореография для спортивного бального танца. Первый уровень»

Возраст учащихся: 7-14 лет  
Срок реализации: 5 лет

**Разработчик:**  
Кнестяпина Юлия Сергеевна  
педагог дополнительного образования

**ОДОБРЕНО**

Протокол Методического совета  
№ 8 от «14» 06 2018 г.

## 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

### **Актуальность:**

При условии высочайшей конкуренции в детско-юношеском танцевании в сфере спортивного бального танца и тенденции к постоянному повышению уровня детских конкурсных вариаций, танцоры, претендующие на присвоение класса танцевания или уже имеющие классы с ограничением фигур (Е, Д, С), нуждаются в расширении арсенала танцевальных умений и постоянном совершенствовании собственных физических возможностей.

Кроме того, изучение иных от стандартной конкурсной программы танцевальных направлений, позволяет расширить культурный и профессиональный танцевальный кругозор. Ребенок знакомится с культурой и историей классических, народно-сценических и современных танцевальных направлений, приобретает терминологическую грамотность, происходит гармоничное развитие у детей физических танцевальных качеств, воспитывается художественный танцевальный вкус и эстетики движения.

Комплексный подход к организации занятия с детьми обеспечивает укрепление их психического и физического здоровья, положительную социализацию ребенка.

### **Отличительные особенности:**

- содержание материала программы способствует гармоничному физическому и творческому развитию танцора, а так же приобщению к безопасному и здоровому образу жизни.
- программа ориентирована на развитие индивидуальных личностных особенностей каждого ребенка;
- программа позволяет познакомить спортивно ориентированного танцора с культурой и особенностями многих хореографических дисциплин.

### **Цель:**

Совершенствование танцевально-исполнительских способностей обучающихся на основе совершенствования техники исполнения

**Уровень освоения программы:** базовый

**Адресат программы:** Данная программа адресована учащимся любого пола от 7-14 лет, изучающим спортивный бальный танец и имеющим класс танцевания Н, Е, Д, С.

### **Задачи:**

*обучающие*

- изучить основные элементы классического танца, народно-сценических танцев, и уметь исполнять партерный экзерсис, элементы в комбинационных зарисовках усложненный танцевальными движениями, прыжки в сочетании с танцевально-координационными элементами
- Освоить технику исполнения и анализ элементов специальной танцевальной подготовки;

- Изучить виды, формы и жанры классического и народно-сценического танца, связи музыки и движения и конструктивно выразить позитивную или критическую точку зрения;

*развивающие*

- развить физические и функциональные возможности организма, необходимые для совершенствования танцевальных исполнительских навыков;
- помочь ребенку выработать творческий подход к учебно-тренировочному процессу;
- развить музыкально-двигательную связь, эмоциональность и артистизм и музыкально-эстетическую культуру исполнения танцевальных элементов.

*воспитательные*

- научить самостоятельной и коллективной работе над своим телом, формировать собственный подход к тренировке.
- воспитать художественный вкус, привычку к ведению безопасного и здорового образа жизни.
- воспитать у обучающихся трудоспособность, ответственность, целеустремленность в достижении конечных результатов.

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

|   | <b>Тема</b>   | <b>Всего</b>    | Теория | Практика | Формы контроля                      |
|---|---|-----------------|--------|----------|-------------------------------------|
| 1 | Элементы классического танца                                | <b>32</b>       | 4      | 28       | Педагогическое наблюдение;<br>Опрос |
| 2 | Элементы народно-сценического танца                         | <b>12</b>       | 5      | 7        | Педагогическое наблюдение           |
| 3 | Танцевальная импровизация                                   | <b>4</b>        | -      | 4        | Педагогическое наблюдение           |
| 3 | Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки | <b>16</b>       | 2      | 14       | Педагогическое наблюдение           |
| 4 | История и теория танцевального искусства                    | <b>6</b>        | 5      | 1        | Дискуссия;<br>Опрос.                |
| 5 | Специальная танцевальная подготовка                         | <b>46</b>       | 6      | 40       | Педагогическое наблюдение;<br>Опрос |
| 6 | Специальная физическая подготовка. Прогон.                  | <b>24</b>       | 2      | 22       | Педагогическое наблюдение           |
| 7 | 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 | Элементы классического танца                                | <b>28</b>       | 2      | 26       | Педагогическое наблюдение;<br>Опрос |
| 2 | Элементы народно-сценического танца                         | <b>12</b>       | 2      | 10       | Педагогическое наблюдение           |
| 3 | Танцевальная импровизация                                   | <b>7</b>        | -      | 7        | Педагогическое наблюдение           |
| 3 | Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки | <b>14</b>       | -      | 14       | Педагогическое наблюдение           |
| 4 | История и теория танцевального искусства                    | <b>7</b>        | 6      | 1        | Дискуссия;<br>Опрос.                |
| 5 | Специальная танцевальная подготовка                         | <b>40</b>       | 6      | 34       | Педагогическое наблюдение           |
| 6 | 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      |                                     |

### Учебный план 3-го года обучения

|   | Тема  | Всего          | Теория | Практика | Формы контроля                                       |
|---|---|----------------|--------|----------|--|
| 1 | Элементы классического танца                                | <b>26</b>      | 2      | 24       | Педагогическое наблюдение;<br>Тестирование;<br>Опрос |
| 2 | Элементы народно-сценического танца                         | <b>14</b>      | 4      | 10       | Педагогическое наблюдение                            |
| 3 | Танцевальная импровизация                                   | <b>8</b>       | 2      | 6        | Педагогическое наблюдение                            |
| 3 | Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки | <b>14</b>      | -      | 14       | Педагогическое наблюдение                            |
| 4 | История и теория танцевального искусства                    | <b>8</b>       | 7      | 1        | Дискуссия,<br>творческое задание;<br>Опрос.          |
| 5 | Специальная танцевальная подготовка                         | <b>40</b>      | 6      | 34       | Педагогическое наблюдение                            |
| 6 | Специальная физическая подготовка. Прогон.                  | <b>30</b>      | 2      | 28       | Педагогическое наблюдение                            |
| 7 | Контрольное занятия   | <b>4</b>       | -      | 4        | Выполнение контрольных заданий.                      |
|   | <b>Всего</b>  | <b>144час.</b> | 23     | 121      |  |

### Учебный план 4-го года обучения

|   | <b>Тема</b>   | <b>Всего</b>   | Теория | Практика | Формы контроля                                       |
|---|---|----------------|--------|----------|--|
| 1 | Элементы классического танца                                | <b>26</b>      | 2      | 24       | Педагогическое наблюдение;<br>Тестирование;<br>Опрос |
| 2 | Элементы народно-сценического танца                         | <b>12</b>      | 2      | 10       | Педагогическое наблюдение                            |
| 3 | Танцевальная импровизация                                   | <b>8</b>       | 1      | 7        | Педагогическое наблюдение                            |
| 3 | Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки | <b>14</b>      | -      | 14       | Педагогическое наблюдение                            |
| 4 | История и теория танцевального искусства                    | <b>8</b>       | 7      | 1        | Творческое задание; Опрос.                           |
| 5 | Специальная танцевальная подготовка                         | <b>32</b>      | 2      | 30       | Педагогическое наблюдение                            |
| 6 | Специальная физическая подготовка. Прогон.                  | <b>40</b>      | 2      | 38       | Педагогическое наблюдение                            |
| 7 | Контрольное занятия   | <b>4</b>       | -      | 4        | Выполнение контрольных заданий.                      |
|   | <b>Всего</b>  | <b>144час.</b> | 16     | 128      |  |

### Учебный план 5-го года обучения

|   | Тема  | Всего               | Теория | Практика | Формы контроля                                       |
|---|---|---------------------|--------|----------|--|
| 1 | Элементы классического танца                                | 24                  | 2      | 22       | Педагогическое наблюдение;<br>Тестирование;<br>Опрос |
| 2 | Элементы народно-сценического танца                         | 12                  | 2      | 10       | Педагогическое наблюдение                            |
| 3 | Танцевальная импровизация                                   | 10                  | 1      | 9        | Педагогическое наблюдение                            |
| 3 | Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки | 16                  | -      | 16       | Педагогическое наблюдение                            |
| 4 | История и теория танцевального искусства                    | 6                   | 5      | 1        | Тестирование;<br>Опрос.                              |
| 5 | Специальная танцевальная подготовка                         | 32                  | 2      | 30       | Педагогическое наблюдение                            |
| 6 | Специальная физическая подготовка. Прогон.                  | 40                  | 2      | 38       | Педагогическое наблюдение                            |
| 7 | Контрольное занятия   | 4                   | -      | 4        | Выполнение контрольных заданий.                      |
|   | <b>Всего</b>  | <b>144ч<br/>ас.</b> | 14     | 130      |  |



