

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 15.01 2020 г. № 2)

**УТВЕРЖДАЮ**

М.П.  Генеральный директор  
М.Р. Катунова  
(приказ № 962 -ОД от 18.06 2020 г.)

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«ХОРЕОГРАФИЯ ДЛЯ СПОРТИВНОГО БАЛЬНОГО ТАНЦА. ВТОРОЙ УРОВЕНЬ»**

Возраст учащихся: 12-18 лет  
Срок реализации: 3 года

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

**ОДОБРЕНА**

Методическим советом  
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»  
(протокол от 16.06.2020 № 9)

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография для спортивного бального танца. Второй уровень», далее по тексту программа, ориентирована на обучающихся спортивному бальному танцу клуба "Ритм" по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Спортивный бальный танец. Латиноамериканская программа», желающих совершенствовать собственные физические возможности, расширить диапазон владения новыми танцевальными элементами, развить творческий потенциал личности.

**Направленность:** художественная

**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 конкурентноспособность 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.

Комплексный подход к организации занятия с учащимися, реализуемый в программе, обеспечивает укрепление их психического и физического здоровья, позитивную социализацию, позволяет определиться с направлением деятельности после окончания средней школы.

**Отличительные особенности:**

- Содержание материала программы способствует гармоничному, безопасному физическому и творческому развитию танцора, его приобщению к безопасному и здоровому образу жизни.
- Программа ориентирована на развитие индивидуальных личностных особенностей, раскрывает танцевальный потенциал, формирует уникальный танцевальный стиль каждого учащегося, как самостоятельной уникальной танцевальной единицы.
- Программа позволяет познакомить спортивно ориентированного танцора с культурой и особенностями современных хореографических дисциплин.
- Программа нацелена на понимания и развитие интереса к современному танцу и современному искусству.

**Цель:**

Поддержка и развитие танцевально-исполнительских способностей одаренных в области спортивного бального танца учащихся.

**Уровень освоения программы:** базовый

**Адресат программы:** Данная программа адресована учащимся любого пола от 12-18 лет, изучающим спортивный бальный танец и имеющим высокий класс танцевания C, B, A, S, M.

## **Задачи:**

### *Обучающие*

- Совершенствование техники исполнения основных элементов современных танцевальных направлений, техники танцевальной импровизации на заданную тему.
- Совершенствование техники исполнения и анализа элементов специальной танцевальной подготовки на базе фигур спортивного бального танца в усложненных танцевальных ритмах и композиционных соединениях.
- Изучение форм и жанров современного танца, взаимосвязи музыки и движения.

### *Развивающие*

- Развитие физических и функциональных возможностей организма, необходимые для совершенствования исполнительских навыков в открытом классе.
- Совершение навыков постановочной и исполнительской деятельности с использованием элементов разных танцевальных жанров в паре и коллективе.
- Совершенствование эмоциональности, артистизма, двигательной эстетики при исполнении танцевальных элементов.

### *Воспитательные*

- Формирование индивидуального подхода к тренировочному процессу, самостоятельности в работе над своим телом.
- Совершенствование художественного вкуса, закрепление навыков безопасного и здорового образа жизни.
- Формирование личностных качеств, необходимых для успешности выступления на любом уровне (трудолюбивость, чувство ответственности за общее дело, чувство дружбы и товарищества, стрессоустойчивость и др.).

## **Условия реализации программы:**

Программа или ее часть реализуется в очной форме или в формате внеаудиторной (самостоятельной работы). Возможна реализация программы или ее части с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

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

Группа формируется из изучающих спортивный бальный танец, имеющих опыт конкурсных выступлений, 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.

### ***Особенности организации образовательного процесса:***

Обучение по программе строится по спирально усложняющемуся принципу, т.е. в течение трех лет в учебном плане программы повторяются одни и те же темы. Усложнение и углубление каждой темы происходит ежегодно за счет изучения новых танцев, изучения новых и совершенствования уже изученных элементов классического и современного танцев, новых тем по истории и теории танцевального искусства, расширения диапазона и сложности выполняемых упражнений и элементов. Обучение по программе предполагает применение современных образовательных технологий: в первую очередь это здоровьесберегающие 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 учащихся формируется устойчивая мотивация к занятию спортом, способствующая физическому и нравственному развитию и оздоровлению. Формирование групп по уровню подготовки и возрасту способствует психологическому комфорту каждого учащегося, а

обучение по единому плану под руководством педагога способствует гармоничному освоению материала и приобретению необходимых для совершенствования танцевальных навыков.

***Возраст учащихся:***

Данная программа предназначена для учащихся 12-18 лет.

***Срок и объем освоения:*** программа рассчитана на 4 лет, 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,
- 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.

***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, оснащенном 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, видеопроектор.

***Планируемые результаты:***

*Предметные результаты*

- Усовершенствована техника исполнения основных элементов современных танцевальных направлений, техника танцевальной импровизации на заданную тему.
- Усовершенствована техника исполнения и анализа элементов специальной танцевальной подготовки на базе фигур спортивного бального танца в усложненных танцевальных ритмах и композиционных соединениях.
- Изучены формы и жанры современного танца, взаимосвязь музыки и движения.

*Метапредметные результаты:*

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

***Личностные результаты:***

- Сформирован индивидуальный подход к тренировочному процессу, самостоятельность в работе над своим телом.
- Сформирован художественный вкус, закреплены навыки безопасного и здорового образа жизни.
- Сформированы личностные качества, необходимые для успешности выступления на любом уровне (трудоспособность, чувство ответственности за общее дело, чувство дружбы и товарищества, целеустремленность, стрессоустойчивость, адекватная самооценка, регулятивные навыки и др.).

### Учебный план 1 года обучения

	тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	Элементы классического танца	16	1	15	Педагогическое наблюдение; Опрос. Тест.
2	Элементы современных танцевальных направлений	32	2	30	Педагогическое наблюдение
3	Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки	18	2	16	Педагогическое наблюдение
4	История и теория танцевального искусства	4	3	1	Дискуссия. Опрос. Тест
5	Специальная танцевальная подготовка	40	12	28	Педагогическое наблюдение; Опрос
6	Специальная физическая подготовка.	30	2	28	Педагогическое наблюдение;
7	Основы танцевального мастерства	4	-	4	Выполнение контрольных заданий.
	<b>Всего</b>	<b>144 час.</b>	22	122	

### Учебный план 2-го года обучения

	тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	Элементы классического танца	20	1	19	Педагогическое наблюдение; Опрос
2	Элементы современных танцевальных направлений	24	2	22	Педагогическое наблюдение, тест
3	Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки	22	2	20	Педагогическое наблюдение
4	История и теория танцевального искусства	4	3	1	Дискуссия. Опрос. Тест
5	Специальная танцевальная подготовка	32	10	22	Педагогическое наблюдение; Опрос
6	Специальная физическая подготовка.	38	2	36	Педагогическое наблюдение;
7	Основы танцевального мастерства	4	-	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	Элементы классического танца	<b>20</b>	1	19	Педагогическое наблюдение; Опрос
2	Элементы современных танцевальных направлений	<b>22</b>	2	18	Педагогическое наблюдение, тест
3	Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки	<b>24</b>	2	22	Педагогическое наблюдение
4	История и теория танцевального искусства	<b>4</b>	3	1	Дискуссия. Опрос. Тест
5	Специальная танцевальная подготовка	<b>26</b>	6	20	Педагогическое наблюдение; Опрос
6	Специальная физическая подготовка.	<b>44</b>	2	42	Педагогическое наблюдение;
7	Основы танцевального мастерства	<b>4</b>	-	4	Выполнение контрольных заданий.
	<b>Всего</b>	<b>144 час.</b>	14	130	