



ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА

ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА И СПОРТА «ПИОНЕР»

«Согласовано»

Заведующий по учебно-воспитательной работе

 В.И. Гаврилова

« 14 » августа 2023 г.

Основы танцевального спорта

Рабочая программа к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности по танцевальному спорту «Гармония танцевального спорта и искусства»

Группа: 17 СрГ (Б) базовый уровень (3 год)
Танцевально-спортивного клуба «Огонёк»

Срок реализации программы: 1 сентября – 30 июня
Кол-во учебных недель: 40

Всего академических часов по учебному плану: 120

Кол-во часов в неделю: 3

Педагог дополнительного образования:
Какурин А.П., старший тренер-преподаватель

Проверил: Постельняк А.И.,
заведующий отделением танцевального спорта

(подпись)

Пояснительная записка

1. Область применения программы

Рабочая программа является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности по танцевальному спорту «Гармония танцевального спорта и искусства» ГАУ ДО ТО «ДТиС «Пионер», предназначена для детей от 5 до 8 лет.

Нормативный срок освоения рабочей программы: 2 года и более в объеме 240 часов. Программа реализуется на базовом уровне сложности. Занятия проходят 3 раза в неделю по 1 занятию по 45 мин.

На базовый уровень принимаются обучающиеся без предъявления специальных требований. На базовый уровень зачисляются все желающие заниматься танцевальным спортом, согласно медицинским показаниям к занятиям спортом

Описание рабочей программы:

1 – 2-ой год обучения базового уровня обуславливается дальнейшим изучением отечественной программы и постепенным знакомством с основами международной программы танцевального спорта. Затем осуществляется полный переход на международную программу.

Основная задача уровня сводится к технико-тактическому усовершенствованию базы спортивного танца, дальнейшему формированию и развитию пространственных представлений, музыкально-ритмических навыков, развитию координации движений, пластичности, выработке умений соотносить движения с музыкой, развитием эмоциональной сферы ребенка, творческого воображения и фантазии. Воспитывается стойкий интерес к занятиям спортивными танцами и спортом вообще.

Базовый уровень предполагает самостоятельную работу воспитанников, где помощь педагога содействует выработке у них навыков самостоятельной деятельности.

В конце учебного года показать полученные знания воспитанники смогут на открытых уроках, отчетных концертах, клубных, городских и областных турнирах по танцевальному спорту.

Промежуточная аттестация по основам танцевального спорта проводится по итогам каждого полугодия в форме открытого урока. В конце года возможно участие в отчетном концерте. Обучающимся, которые к окончанию учебного года не смогут успешно освоить дисциплину, рекомендуется повторить программу.

В течение учебного года обучающиеся изучают дисциплину «Основы танцевального спорта», которая является важнейшим этапом развития будущих спортсменов по виду танцевальный спорт. Процесс обучения характеризуется нацеленностью на изучение базовой техники исполнения танцевальных фигур, а также формирование основ пространственного восприятия танцевального зала, навыков поступательного движения по площадке. Во время освоения дисциплины развиваются общефизические способности каждого ребенка, формируются основные принципы дисциплины в теле, осанка. Приобретаются навыки координации, культуры общения между партнерами, эмоциональная отзывчивость. Нарбатывается способность передавать в движении стиливые особенности различной по характеру музыки, разнообразие темпов и ритмов, приобретает основа хорошей манеры исполнения танцевальных движений.

Дисциплина «Основы танцевального спорта» включает в себя изучение техники базовых комбинаций фигур, исполняемых в танцах международной программы, необходимых для выступления на соревнованиях по соответствующим классам мастерства. Второй год обучения: в классах мастерства «Н-2» (Медленный вальс и Самба, Медленный вальс и Ча-ча-ча), «Н-4» (Медленный вальс, Квикстеп, Самба, Ча-ча-ча), Третий год обучения: в классе мастерства «Е» (Медленный вальс, Венский вальс, Квикстеп, Самба, Ча-ча-ча, Джайв).

Форма обучения – очная.

Форма реализации - с применением дистанционных образовательных технологий. Обучение осуществляется на основе цифровых образовательных ресурсов, разрабатываемых с учетом требований законодательства.

Педагог создает обучающий курс на основе программы, наполняя его содержимым в виде лекций, звуковых и видео-файлов, презентаций, тестовых заданий и т. д. с учётом изменений и нововведений, произошедших за период массового внедрения цифровых технологий, и учитывает изменившиеся условия образовательной деятельности.

Материалы для изучения и вспомогательные материалы размещаются в формате массового открытого онлайн-курса на платформе «ПИОНЕР ОНЛАЙН», занятия проходят в формате видеоконференцсвязи через сервисы Zoom, Google Meet, Skype. Так же при

необходимости педагогом проводятся индивидуальные консультации с обучающимися. Видеоуроки могут отправляться обучающимся по электронной почте.

Контроль выполнения заданий фиксируется посредством фотоотчетов, видеоотчетов, размещаемых детьми и (или родителями) по итогам занятия в группе Viber или направленных по электронной почте.

Практические занятия преимущественно осваиваются очно, в непосредственном контакте с педагогом.

Организация обучения при использовании дистанционных образовательных технологий основывается на принципах:

- общедоступности, индивидуализации обучения, помощи и наставничества;
- адаптивности, позволяющий легко использовать учебные материалы нового поколения, содержащие цифровые образовательные ресурсы, в конкретных условиях учебного процесса, что способствует сочетанию разных дидактических моделей проведения занятий с применением дистанционных образовательных технологий;

- гибкости, дающий возможность участникам образовательного процесса работать в необходимом для них темпе и в удобное для себя время;

- модульности, позволяющий использовать обучающемуся и преподавателю необходимые им отдельные составляющие учебного курса для реализации индивидуальных учебных планов;
- оперативности и объективности оценивания учебных достижений обучающихся.

2. Цель рабочей программы

Массовое привлечение детей к занятиям танцевальным спортом и всестороннее развитие личности учащихся отделения танцевального спорта ГАУ ДО ТО ДТиС «Пионер»

3. Задачи дисциплины/уровня освоения/модуля:

Образовательные:

1. сформировать специальные знания, умения и навыки по танцевальному спорту и физической культуре;

2. положить начало познавательному интересу к мировой культуре и традициям спортивного танца;

3. изучить историю танцевальной культуры

Развивающие:

1. раскрыть творческую активность, стремление к самообразованию;
2. развить художественный вкус, музыкальные и творческие способности; физические качества

3. развить эмоционально-ценностный и коммуникативный опыт;

4. развить эстетику и этику поведения;

5. развить музыкальные способности – музыкальный слух, чувство ритма, музыкальную память и воображение;

6. развить хореографические способности детей до уровня, позволяющего им в дальнейшем продолжить обучение в профессиональных хореографических учреждениях.

Воспитательные:

1. воспитать художественный вкус и культуру общения;

2. сформировать нормы здорового образа жизни через пропаганду танцевального спорта

3. воспитать умение контролировать свое поведение, рефлексию своих действий

4. сформировать правильные понятия сценической культуры и взаимоотношений с партнерами и в коллективе

5. сформировать потребность ребенка в самостоятельном художественно-творческом труде

6. вовлечь детей и их родителей в совместную деятельность общественно-творческого процесса по развитию танцевального спорта в Тюменской области

4. Ожидаемые результаты:

Образовательные:

- уметь самостоятельно определять основной метроритмический рисунок в музыке танцев отечественной и международной программ и адекватно воспроизводить его в танцевальной форме.

- уметь уверенно выполнять основные элементы и упражнения партерной гимнастики с усложнённой координацией движений.
- уметь ориентироваться в репетиционном, сценическом ограниченном пространстве, в основных танцевальных рисунках – фигурах, двигаться по линии танца, против линии танца.
- уметь исполнить танцы «отечественной программы» естественно без напряжения
- уметь исполнять базовые фигуры танцев «международной программы»
- знать и уметь правильно занимать исходное положение в танцах отечественной программы, следить за осанкой и координацией движений рук и ног.
- знать основные исходные положения для корпуса, рук, ног, головы в европейских и латиноамериканских танцах.
- уметь переносить вес с одной ноги на другую; поочередно выбрасывать ноги вперед на прыжке; делать шаг на всю ступню на месте и при кружении; мягко подниматься и опускаться в медленном вальсе, показывать «пружинистый» характер в самбе.

Развивающие:

- уметь вместе двигаться в парах вперед, назад, в сторону. приобрести навыки ведения в паре
- уметь двигаться с правой и левой ноги вперед, в сторону, делать поворот в правую и левую сторону;
- уметь выделять сильную и слабую долю в музыке.
- изобразить в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, медведя, зайца; выразить образ в разном эмоциональном состоянии веселья, грусти.

Воспитательные:

- быть работоспособными, готовыми к физическим нагрузкам, иметь навыки общей культуры.

5. Контроль усвоения теоретического материала на базовом уровне осуществляется путем проведения промежуточной аттестации по основам танцевального спорта по итогам каждого полугодия в форме открытого урока. В конце года возможно участие в отчетном концерте. Обучающимся, которые к окончанию учебного года не смогут успешно освоить дисциплину, рекомендуется повторить программу.

Показать полученные знания воспитанники смогут на открытых уроках, отчетных концертах, клубных, городских и областных турнирах по танцевальному спорту

Календарно - тематический план

Группа: 17 СрГ, базовый уровень (3 год)

Месяц	№ занятия	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Раздел подготовки, тема	Форма текущего контроля	Примечания
СЕНТЯБРЬ	1	ВТ, ЧТ 18.05-18.50 СБ 17.10-17.55	групповая	1	Вводное занятие. Техника безопасности.	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	К. № 403
	2		групповая	1	Правила Танцевального этикета. Позиции рук. Учебные позиции в паре. Танец медленный вальс.		К. № 403
	3		групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма. Танец медленный вальс		К. № 403
	4	групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса. Танец Самба, ча-ча-ча. «Основное движение», «Чек», «Шассе»	К. № 403		
	5	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Медленный вальс»	К. № 403		
	6	групповая	1	Понятие ведения в паре	К. № 403		
	7	групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.	К. № 403		
	8	групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке	К. № 403		
	9	групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.	К. № 403		
	10	групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце	К. № 403		
	11	групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.	К. № 403		
	12	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Ча-Ча-Ча»	К. № 403		
	13	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Ча-ча-ча»	К. № 403		
ОКТЯБРЬ	14	ВТ, ЧТ 18.05-18.50 СБ 17.10-17.55	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Самба»	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	К. № 403
	15		групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.		К. № 403
	16		групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма.		К. № 403
	17	групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса.	К. № 403		
	18	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Медленный вальс»	К. № 403		
	19	групповая	1	Понятие ведения в паре	К. № 403		
	20	групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.	К. № 403		
	21	групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке	К. № 403		
	22	групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.	К. № 403		
	23	групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце	К. № 403		
	24	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Самба»	К. № 403		
	25	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Ча-Ча-Ча»	К. № 403		
	26	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Ча-Ча-Ча», движения: «основной ход», «чек», «тайм степ»	К. № 403		

НОЯБРЬ	27	ВТ, ЧТ 18.05-18.50 СБ 17.10-17.55	групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	К. № 403
	28		групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма.		К. № 403
	29		групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке		К. № 403
	30		групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		К. № 403
НОЯБРЬ	31	ВТ, ЧТ 18.05-18.50 СБ 17.10-17.55	групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	К. № 403
	32		групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.		К. № 403
	33		групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		К. № 403
	34		групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Ча-ча-ча»		К. № 403
	35		групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса.		К. № 403
	36		групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце		К. № 403
	37		групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.		К. № 403
	38		групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке		К. № 403
	39		групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		К. № 403
	40		групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма.		К. № 403
ДЕКАБРЬ	41	ВТ, ЧТ 18.05-18.50 СБ 17.10-17.55	групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	К. № 403
	42		групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Квик степ»		К. № 403
	43		групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Медленный вальс»		К. № 403
	44		групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.		К. № 403
	45		групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		К. № 403
	46		групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце		К. № 403
	47		групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса.		К. № 403
	48		групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке		К. № 403
	49		групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса.		К. № 403
	50		групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма.		К. № 403
ЯНВАРЬ	51	ВТ, ЧТ 18.05-18.50 СБ 17.10-17.55	групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	К. № 403
	52		групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.		К. № 403
	53		групповая	1	Открытый урок		К. № 403
	54		групповая	1	Вводное занятие. Правила Танцевального этикета. Техника безопасности		К. № 403
	55		групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма.		К. № 403
					Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		
	56		групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.		К. № 403

57	групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса.		К. № 403
58	групповая	1	Понятие ведения в паре		К. № 403
59	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Ча-ча-ча»		
60	групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		К. № 403
61	групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.		
62	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Квик степ»		К. № 403
63	групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.		
64	групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма.		К. № 403
65	групповая	1	Понятие ведения в паре		
66	групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		К. № 403
67	групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.		
68	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Медленный вальс»		К. № 403
69	групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса.		
70	групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке		К. № 403
71	групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце		
72	групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.		К. № 403
73	групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма.		
74	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Самба»		К. № 403
75	групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		
76	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Ча-ча-ча»		К. № 403
77	групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса.		
78	групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке		К. № 403
79	групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце		
80	групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.		К. № 403
81	групповая	1	Изучение танцевально-сценической постановки. Первые шаги к ансамблю.		
82	групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.		К. № 403
83	групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке		
84	групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.		К. № 403
85	групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце		
86	групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке		К. № 403
87	групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке		

ФЕВРАЛЬ

МАРТ

88			групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Квик степ»		К. № 403	
89			групповая	1	Положение и позиции корпуса. Постановка корпуса.		К. № 403	
90			групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.		К. № 403	
91		ВТ, ЧТ	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Медленный вальс»	Педагогическое наблюдение, проверочные задания	К. № 403	
92		18.05-18.50	групповая	1	Позиции ног. Понятие спуска и подъёма.		К. № 403	
93		СБ	групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце		К. № 403	
94		17.10-17.55	групповая	1	Понятие ведения в паре		К. № 403	
95			групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.		К. № 403	
96			групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.		К. № 403	
97			групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Медленный вальс»		К. № 403	
98			групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.		К. № 403	
99			групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Самба»		К. № 403	
100			групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.		К. № 403	
101			групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «ча-ча-ча»		К. № 403	
102			групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.		К. № 403	
103			групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.		К. № 403	
104		ВТ, ЧТ	групповая	1	Ритмическая мозаика. Музыкальность. Понятия сильная и слабая доля.		Педагогическое наблюдение, проверочные задания	К. № 403
105		18.05-18.50	групповая	1	Ориентация на танцевальной площадке			К. № 403
106		СБ	групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце	К. № 403		
107		17.10-17.55	групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.	К. № 403		
108			групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце	К. № 403		
109			групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Медленный вальс»	К. № 403		
110			групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.	К. № 403		
111			групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Самба»	К. № 403		
112			групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.	К. № 403		
113			групповая	1	Повторение пройденного материала	К. № 403		
114			групповая	1	Эмоционально артистическая подача в танце	К. № 403		
115			групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Медленный вальс»	К. № 403		
116		ВТ, ЧТ	групповая	1	Освоение танцевальных вариаций.	Педагогическое наблюдение, проверочные задания		К. № 403
117		18.05-18.50	групповая	1	Изучение основных фигур. Танец «Самба»			К. № 403
118		СБ	групповая	1	Позиции рук. Учебные позиции в паре.			К. № 403
119		17.10-17.55	групповая	1	Повторение пройденного материала		К. № 403	
120			групповая	1	Открытое занятие		К. № 403	
АПРЕЛЬ								
МАЙ								
ИЮНЬ								