

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Астрахани
«Средняя общеобразовательная школа № 64» Обособленное подразделение «ЦДОД «Арлекино»**

ПРИНЯТА

На заседании ПС
Протокол № 1
От 24.08.2023

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

_____ М.А. Савин

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
г. Астрахани «СОШ № 64»
_____ Е.Г. Тихонова
Приказ № 99-д от 24.08.2023

Рабочая программа
дополнительной общеобразовательной программы
«Спортивно-бальный танец»
Физкультурно-спортивная направленность
2 год обучения

Программу составил:
Педагог дополнительного образования
Савин М.А.

Астрахань, 2023-2024 учебный год

Проверил
Методист _____

Содержание рабочей программы

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика рабочей программы.
3. Содержание рабочей программы.
4. Календарно-тематическое планирование.
5. Условия реализации рабочей программы.
6. Методические рекомендации.
7. Список литературы.

1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа составлена согласно положению «О рабочей программе» и учебного плана МБОУ г. Астрахани «СОШ №64» ОП ЦДОД «Арлекино на 2023-2024 учебный год.

Количество недельных часов: 6 часов

Количество часов в год: 258 часов

Количество учебных недель: 43 недели

Форма обучения: очная

Режим занятий: 2-й год обучения – 2 раза в неделю по 3 академических часа

Форма занятий – групповая.

1. РАЗДЕЛ: Комплекс основных характеристик программы

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Спортивные бальные танцы» **физкультурно-спортивной направленности**. Программа знакомит с основами бального танца и готовит учащихся к углубленному изучению в будущем. Большое внимание уделяется практической части: изучение базисных фигур, постоянная отработка технических особенностей каждого танца. Содержание программы дает возможность детям в процессе обучения, которые уже владеют основами спортивного бального танца на собственной практике, осмысленно исполняя более сложные движения и комбинации танцев, получить запас знаний,

умений и навыков, которые помогут им в дальнейшем развиваться в танцевальном спорте, поэтому данная программа является особенно **актуальной**. В связи со спортивной направленностью, а также с возможностью участия в конкурсах и городских соревнованиях, в программе предусмотрены сводные репетиции для отработки сложных общих концертных номеров.

Адресат программы

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы:

5-18 лет.

Специальный отбор не проводится.

Пол обучающихся, участвующих в освоении программы, не учитывается.

Наличие базовых знаний по определенным предметам не требуется

Наличие специальных способностей в данной предметной области не требуется.

Наличие определенной физической и практической подготовки по направлению программы не требуется.

Уровень реализации программы: базовый

Объем и срок реализации программы

Год обучения	Общее количество часов	Количество часов в неделю	Количество учебных недель
2	258	6	43

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса

Форма занятий – групповая.

Группы - разновозрастные и разновозрастные; состав группы-постоянный, переменный.

Преподаватель должен уметь проявлять гибкость в подходе к каждой группе учащихся, учитывать возрастные особенности, психологические и физические возможности детей, и, исходя из этого, ставить вопросы так, чтобы дети могли анализировать техническую ситуацию, делать выводы, проявлять находчивость, смекалку, самостоятельно принимать технические решения и полученный опыт использовать в работе с другими объектами.

Цель и задачи программы

Цель: Обучение основам спортивно-бального танца

Задачи:

Обучающие:

- формировать систему знаний, умений, навыков по предмету «спортивный танец»;
- разучивать определенные наборы фигур, необходимых для участия на соревнованиях;
- способствовать развитию физической выносливости организма обучающегося.

Развивающие:

- развивать координацию, гибкость, пластику, общую физическую выносливость;
- развивать умение переходить от одного движения к другому, запоминать изменение рисунка;
- развивать музыкальность и артистизм.

Воспитательные:

- формировать систему поведения на соревнованиях;
- способствовать формированию соревновательного духа и спортивного интереса.

Формы организации занятий - групповая

Форма проведения занятия: - учебное занятие

Планируемые результаты и способы их проверки

К концу 2-го года обучения дети будут знать:

- историю европейской и латиноамериканской танцевальных программ;
- названия фигур на русском и английском языках;
- танцевальные достижения лучших российских и зарубежных танцевальных пар;

К концу 2-го года обучения дети будут уметь:

- слышать музыкальный ритм в новых танцах;
- самостоятельно танцевать вариации из сочетания фигур;
- будут знать новые фигуры в танцах европейской и латиноамериканской танцевальных программах

- у учащихся сформируется система углубленных знаний, умений, навыков по предмету спортивного бального танца;
- получат развитие музыкальность, артистизм, координация, гибкость, пластика, общая физическая выносливость;
- учащиеся будут профессионально подготовлены и смогут показать достойные результаты на соревнованиях;
- учащиеся будут приобщены к постоянным занятиям спортом и научатся контролировать свое физическое состояние.

Содержание программы 2-го года обучения

Раздел 1. "Вводное занятие".

Теория. Объяснение цели и задач на учебный год. Ознакомление с предстоящими занятиями. Знакомство воспитанников с мерами безопасности и действиями в экстремальной ситуации.

Раздел 2. "Европейская программа"

Теория. Происхождение танцев европейского стандарта. История стилизации костюма.

Практика. Тема 1. "Медленный вальс". К изученным фигурам добавляются:

- натуральный поворот
- обратный поворот
- вариация из сочетания фигур

Тема 2. "Быстрый фокстрот". Изучаемые фигуры:

- четвертной поворот
- лок вперед
- вариация из сочетания фигур

Раздел 3. "Латиноамериканская программа"

Теория. История становления латиноамериканской программы спортивных танцев, история костюма, рассказ о всемирно известных педагогах и исполнителях спортивных бальных танцев.

Практика. Тема 1. "Ча-ча-ча". К изученным фигурам прибавляются:

- тайм степ
- спот поворот влево и вправо
- поворот под рукой влево и вправо
- вариация из сочетания фигур

Тема 2. "Самба". К изученным фигурам прибавляются:

- самба ход на месте
- бота фога в променаде и в контр-променаде
- поворот под рукой
- вариация из сочетания фигур

Тема 3. "Джайв". Изучаемые фигуры:

- основное движение на месте
- смена направлений справа налево
- смена направлений слева направо
- вариация из сочетания фигур

Раздел 4. "Итоговое занятие". - концерт для родителей воспитанников. Подведение итогов работы детского объединения. Поощрение детей за хорошую работу. Беседа о перспективах дальнейшего развития полученных результатов.

Календарно-тематический план.

№	Наименование тем	Месяц	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие	сентябрь	1	1	2
2.	Европейская программа	Сентябрь-май	30	70	100
2.1	Медленный вальс	Сентябрь-май	15	35	50
2.2	Венский и фигурный вальс	Сентябрь-май	15	35	50
3	Латиноамериканская программа	Сентябрь-июнь	46	108	154
3.1	Самба	Сентябрь-июнь	15	36	46
3.2	Ча-ча-ча	Сентябрь-июнь	15	36	46
3.3	Джайв	Сентябрь-июнь	16	36	46
4	Итоговое занятие	июнь		2	2
Итого:			77	181	258

2.1. Календарный учебный график (общий)

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество во учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01 сентября 2023г.	31 августа 2024г.	43	86	172, 4 часа в неделю	2 раза в нед. по 2 часа

Особенности методики учебной работы с детьми

Данная программа в методическом плане позволяет решить задачи начального танцевального обучения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся. Танцевальный репертуар и физическая нагрузка в программе спланированы с учетом специфики возраста обучаемых, их интересов, уровня интеллектуального и физического развития, что позволяет последовательно реализовывать принцип постепенности обучения, движения от простого к сложному и еще к более сложному.

Обучение начинается с освоения пяти танцев: "Полька", "Диско", "Медленный вальс", "Ча-ча-ча", «Самба». Танец "Полька" позволяет развить мышечную систему, легкость и выносливость для исполнения более сложных элементов. Стиль исполнения "Диско" развивает координацию и стимулирует поиск новых оригинальных движений. "Медленный вальс" имеет более сложный ритмический рисунок и способствует развитию музыкального слуха. Являясь ярко характерными и оригинальными, танцы "Самба" и "Ча-ча-ча" знакомит воспитанников с богатством культуры Бразилии и Латинской Америки.

Так, на каждом году обучения через танец, сопровождающийся изучением истории костюма, истории танца, ребята не только научаются самим танцам, но и постигают "связь времен", знакомятся с культурой разных народов.

Другой, не менее важной частью педагогического процесса, является личностное развитие воспитанников посредством ориентации детей на творчество, на привитие им навыков общения в коллективе и культуры общения в паре. Решить эти трудные задачи помогает, прежде всего, собственный пример педагога. Тон голоса педагога, его внешний вид, выражение лица, а также и настроение, как педагога, так и группы в целом, подбор музыки, - все должно находиться в гармоничном соответствии поставленных задач и используемых средств обучения.

Год за годом, в процессе обучения ребята готовятся к конкурсным соревнованиям, воспитывают в себе силу воли, дисциплинированность, стремление быть лучшими. В процесс обучения включаются не только сами воспитанники, педагоги, но и их родители. Все педагоги понимают как важны поддержка и понимание, тех кто находится в непосредственной близости к ребенку: родных, друзей. Умение правильно наладить взаимоотношение с родителями, понять их, заразить общим делом и сплотить в единый творческий коллектив - является одним из главных методических приемов в коллективе.

Поэтому важным элементом методического обеспечения является психолого- педагогическое сопровождение программы. Оно заключается в беседах педагога с детьми на занятиях, консультациях родителей и детей по вопросам оптимального распределения нагрузки, особенности питания в день занятий, а также сборе информации об индивидуальных особенностях ребенка.

Основные методические приемы:

1. Последовательность решения задач в каждом упражнении
2. Неоднократное повторение упражнения при разучивании
3. Объяснение значения и названия каждого упражнения
4. Изображение движения на схеме
5. Постепенное сокращение объяснений при освоении техники упражнения
6. Требование синхронности и единой формы исполнения
7. Предупреждение и исправление ошибок по ходу выполнения упражнения
8. Собеседование, как средство проверки знаний учащихся
9. Показ преподавателем упражнения в законченной форме
10. Подготовительные упражнения при освоении сложных двигательных навыков

11. Применение контрольных упражнений, как средства проверки освоенной техники

Материально- технические средства обеспечения программы.

Помещение для занятий должно отвечать санитарно- техническим требованиям, обеспечиваться теплом и электроснабжением в пределах общего режима здания, иметь танцевальный пол, хорошо проветриваться, отвечать акустическим требованиям для работы с радиоаппаратурой, а также для нормального функционирования коллектива необходимы помещения для раздевалок и комната для отдыха педагога с местом для хранения радиоаппаратуры, музыкальных фонограмм, документации и других предметов и средств обучения необходимых в работе.

Технические средства обеспечения программы.

Для проведения занятий необходимы:

- проигрыватель компакт-дисков
- компакт-диски с танцевальной музыкой
- гимнастические коврики
- зеркала
- хореографический станок

В целях визуального контроля обучающихся, периодического разбора их технических ошибок, демонстрации лучших танцевальных пар, дополнительно в работе могут использоваться:

- видеокамера
- DVD плеер
- телевизор, ноутбук
- учебно- методические материалы

Список литературы.

1. "Техника освоения европейских танцев", под ред. Ю. Пина, Лондон- Санкт- Петербург, 2003 год.
2. "Техника освоения латиоамериканских танцев", под ред. Ю. Пина, Лондон- Санкт- Петербург, 2003год.
3. "Ритмическая гимнастика и игровой танец". Учебно- методический центр "Аллегро", СПб 1993год.
4. Танцевальная импровизация- теория, история и практика. 1999год.
5. Шлимак О.А. Авторская учебная программа СТК "Каштан" 2000год.
6. Детские танцы с Климовой Анной. Видеоколлекция.- М., 2003год.

7. Сорокоумова Е.А. Возрастная психология.- М., 2007год

Методические пособия и материалы

- Положения конкурсов, соревнований балльных танцев

- Иллюстративные материалы (набор фотографий конкурсных выступлений и соревнований)
- Видеозаписи конкурсных выступлений
- Методы проведения занятий:
 - словесные (объяснение педагогом техники выполнения элементов);
 - наглядные (показ);
 - практические (отработка упражнений и элементов);

Электронные образовательные ресурсы

Подборка лицензионных DVD дисков:

- 1) DVD. III Сборы. Лариса Давыдова. La. "Пасодобль"
- 2) DVD. III Сборы. Сергей Дуванов. La. "Важность бэйсика в юниорском танцевании"
- 3) DVD. III Сборы. Тимур Имамединов. La. "Взаимодействие. Создание дуэта"
- 4) DVD. III Сборы. Елена Колобова. La. "Чувство движения"
- 5) DVD. III Сборы. Станислав Бекмаметов. St. "Координация"
- 6) DVD. III Сборы. Дмитрий Жарков. St. "Свинг верхний и нижний"
- 7) DVD. III Сборы. Евгений Казмирчук. St. "Работа спины в Медленном Фокстроте"
- 8) DVD. III Сборы. Сергей Коновальцев. St. "Действия в корпусе"
- 9) DVD. III Сборы. Артур Лобов. St. "Магия баланса"
- 10) -DVD. III Сборы. Ирина Марова. St. "Приоритеты в стандарте"
- 11) DVD. XI Национальный Конгресс тренеров и судей ФТСП 2011. Методическиерекомендации
- 12) DVD. XI Национальный Конгресс тренеров и судей ФТСП 2011. Стандарт
- 13) DVD. Чемпионат России 2011. Взрослые, St. Новогодний калейдоскоп. Дети, Юниоры, IDSF La
- 14) DVD. Чемпионат России 2011. Взрослые La. Profidance Cup. Дети, Юниоры, IDSF St
- 15) DVD. Популярные английские вариации. Выпуск 9. La. LS 59-61
- 16) DVD. Популярные английские вариации. Выпуск 10. St. LS 59-61 17)

Подборка музыкальных произведений – аудиозаписи

