

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

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

Согласована:

"__" _____ 2019г.

Заместитель директора по УМР

_____ Бобырь Н.В.

Рабочая программа

на 2019-2020 учебный год

Группа: 1

Год обучения: 1-й

Возраст учащихся: 6 - 10 лет

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

"ТАНЦЕВАЛЬНАЯ СТУДИЯ "ИМПУЛЬС"

Разработчик:

Булгак Елена Антоновна,

педагог дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса 1 года обучения

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 обще-развивающие 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 (см. приложение 3).

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 (перечень фигур см. приложение 3).
- 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.

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.

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»).см. приложение 2

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 Н3, Н4.

5.1 Отечественная программа

Теория

Изучение: истории бального танца; основных понятия 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 понятий 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.

Календарно-тематический план 1 год обучения

№ п/п	Дата проведения занятия		Тема учебного занятия	Количество часов		
	По плану	По факту		Всего	Теория	Практика
1	10.09.19		Вводное занятие	2	1	1
2	12.09.19		Контрольные занятия	2	-	2
3	17.09.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 0,5	0,5 0,5
4	19.09.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 0,5	0,5 0,5
5	24.09.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 0,5	0,5 0,5
6	26.09.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 0,5	0,5 0,5
7	01.10.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 0,5	0,5 0,5

8	03.10.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 0,5	0,5 0,5
9	08.10.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 0,5	0,5 0,5
10	10.10.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 0,5	0,5 0,5
11	15.10.19		Контрольное занятия	2	-	2
12	17.10.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 -	0,5 1
13	22.10.19		Разминка Ритмические танцы	2	0,5 -	0,5 1
14	24.10.19		Разминка Ритмические танцы	2	- -	1 1
15	29.10.19		Разминка Ритмические танцы	2	- -	1 1
16	31.10.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
17	05.11.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
18	07.11.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
19	12.11.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
20	14.11.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
21	19.11.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
22	21.11.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
23	26.11.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
24	28.11.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
25	03.12.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
26	05.12.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
27	10.12.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
28	12.12.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
29	17.12.19		Разминка Отечественная программа	2	- 0,5	0,5 1
30	19.12.19		Контрольные занятия	2	-	2
31	24.12.19		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
32	26.12.19		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
33	31.12.19		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
34	09.01.20		Разминка	2	-	0,5

			Латиноамериканские танцы		0,5	1
35	14.01.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
36	16.01.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
37	21.01.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
38	23.01.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
39	28.01.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
40	30.01.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
41	04.02.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
42	06.02.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
43	11.02.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
44	13.02.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
45	18.02.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
46	20.02.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
47	25.02.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
48	27.02.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
49	03.03.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
50	05.03.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
51	10.03.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
52	12.03.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
53	17.03.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
54	19.03.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
55	24.03.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
56	26.03.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
57	31.03.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
58	02.04.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
59	07.04.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1

60	09.04.20		Разминка Европейские танцы	2	- 0,5	0,5 1
61	14.04.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
62	16.04.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	- 0,5	0,5 1
63	21.04.20		Разминка Европейские танцы	2	-	0,5 1,5
64	23.04.20		Разминка Европейские танцы	2	-	0,5 1,5
65	28.04.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	-	0,5 1,5
66	30.04.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	-	0,5 1,5
67	07.05.20		Разминка Европейские танцы	2	-	0,5 1,5
68	12.05.20		Разминка Европейские танцы	2	-	0,5 1,5
69	14.05.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	-	0,5 1,5
70	19.05.20		Разминка Латиноамериканские танцы	2	-	0,5 1,5
71	21.05.20		Контрольные занятия	2	-	2
72	26.05.20		Контрольные и итоговые занятия	2	-	2
Итого:				144	33	111