

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга
«Оранienbaum»

Санкт-Петербург, г. Ломоносов, улица Александровская, дом 38, литер А, 198412, телефоны (812) 422-50-88

Согласована:

"31" *августа* 2017г.

Заместитель директора по УМР

Н. В. Бобырь Бобырь Н.В.

Рабочая программа

на 2017-2018 учебный год

Группа: 1

Год обучения: 1-й

Возраст учащихся: 6 - 8 лет

База: ГБОУ школа № 421

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

"ТАНЦЕВАЛЬНАЯ СТУДИЯ "ИМПУЛЬС""

Разработчик:

Булгак Елена Антоновна,

педагог дополнительного образования

В процессе 1 года обучения по программе «Танцевальная студия «Импульс»», учащиеся начнут делать первые шаги в прекрасную атмосферу спортивных бальных танцев. В течение всего курса учащиеся знакомятся со следующими понятиями: позиция ног, позиция рук, позиции в паре, позиции европейских танцев, позиции латиноамериканских танцев; линия танца; направление движения, углы поворотов. Научатся выполнять общеразвивающие упражнения, синхронизировать движения и музыку, изучат технику основных движений танцев: «Медленный вальс», «Квикстеп», «Ча-ча-ча», «Самба» и смогут выходить на соревнования по программе Н3, Н4.

Особенности 1 года обучения: через образное восприятие обогатить набор движений, развить координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале и выполнять различные команды педагога; нагрузка регулируется от степени подготовленности учащихся, их индивидуальных способностей; основные принципы обучения, используемые на 1 году обучения: от простого к сложному, посмотри и повтори.

Задачи:

Обучающие:

- изучить основы музыкально двигательной культуры;
- изучить историю спортивных бальных танцев;
- изучить основные фигуры Медленный вальс, Квикстеп, Ча-ча-ча, Самба, уровень Н3,Н4;
- обучить основам артистизма.

Развивающие:

- развивать специальные танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость) и физических качеств (сила, выносливость, ловкость, координация движений);
- развивать чувство ритма;
- развивать музыкальность;
- развивать внимание, концентрацию, память;
- развивать мотивацию на творческую, художественно-эстетическую и культурную деятельность;
- развивать и формировать правильную осанку.

Воспитательные:

- воспитывать эстетический вкус;
- прививать навыки хорошего тона и культуры поведения в коллективе, в паре;
- освоить правила этикета между разнополыми учащимися;
- воспитывать: трудолюбие, терпение, волю к достижению поставленной цели.

Содержание программы

1. Вводное занятие

Теория

Проведение инструктажа по: технике безопасности на учебно-тренировочном занятии; правилам поведения в учреждении.

Практика

Разбор ситуаций с применением изученных правил; 1 этап спортивного отбора.

2. Разминка

Теория

Обучение техники выполнения: общеразвивающих упражнений; упражнений на гибкость, координацию, растяжку, упражнений с хлопками. Изучение правил музыкально-подвижных игр («Снежный ком», «Бесконечный коридор»).

Практика

Выполнение упражнений под музыку: общеразвивающие упражнения (на носках, каблучках перекаты стопы; высоко поднимая колени; выпады; ход лицом и спиной; бег с подскоками; галоп с лицом и спиной в центре и со сменой ног); упражнений на гибкость, координацию, растяжку, упражнений с хлопками.

Выполнение различных заданий под музыку (ходьба на каждый счет и через счет и др.; хлопки руками и удары ногой на сильную долю такта); перестроения для танцев (линии, хоровод, шахматы, змейка, круг);

Игра в музыкально-подвижные игры («Снежный ком», «Бесконечный коридор»).

3. Контрольные занятия

Практика

Проведение диагностики детей с целью контроля освоения программы.

Входной контроль, промежуточный контроль, промежуточная аттестация.

4. Ритмические танцы

Теория

Изучение: основных позиции рук, ног; последовательности фигур и техники исполнения ритмических танцев: «Модный рок»; «Берлинская полька», «Рильо».

Практика

Исполнение ритмических танцев: «Модный рок»; «Берлинская полька», «Рильо».

5. Основы спортивных бальных танцев

На данном году обучения изучают фигуры и композиции европейских и латиноамериканских танцев уровня НЗ, Н4.

5.1 Отечественная программа

Теория

Изучение: истории бального танца (приложение 4); основных понятии музыки (выступление, ритм, темп и т.д.). Особенности танцев «Маленький вальс», «Падеграс», «Полька-вертушка», «Вару-Вару» их музыкальный ритм, характер, фигуры и вариации.

Практика

Упражнения, этюды, фигуры танцев, композиции. Изучение техники исполнения фигур и вариаций, совершенствование исполнения, демонстрация пройденного материала.

Танцы: «Маленький вальс», «Падеграс», «Полька-вертушка», «Вару-Вару».

5.2 Европейские танцы

Теория

Изучение: общих теоретических понятий, терминологии бального танца; основных понятии музыки (выступление, ритм, темп и т.д.), правил соревнований.

Изучение: позиций ног, рук, в паре; направлений в зале; направлений на «точке»; направлений шагов в основных фигурах Медленного вальса, Квикстепа; ритма; основных фигур Медленного вальса, Квикстепа. Обучение: технике исполнения шагов в основных фигурах Медленного вальса, Квикстепа.

Практика

Упражнения, этюды, фигуры танцев, композиции. Изучение техники исполнения фигур и вариаций, позиций рук и ног, совершенствование исполнения, демонстрация пройденного материала.

Отработка ритма и основных фигур Медленного вальса и Квикстепа.

Тренировка по ориентации (направлениям в зале), а также направлений на «точке».

5.3 Латиноамериканские танцы

Теория

Изучение: позиций ног, рук, в паре; направлений в зале; направлений шагов в основных фигурах Ча-ча-ча, Самба; ритма и основных фигур Ча-ча-ча, Самба. Обучение: технике исполнения шагов в основных фигурах Ча-ча-ча, Самба.

Практика

Упражнения, этюды, фигуры танцев, композиции. Изучение техники исполнения фигур и вариаций, позиций рук и ног, совершенствование исполнения, демонстрация пройденного материала.

Отработка ритма и основных фигур Ча-ча-ча и Самба.

6. Контрольные и итоговые занятия

Практика

Проведение отчётного концерта студии.

Планируемые результаты

Личностные:

- формирование эстетического вкуса;
- формирование навыков хорошего тона и культуры поведения;
- формирование правил этикета между разнополыми учащимися;
- формирование качеств таких, как: трудолюбие и терпение в достижении поставленных целей.

Метапредметные:

- развитие специальных танцевальных данных;
- развитие физических качеств (выносливость, ловкость, координация движения);
- освоение чувства ритма в танцах по программе 1 года обучения;
- формирование правильной осанки.

Предметные:

- знание и применение: основ музыкально-двигательной культуры в рамках 1 года обучения;
- знание и применение: техники бальных танцев Медленного вальса, Квикстепа, Ча-ча-ча, Самба согласно 1 года обучения, уровня Н3, Н4;
- умение исполнять Ритмические танцы с проявлением артистизма.

Календарно-тематический план 1 год обучения

№ п/п	Дата проведения занятия		Тема учебного занятия	Количество часов		
	По плану	По факту		Всего	Теория	Практика
1	01.09.17		Вводное занятие	3	1	2
2	06.09.17		Контрольные занятия	3	-	3
3	11.09.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 0,5	0,5 1,5
4	13.09.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 0,5	0,5 1,5
5	18.09.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 0,5	0,5 1,5
6	20.09.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 0,5	0,5 1,5

7	25.09.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 0,5	0,5 1,5
8	27.09.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 0,5	0,5 1,5
9	02.10.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 0,5	0,5 1,5
10	04.10.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 0,5	0,5 1,5
11	09.10.17		Контрольное занятия	3	-	3
12	11.10.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 -	0,5 2
13	16.10.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 -	0,5 2
14	18.10.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 -	0,5 2
15	23.10.17		Разминка Ритмические танцы	3	0,5 -	0,5 2
16	25.10.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
17	30.10.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
18	01.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
19	06.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
20	08.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
21	13.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
22	15.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
23	20.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
24	22.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
25	27.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
26	29.11.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
27	04.12.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
28	06.12.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
29	11.12.17		Разминка Отечественная программа	3	- 0,5	0,5 2
30	13.12.17		Контрольные занятия	3	-	3
31	18.12.17		Разминка	3	-	0,5

			Европейские танцы		0,5	2
32	20.12.17		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
33	25.12.17		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
34	27.12.17		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
35	10.01.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
36	15.01.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
37	17.01.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
38	22.01.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
39	24.01.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
40	29.01.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
41	31.01.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
42	05.02.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
43	07.02.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
44	12.02.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
45	14.02.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
46	19.02.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
47	21.02.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
48	26.02.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
49	28.02.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
50	05.03.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
51	07.03.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
52	12.03.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
53	14.03.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
54	19.03.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
55	21.03.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2

56	26.03.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
57	28.03.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
58	02.04.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
59	04.04.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
60	09.04.18		Разминка Европейские танцы	3	- 0,5	0,5 2
61	11.04.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
62	16.04.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	- 0,5	0,5 2
63	18.04.18		Разминка Европейские танцы	3	-	0,5 2,5
64	23.04.18		Разминка Европейские танцы	3	-	0,5 2,5
65	25.04.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	-	0,5 2,5
66	30.04.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	-	0,5 2,5
67	07.05.18		Разминка Европейские танцы	3	-	0,5 2,5
68	14.05.18		Разминка Европейские танцы	3	-	0,5 2,5
69	16.05.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	-	0,5 2,5
70	21.05.18		Разминка Латиноамериканские танцы	3	-	0,5 2,5
71	23.05.18		Контрольные занятия	3	-	3
72	25.05.18		Контрольные и итоговые занятия	3	-	3
Итого:				216	34	182