

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 20.04.2023 2023 г. № 4

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

М.Р. Катунцова



М.И. приказ № 2296-07 -ОД от 04.05.2023 г

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Основы хореографии для начинающих клуба «Ритм»»**

Возраст обучающихся: 6-9 лет

Срок освоения: 1 год

Уровень освоения: общекультурный

Разработчик:

Кнестяпина Юлия Сергеевна,
педагог дополнительного образования

ОДОБРЕНА

Методическим советом

ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»

протокол от 04.05.2023 № 8

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Основы хореографии для начинающих клуба Ритм» (далее по тексту Программа), реализуется на платной основе и ориентирована на начинающих изучение спортивного бального танца в клубе «Ритм» по программам «Танцевальный спорт. Основы мастерства» и «Спортивный бальный танец. Массовый спорт», желающих совершенствовать собственные физические возможности и освоить дополнительные танцевальные элементы соответствующие уровню мастерства и возрасту сверх основной программы обучения.

Направленность: художественная

Актуальность:

По причине высокой конкуренции в сфере спортивного бального танца в области детского дошкольного и раннего школьного танцевания, начинающие изучение бального танца нуждаются в совершенствовании двигательных навыков, и должны обладать расширенным арсеналом танцевальных умений. Кроме этого, программа позволяет ребенку первично познать личные физические возможности и оценить правильность выбора занятия спортивным танцем.

В погоне за достижением лучших результатов и нерациональным подходом к совершенствованию детских физических возможностей, все чаще обучающиеся получают травмы и профессиональные деформации на ранних этапах обучения. Данная программа уже на начальном этапе позволяет сформировать у обучающегося представление о грамотном подходе к тренировкам, ориентировать на здоровый и безопасный образ жизни.

Отличительные особенности:

- содержание материала программы способствует гармоничному физическому и творческому развитию начинающего танцора, а так же приобщению к безопасному и здоровому образу жизни.
- программа ориентирована на особое внимание к развитию индивидуальных личностных и физических особенностей каждого ребенка;
- программа дает возможность познакомить начинающих спортсменов с культурой и спецификой физической подготовки в спортивном бальном танце и мотивировать на углубление изучения танцевального спорта.

Цель:

Формирование культуры здорового образа жизни и безопасного тренировочного процесса начинающего танцора.

Уровень освоения программы: общекультурный

Адресат программы: Данная программа адресована учащимся любого пола от 6-9 лет, начинающих изучение спортивного бального танца в клубе «Ритм»

Задачи:

Обучающие

- изучить технику базовых упражнений общей и специальной физической подготовки;

- изучить специфичные элементы хореографии, способствующих тренировке координации, музыкальности, легкости и свободы движения.

Развивающие

- укрепить различные группы мышц, разработать подвижность суставов, развить эластичность стопы и гибкость тела;
- развить функциональные возможности организма и музыкально-эстетическую культуру исполнения,
- развить коммуникативные компетенции (планирование сотрудничества в дуэте, группе; инициативное сотрудничество)

Воспитательные

- Воспитать регулятивные навыки (самоконтроль, оценка, умение соотносить свои действия с планируемым результатом)
- Сформировать качества личности, необходимые для успешной реализации в спорте (трудолюбие, дисциплина, концентрация внимания, социальная адаптация);
- научить самостоятельности и коллективной работе
- воспитать художественный вкус.

Условия реализации программы:

Условия набора и формирования групп:

Группа формируется из начинающих изучение спортивного бального танца в клубе «Ритм».

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

Особенности организации образовательного процесса:

Обучение по программе предполагает применение современных образовательных технологий: здоровьесберегающей и игровой технологии.

В процессе обучения с помощью поэтапного освоения учебного материала, познания возможностей своего тела и установлением прямой связи между уровнем физического воспитания и успехом освоения основной дисциплины, у обучающихся формируется внешняя и внутренняя мотивация, способствующая физическому и нравственному развитию и оздоровлению. Обучение по единому плану под руководством педагога способствует гармоничному и безопасному освоению материала всеми учащимися и приобретению необходимых для совершенствования танцевальных навыков.

Возраст учащихся:

Данная программа предназначена для учащихся 6-9 лет.

Срок и объем освоения: программа рассчитана на 1 год, 64 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:

- практические занятия;
- самостоятельная работа, в том числе домашнее задание;
- игровые упражнения;
- беседы,
- открытые занятия для родителей;
- итоговые занятия;

Групповые- урок проходит в форме группового занятия, на котором обучающиеся выполняют заданные упражнения, комбинации, иные задания под аккомпанемент аудио-видео технических средств или инструкции педагога.

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.

Материально-техническое обеспечение:

Учебные занятия проводятся в помещении, оснащённом танцевальным покрытием (паркет, линолеум, ламинат и пр.), зеркалами, аудио и видео оборудованием, малое спортивное оборудование (резины, скакалки, коврики для гимнастики, балансирующие платформы, координационные дорожки).

Планируемые результаты:

Предметные результаты:

- изучили технику базовых упражнений общей и специальной физической подготовки;
- изучили специфичные элементы хореографии, способствующих тренировке координации, музыкальности, легкости и свободы движения.
- укрепили различные группы мышц, разработать подвижность суставов, развить эластичность стопы и гибкость тела;
- развили функциональные возможности организма и музыкально-эстетическую культуру исполнения,

Метапредметные результаты:

- Сформировали коммуникативные компетентности (планирование сотрудничества в дуэте, группе; инициативное сотрудничество)
- Сформировали регулятивные навыки (самоконтроль, оценка, умение соотносить свои действия с планируемым результатом)
- Воспитали художественный вкус.

Личностные результаты:

- Сформировали качества личности, необходимые для успешной реализации в спорте (трудолюбие, дисциплина, концентрация внимания, социальная адаптация);
- Научили самостоятельности и коллективной работе

Учебный план:

«Основы хореографии для начинающих клуба «Ритм»

	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	Элементы классического танца	16	2	14	Педагогическое наблюдение; Опрос
2	Элементы партерной гимнастики и общей физической подготовки	26	2	24	Педагогическое наблюдение
3	Элементы специальной физической подготовки	12	2	10	Педагогическое наблюдение
4	Элементы работы с гимнастическими снарядами	6	-	6	Педагогическое наблюдение
5	Открытое занятие для родителей Тема: «Чему я научился за год»	2	-	2	Открытый урок
6	Контрольное занятие	2	-	2	Выполнение контрольных заданий.
	Всего	64 час.	6	58	