

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом творчества «Измайловский»
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 31.08.2017 года

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 175 от 31.08.2017 года
Директор ГБУ ДО
ДТ «Измайловский»
А.И. Балышева



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(общеразвивающая)

«Спортивные танцы»

/название программы/

от 6 до 18 лет

/на какой возраст рассчитана программа/

4 года

/срок реализации/

Разработчик: Погосова О.М., педагог дополнительного образования

/автор/

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность физкультурно-спортивная.

Актуальность Образовательная программа «Спортивные танцы» разработана с учетом требований Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008.

Программа способствует формированию и развитию творческих способностей детей, удовлетворению их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплению здоровья, организации их свободного времени, выявлению и поддержке детей, проявивших выдающиеся способности. Содержание программы направлено на:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно-эстетическом, нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся;
- формирование общей культуры учащихся;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов учащихся

Программа решает одну из основных задач дополнительного образования, обозначенных в Концепции развития дополнительного образования детей, - формирование мотивации к познанию, творчеству, труду, спорту.

Спортивные танцы - это совокупность современных танцевальных направлений, синтезировавшее в себе самые различные стили, для которых характерна энергичная музыка различной ритмической окраски. Здесь присутствуют элементы классического танца, хип-хопа, диско и даже акробатические элементы.

Систематические занятия спортивными танцами способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику обучающихся собранность, что является важным для подростков, а приобретенные знания, навыки и умения позволят им ориентироваться в танцевальных и музыкальных стилях, научиться импровизировать под различную музыку, использовать полученную подготовку в сфере досуга, органично смотреться на различных досуговых мероприятиях.

Программа дает возможность учащимся ознакомиться с развивающимся направлением современных танцев «хип-хоп»; диско, получить основы музыкально - ритмического воспитания; улучшить общее состояние, приобрести хорошую физическую форму.

Отличительные особенности. Современный спортивный танец - это одно из самых актуальных направлений на сегодняшний день, играющее немаловажную роль в воспитании детей и подростков. Данная программа создает условия для обучения и овладения детьми и подростками комплекса необходимых танцевальных движений, которые они могут применить на практике, максимально проявить себя, свои способности в среде сверстников, а включение в программу основ классического танца позволят сформировать технические навыки и выработать такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

Адресат программы. Программа рассчитана на обучение детей и подростков в возрасте от 6 до 18 лет, имеющих медицинское заключение об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией.

Цель программы: создание условий для формирования всесторонне развитой личности, расширение кругозора в области танцевальной культуры, раскрытие потенциальных способностей, сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи программы:

➤ **Обучающие:**

- сформировать знания в области танцевальной культуры;
- воспитать целеустремленность и творческую активность;
- способствовать воспитанию сформировать умения и навыки по классической хореографии;
- ознакомить с различными направлениями спортивных танцев;
- обучить технике исполнения спортивных танцев;
- обучить технике исполнения гимнастических элементов;
- научить использовать профессиональную терминологию;
- сформировать навыки самостоятельной работы в показе танцевальных композиций;
- научить импровизировать во время исполнения композиций.

➤ **Развивающие:**

- развивать мотивационно-волевые качества;
- развить чувство ритма, музыкального слуха;
- развивать музыкально-ритмическую, двигательную, мышечную координацию;
- развить творческие способности;
- способствовать физическому оздоровлению воспитанников;
- способствовать развитию кругозора;
- развивать художественно-эстетический вкус.

➤ **Воспитательные:**

- воспитать целеустремленность и творческую активность;
- способствовать воспитанию личной и коллективной ответственности;
- сформировать культуру общения в коллективе;
- воспитывать настойчивость в достижении поставленных целей;
- воспитать трудолюбие,
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

Условия реализации программы:

При зачислении в группы 1 года обучения учащиеся проходят входной контроль, где проверяются музыкально-ритмические и физические способности для успешного освоения программы. В группы второго и последующих годов обучения учащиеся зачисляются на вакантные места на основании собеседования и прохождения входного контроля, где проверяется какому году обучения соответствуют их знания и умения. Все учащиеся должны иметь медицинское заключение об отсутствии противопоказаний для занятий хореографией.

Для успешной реализации программы необходим зал из расчета 2-3 м² на человека. Наличие аудиотехники для музыкального сопровождения. Желательно наличие специального оборудования (зеркала, пригодный для занятий спортивными танцами пол).

Занятия могут проводиться в группах полного состава, в малых группах для отработки концертных номеров.

Списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом и с учетом вида деятельности, санитарных норм, особенностей реализации программы, по норме наполняемости: на 1-м году обучения – не менее 15 человек; на 2-м году обучения – не менее 12 человек; на 3-м году обучения – не менее 10 человек.

Планируемые результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы:

➤ **Предметные:**

- основы и терминологию классического танца
- особенности импровизации;
- основные элементы и фигуры спортивного танца;
- особенности гимнастических элементов, их применение в спортивном танце;
- правила сочетания элементов в спортивном танце;

- танцевальные композиции;
- синхронизировать свои движения с движениями других танцоров в групповых композициях;

➤ *Метапредметные:*

- виды и жанры хореографии;
- основные сведения о разучиваемых современных танцевальных стилях, характерные особенности исполнения, происхождение, история, современные тенденции развития;
- основные танцевальные ритмы, понятия акцент, синкопа, характер музыкального сопровождения;
- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии;
- импровизировать, соединять танцевальные фигуры в танец;
- ориентироваться в зале, на сцене, принимать участие в массовых мероприятиях, конкурсах, соревнованиях
- проявлять творческий подход, предлагать свои идеи в создании танцевального номера, костюма, при выборе музыкального сопровождения.

➤ *Личностные:*

- целеустремлённость и творческая активность;
- личная и коллективная ответственность;
- культура общения в коллективе;
- настойчивость в достижении поставленных целей;
- трудолюбие;
- потребность в здоровом образе жизни.

Объем, сроки и уровни освоения

Уровень освоения дополнительной общеобразовательной программы – **базовый**. Объём - 216 часов. Срок реализации - 3 года.

1 год обучения – 2-3 раза в неделю (6 часа в неделю, 216 часа в год);

2 год обучения – 2-3 раза в неделю (6 часа в неделю, 216 часа в год);

3 год обучения – 2-3 раза в неделю (6 часа в неделю, 216 часа в год);

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов / год | | | | | | | | | Формы контроля/ промежуточной аттестации |
|-------|--|------------------------|-----------|------------|----------------|-----------|------------|----------------|-----------|------------|--|
| | | 1 год обучения | | | 2 год обучения | | | 3 год обучения | | | |
| | | Всего | Теория | Практика | Всего | Теория | Практика | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | |
| 2. | Основы хореографии | 60 | 4 | 56 | 50 | 3 | 47 | 40 | 2 | 38 | Опрос, наблюдение |
| 3. | Общая и специальная физическая подготовка | 56 | 3 | 53 | 56 | 3 | 53 | 58 | 2 | 56 | Опрос, наблюдение, тестирование |
| 4. | Танцевальные фигуры и комбинации | 60 | 10 | 49 | 62 | 10 | 51 | 62 | 11 | 51 | Опрос, наблюдение |
| 5. | Постановочная и репетиционная деятельность | 36 | 3 | 32 | 44 | 3 | 40 | 52 | 2 | 50 | Опрос, наблюдение |
| 6. | Контрольные занятия | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | Опрос, тестирование, показательные выступления |
| 7. | Итоговое занятие | 2 | 0 | 2 | 2 | 0 | 2 | 2 | 0 | 2 | |
| | Итого | 218 | 22 | 194 | 218 | 21 | 195 | 218 | 19 | 199 | |

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| Год обучения | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий |
|--------------|--|--------------------------------------|----------------------|--------------------------|--------------------------------|
| 1 год | 1-10 сентября (по мере комплектования группы) | 31 мая | 36 | 216 | 2 -3 раза в неделю по 2-3 часа |
| 2 год | 1 сентября | 31 мая | 36 | 216 | 2 -3 раза в неделю по 2-3 часа |
| 3 год | 1 сентября | 31 мая | 36 | 216 | 2 -3 раза в неделю по 2-3 часа |

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для определения уровня развития индивидуальных способностей и личностного роста учащихся проводится диагностика уровня освоения ими образовательной программы. Способом проверки результатов освоения образовательной программы является системное педагогическое наблюдение в процессе ведения образовательной деятельности.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:

- входной контроль (1-ый год обучения, при поступлении в коллектив),
- текущий контроль (в течение всего учебного года),
- промежуточный контроль (1-ый, 2-ой года обучения в мае),
- итоговый (3-ий год обучения в мае).

На промежуточном и итоговом контроле проверяется уровень овладения учащимися теоретического и практического материала. Выявляется уровень освоения параметров теоретической и практической подготовки, далее баллы суммируются, и определяется итоговый уровень освоения образования программы за каждый год обучения.

Также в процессе обучения используется метод самодиагностики, самоанализа, что позволяет обучающемуся самому отследить свои ошибки и работать над их исправлением.

На открытых занятиях для родителей учащиеся демонстрируют знание и исполнение, танцевальных комбинаций. По мере готовности учащиеся принимают участие в концертах, конкурсах, соревнованиях.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ (УМК):

- фотоальбом с фотографиями прошедших концертов, конкурсов;
- видеозаписи с выступлениями;
- аудиозаписи музыкального сопровождения;
- небольшая библиотека по тематике программы;
- бучающий семинар для танцоров и педагогов по современным танцевальным направлениям хип-хоп, диско, электрик буги, клубные танцы, джаз-модерн. (1, 2 части) - Методический центр Межрегиональной детской общественной организации «Северо-Западная Танцевальная Организация». 11-13 марта 2005г, 180 мин.;
- обучающий семинар для танцоров и педагогов по современным танцевальным направлениям. Детские танцы - Методический центр Межрегиональной детской общественной организации «Северо-Западная Танцевальная Организация». 2005г, 180 мин.;
- Общероссийская танцевальная организация. www.ortodance.ru Развитие и тенденции в хип-хопе в начале 21 века в России и зарубежом;
- Лига танцев Санкт-Петербурга. www.liga-dance.ru Хип-хоп культура, Диско;
- <http://www.youtube.com/watch?v> видеоролики «Групповые постановки в стиле диско, хип-хоп».

Список литературы для педагога:

1. Балет: энциклопедия. - М.: «Советская энциклопедия», 1983.
2. Ваганова А.Я. Статьи, воспоминания, материалы. – Л.-М.: Гос. изд-во «Искусство», 1958.
3. Глушковский А.Н. Воспоминания балетмейстера. - Л.-М.: Гос. изд-во «Искусство», 1940.
4. Костровицкая В. 100 уроков классического танца, с 1 по 8 класс. - Л.-д: «Искусство», 1981.
5. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца / литер. ред. А.С. Рулевой - Л.: Изд-во «Искусство», 1978.
6. Луцкая Е. Жизнь в танце. - М.: Изд-во «Искусство», 1968.
7. Смит Л. Танцы. - М.: «Астрель. АСТ », 2001.
8. Стриганова В.М., Уральская В.И. Современный танец. – М.: Просвещение, 1987.
9. Уральская В., Соколовский Ю. Народная хореография. - М.: «Искусство», 1872
10. Правила проведения соревнований. - <http://Liga-dance.ru>.

Список литературы для учащихся:

1. АиФ Детская энциклопедия: Балет. – 2006.
2. Зуев Е.И. Волшебная сила танца. – М., 1990.
3. Ладыгин Л. Музыкальное оформление уроков танца. – М., 1980.
4. Уральская В.И. Рождение танца. - М.: Сов. Россия, 1982.
5. Фисанович Т.М. Танцы – детям. Серия: Для девочек. - М.: АСТ, 2000.
6. Франко Г.И. Ритмика. – М.: 1989.
7. Худеков С.Н. Иллюстрированная история танца.- М., «Эксмо», 2009.
8. Шереметьевская Н.В. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1998.