

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 413 Петродворцового района
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
Протокол № 1
«30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 247 от "31" августа 2022 г.
Директор ГБОУ школы № 413

_____ Н.Л. Бояр



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Спортивные балльные танцы»

Возраст учащихся: 7-14 лет
Срок реализации – 3 года

Разработчик: Ермаков А.В., педагог
дополнительного образования

Пояснительная записка

Бальные танцы – самый красивый спорт для закрытых залов и относится к самым требовательным видам спорта. Речь идёт о виртуозном владении своим телом в определённом ритме, обусловленном видом музыки, и об обоюдном соответствии с партнёром, партнёршей или партнёрами, если мы говорим о формации или группе. Вместе с этим важно выражение характера отдельного танца, музыки, наше чувственное отношение к «смыслу танца» или к партнёру, отношение к красоте и гармоничности движений

Программа «Спортивные бальные танцы» **физкультурно-спортивной направленности, базового** уровня освоения. Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Закон №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г.
2. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов от 03.04.2012 г.
3. Концепция развития дополнительного образования в РФ, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. №172.
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерства образования и науки РФ) от 18.11.2015г.
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Распоряжение Комитета по образованию. № 617-р) от 01.03.2017г.

Актуальность

В соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства РФ от 4 сентября 2014г. № 1726-р, на современном этапе содержание дополнительных образовательных программ ориентировано на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, подготовку спортивного резерва и спортсменов высокого класса. Актуальность программы заключается в наличии социального запроса на гармоничное физическое развитие подрастающего поколения.

Спортивные бальные танцы настолько гармоничны, красивы и, в силу этого, настолько захватывают и увлекают ребёнка, при этом «не насилуя» его физически, т.е. не принимая какие-то уродливые формы, необходимые для достижения высоких результатов физического развития. Можно утверждать: развитие детей, занимающихся спортивными бальными танцами, происходит более быстро, затрагивая практически все аспекты, необходимые для гармонического развития личности в целом.

Отличительные особенности программы

В программу заложена идея приобщения детей и подростков к танцевальной культуре с помощью обучения их основам спортивного бального танца. Программа предполагает возможность продолжения профессионального обучения для детей, овладевших техникой танца. Программа, является дополнительным средством, обеспечивающим развитие у воспитанников музыкального вкуса, а также красоты, грации и гармоничности движений.

Из детей и подростков, прошедших 3-х годичный курс обучения, успешно освоивших программу и решивших продолжить занятия спортивными бальными танцами, формируется группа для поддержания спортивной формы и дальнейшей совершенствования навыков, полученных при освоении программы, и выступлений на школьных мероприятиях. Группа разновозрастная, с часто сменяемым составом, срок реализации программы – 1 год.

Ниже приведён учебный план для 3-годовалых групп (младшие) и 1-годовалой (старшие).

Адресат программы – дети, мотивированные к занятиям физкультурой и спортом или желающие укрепить своё здоровье. Формирование групп проводится по заявлению родителей (законных представителей). Обязателен также медицинский документ, допускающий ребёнка к занятиям спортом. Перевод на следующий год обучения проводится по итогам промежуточной аттестации. В результате занятий спортивными танцами у детей исчезают комплексы, связанные с физическим несовершенством тел, формируется красота движений, правильная осанка.

Цель программы - развитие личности ребёнка, способного к творческому самовыражению через овладение основами спортивного бального танца.

Задачи программы

Образовательные:

1. Ознакомление детей с историей бального танца, традициями и обычаями различных стран.
2. Обучение детей исполнению танцев различного характера.
3. Совершенствование исполнительское мастерство учащихся.

Развивающие:

1. Развитие двигательных способностей;
2. Развитие чувства ритма, музыкальности, артистизма, выразительности;
3. Формирование правильной осанки.

Воспитательные:

1. Воспитание общей культуры детей.
2. Воспитание воли и стремления к свободному выражению в творчестве.
3. Формирование умения работать в паре, коллективе.

Условия реализации программы

Программа обучения спортивным бальным танцам рассчитана на 3 года обучения. При наборе детей в группы принимаются все желающие по заявлению родителей (законных представителей), с 14 лет - по заявлению самого подростка. Возраст детей 7 - 16 лет. Наполняемость группы: 10-15 человек. Формирование групп происходит с учетом психолого-возрастных особенностей обучающихся. Вид обучения групповой, наполняемость групп:

- 1 год обучения – не менее 15 человек.
- 2 год обучения – не менее 12 человек.
- 3 год обучения – не менее 10 человек.

Занятия проводит педагог дополнительного образования (тренер), имеющий специальную профессиональную подготовку.

Для реализации программы необходимо материально-техническое обеспечение:

- Танцпол
- Компьютер
- Проектор
- Звуковая аппаратура
- Аппаратура для видео и аудиозаписи

Планируемые результаты

Личностные результаты освоения программы дополнительного образования

отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программы

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, традиционных ценностей многонационального российского общества;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, деятельности.

Метапредметные результаты освоения программы дополнительного образования

характеризуют уровень сформированности универсальных способностей учащихся, проявляющихся в познавательной и практической творческой деятельности:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Предметные результаты освоения образовательной программы характеризуют уровень сформированности у детей и подростков потребности к самосовершенствованию, творческому развитию, здоровому образу жизни, профессиональному самоопределению; развитие физических, нравственных способностей; формирование условий для достижения уровня спортивных успехов через обучение основам спортивного танца:

- самостоятельно под музыку исполнять классические бальные танцы;
- разбираться в музыкальных и танцевальных направлениях;
- умение применять полученные навыки на практике в ходе соревнований по спортивным танцам;
- достижение спортивных результатов на уровне города и Федерации спортивных бальных танцев.

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	2	2	-	Входной: собеседование
2	Общие представления о танце и танцевальной музыке	10	4	6	Тест
3	Разучивание базовых фигур танца «Медленный вальс»	20	4	16	Педагогические наблюдения
4	«Правый поворот» танца «Венский вальс»	14	4	10	Педагогические наблюдения
5	Ритмические последовательные танцы	20	4	16	Педагогические наблюдения
6	Основные повороты танца «Самба»	20	4	16	Педагогические наблюдения
7	Основные фигуры танца «Ча-ча-ча»	20	4	16	Педагогические наблюдения
8	Основные фигуры танца «Джайв»	20	4	16	Педагогические наблюдения
9	Физическая подготовка к исполнению изучаемых танцев	10	2	8	Открытое занятие
10	Концертные выступления на творческих отчётах	6	-	6	Диагностическая карта
11	Контрольное итоговое занятие	2	-	2	Творческий отчёт
	Итого	144	32	112	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	2	2	-	Входной: анкетирование
2	Общие представления о танце и танцевальной музыке	20	6	14	Тест
3	Основные фигуры танца «Медленный вальс»	26	4	22	Педагогические наблюдения
4	Основные фигуры танца «Венский вальс»	26	4	22	Педагогические наблюдения
5	Ритмические последовательные танцы	26	4	22	Педагогические наблюдения
6	Основные повороты танца «Самба»	26	4	22	Педагогические наблюдения
7	Основные фигуры танца «Ча-ча-ча»	26	4	22	Педагогические наблюдения
8	Основные фигуры танца «Джайв»	26	4	22	Педагогические наблюдения
9	Физическая подготовка к исполнению изучаемых танцев	20	2	18	Зачёт
10	Развитие исполнительского мастерства учащихся, выступления	14	2	12	Карта личных достижений

	ния с творческими отчётами				
11	Контрольное итоговое занятие	2	-	2	Самоанализ
	Итого	216	36	180	

. Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие	2	2	-	Входной: анкетирование
2	Общие представления о танце и танцевальной музыке	20	6	14	Тест
3	Базовые фигуры танца «Медленный вальс» и их соединение	28	6	22	Педагогические наблюдения
4	«Правый поворот» танца «Венский вальс»	26	6	20	Педагогические наблюдения
5	«Четвертные повороты» танца «Квикстеп», базовые фигуры и их соединение	26	6	20	Педагогические наблюдения
6	Базовые фигуры танца «Самба»	26	6	20	Педагогические наблюдения
7	Базовые фигуры танца «Ча-ча-ча»	26	6	20	Педагогические наблюдения
8	Базовые фигуры танца «Джайв»	26	6	20	Педагогические наблюдения
9	Физическая подготовка к исполнению изучаемых танцев	20	2	18	Зачёт
10	Развитие исполнительского мастерства обучающихся, выступления с творческими отчётами	14	2	12	Открытое занятие: творческие проекты педагогов и учащихся
11	Контрольное итоговое занятие	2	-	2	Защита портфолио
	Итого	216	48	168	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	25.05	36	72	144	2 часа в неделю
2 год	01.09	25.05	36	108	216	3 часа в неделю
3 год	01.09	25.05	36	108	216	3 часа в неделю

Оценочные и методические материалы

Методы и формы обучения

1. Методы по способу организации занятий:

- Словесные (рассказ, беседа, объяснение, разбор, указания, оценивание, доказательная беседа)
- Наглядные (натуральный показ, опосредованный показ, качественное наблюдение, зеркальное изображение)
- Практические (подводящие упражнения, имитационные упражнения, направляющая помощь преподавателя, облегчение внешних условий, все методы развития двигательных качеств)

2. Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- Объяснительно-иллюстративный
- Репродуктивный

3. Формы организации деятельности учащихся:

- Групповые
- Индивидуальные
- Индивидуально-групповые
- По звеньям (парные, отдельно мальчики и девочки)

4. Формы проведения занятий:

- Лекция об истории танца
- Занятие-игра
- Отработка танцевальных движений
- Упражнения ОФП
- Репетиция
- Концерт
- Праздник

Контроль и формы фиксации результата обучения

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление образовательным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Разнообразные формы контроля обучающихся позволяют объективно оценить успешность и качество образовательного процесса. Основными видами контроля являются:

- **входной** контроль (собеседование, анкетирование);
- **текущий** контроль (педагогический опрос, наблюдение, контрольное занятие);
- **промежуточная** аттестация (открытый урок, конкурс, концерт, фестиваль, праздник);
- **итоговая** аттестация (конкурс, фестиваль, открытое занятие и др.).

Текущая аттестация проводится с целью контроля за качеством освоения какого-либо раздела программного материала и направлена на поддержание дисциплины, выявление отношения к обучению и носит стимулирующий характер. Текущий контроль осуществляется регулярно педагогом, отмечается отношения обучающегося к занятиям, его старание, прилежность, инициативность и проявление самостоятельности, темп продвижения.

Промежуточная аттестация определяет успешность развития обучающегося и степень освоения им образовательных задач на данном этапе. Промежуточная аттестация

проводится в форме контрольного урока раз в полугодие. Участие в концертах приравнивается к выступлению на контрольном уроке.

При прохождении итоговой аттестации обучающимся необходимо продемонстрировать знания и навыки в соответствии с программными требованиями. Итоговая аттестация проводится в форме открытого занятия и итогового концерта. При проведении итоговой аттестации учитываются критерии качества подготовки обучающегося, позволяющие определить уровень освоения дополнительной общеобразовательной программы.

Учащиеся, совершенствующие своё исполнительское мастерство (1 год обучения – старшие), выбирают в качестве итоговой аттестации защиту проектов, портфолио.

Способы определения результативности:

Основным способом определения результатов обучения являются педагогические наблюдения, которые фиксируются в диагностических картах

А также концерт (конкурс), который является главной формой демонстрации умений и навыков учащихся, показом результатов обучения.

Для реализации программы необходимо материально-техническое обеспечение:

- Танцпол
- Компьютер
- Проектор
- Звуковая аппаратура
- Аппаратура для видео и аудиозаписи

Список литературы для учащихся:

1. Боттомер П. Уроки танца / Перевод с англ. К. Молькова. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 256 с., илл.
2. Лэрд Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Часть I – II. / Пер. с англ. А. Белгородского. М.: Издат-во «Артис», 2003.
3. Мур Алекс. Бальные танцы / Пер. с англ. С. Ю. Барадиной. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2004. – 319 с.: илл.
4. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / - М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 864 с.: илл. – (Профессия тренер).

Список литературы для преподавателя:

1. Имперское общество учителей танцев. Техника исполнения европейских танцев. Часть вторая. Медленный вальс / Пер. с англ. и редакция Ю. Пина. – Лондон. – СанктПетербург, 1996. – 84 с.
2. Василькова Ю. В., Василькова Т. А. Социальная педагогика: Курс лекций: Учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. учеб. Заведений. – 3-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 440 с.
3. Лэрд Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Часть I./ Пер. с англ. А. Белгородского. М.: Изд-во «Артис», 2003. – 244с.
4. Лэрд Уолтер. Техника латиноамериканских танцев. Часть II. / Пер.с англ.А. Белгородского. М.: Издательство «Артис», 2003. – 244 с.
5. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально прикладных форм физической культуры): Учеб. Для ин-тов физ. культуры. –М.: ФиС, 1991. – 543 с., илл.
6. Мета Загорц. Танцы /Пер. со словен. И. Ругел/- М.: Изд-во «Ижица», 2003. – 80 с.: илл.
7. Мур Алекс. Бальные танцы / Пер. с англ. С. Ю. Барадиной. – М.: ООО «Издательство Артель», 2004.- 319 с.: илл.

8. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать / М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 864 с.: илл. – (Профессия тренер).
9. Смит-Хэпшир Г. Венский вальс. Как воспитать чемпиона. – Томск: СТТ, 2000. – 288 с.

Список аудио и видеозаписей

Видео:

1. Международная академия танцевального искусства Данс форум 2003. Эста;
2. Некоторые аспекты методики преподавания танцев европейской программы танцорам E – C классов/ Пособие для педагогов. ООО «Артис-Ас»;
3. Principles Ballroom / present by Oliver Wessel-Therhorn. Casa VISION, LONDON;
4. World Ballroom Dancing Congress 1999-2007 The World's best lecturers / Winter Garden Blackpool/ England.

Аудио:

1. Basil Dance 19, 20, 33, 40;
2. Basil Dance Latin Store 2;
3. Casa Music Latin/Dance House 2001;
4. Basil Dance 19, 32, 39;
5. Бальные танцы от румбы до фокстрота. ООО «Рамстрой-М» 2002;
6. The Ballroom Mix. BMG Ariola Miller GmbH, 2002/