

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 10.04.2023 № 2)

УТВЕРЖДАЮ

(приказ № 568 -ОД от 02.05.2023.)

Генеральный директор
М.Р. Кагунова

М.П.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Спортивный бальный танец. Основы мастерства спорта высших
достижений»**

Возраст обучающихся: 9-13 лет
Срок освоения: 3 года
Уровень освоения: углубленный

Разработчики:

Кнестяпина Юлия Юрьевна
руководитель клуба
Деловов Василий Юрьевич
педагог дополнительного образования
Залевская Ирина Александровна
педагог дополнительного образования

ОДОБРЕНА

Методическим советом
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»
(протокол от 02.05.2023 № 6)

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный бальный танец. Основы мастерства спорта высших достижений», 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 9 – 13 лет, имеющих сформированный интерес к занятиям спортивными бальными танцами, успешно окончивших обучение по двухгодичной программе «Спортивный бальный танец. Массовый спорт» 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. Профессиональная ориентация и профессиональный рост учащихся в области спортивных бальных танцев

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).
- Совершенствовать физические качества и спортивные навыки соответственно возрасту и спортивному уровню мастерства.

Развивающие:

- Сформировать познавательные навыки: стремление к саморазвитию и самосовершенствованию.
- Развить двигательные возможности обучающихся, музыкально-ритмические, способности самовыражения в творческой и спортивной деятельности
- Сформировать устойчивую мотивацию к творческой и спортивной 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

Условия набора и формирование групп:

Обучаться по данной программе могут учащиеся 9-13 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 – 9-11 лет «Е» класс

2 год – 11-12 лет «Е», «Д» класс

3 год – 12-13 лет «Д» и «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 – 9-11 лет «Е» класс
- 2 год – 11-12 лет «Е», «Д» класс
- 3 год – 12-13 лет «Д» «С» класс

Объем и срок освоения

- 1 год 216 часов
- 2 год 216 часов
- 3 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.
- Совершенствовали физические качества и спортивные навыки соответственно возрасту и спортивному уровню мастерства

Метапредметные результаты

- Развиты двигательных возможностей обучающихся, музыкально-ритмические, способности самовыражения в творческой и спортивной деятельности
- Сформированы творческие и артистические навыки.
- Сформирована мотивация к творческой и спортивной 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	60	8	52	Зачет
5	Спортивные танцы: латиноамериканская программа	60	8	52	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	39	177	

Учебный план 3 года обучения

8	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	8	60	Зачет
5.	Спортивные танцы: латиноамериканская программа	68	8	60	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	39	177	