



ДЕПАРТАМЕНТА ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы

«Школа №2123 имени Мигеля Эрнандеса»

Адрес: 121069, г. Москва, Столовый переулок, д. 10/2, стр.1 Телефон: (495) 690-30-97 Факс: (495) 695-72-75
ИНН: 7703738796 КПП: 770301001 ОГРН 1117746153546 e-mail: 2123@edu.mos.ru

Директор ГБОУ Школа №2123 им. М. Эрнандеса
Архипова Т.В.



Рабочая программа
Дополнительного образования
«Спортивные бальные танцы»

Направленность: Физкультурно-спортивная направленность

Срок реализации: 1 год

Возраст обучающихся: 7 - 15 лет

Педагог дополнительного образования: Лугин Дмитрий Владимирович

Москва 2016

Спортивные бальные танцы - это не просто очередная заурядная секция. Это сложно координационный вид спорта, который способствует гармоничному развитию ребенка. Кружок «Спортивные бальные танцы» способствует и творческой реализации ребенка, развивая в нем координационные и музыкальные способности, а также пластику, грацию и силу воли. Участие в отчетных концертах, открытых уроках научат ребят выступать перед большой аудиторией и уже в раннем возрасте справляться со стрессовыми ситуациями. Проведение занятий в игровой форме сделают процесс обучения сложных танцевальных фигур легким и увлекательным. Возможно, заинтересовавшись эти направлением в школе, некоторые ребята захотят заняться этим более профессионально. В связи с этим, мы постараемся в рамках курса раскрыть всю многогранность спортивных бальных танцев и привить детям любовь к ним.

Цель и задачи

Цель: Изучить основы спортивных бальных танцев

Для реализации поставленной цели программа решает следующие **задачи:**

- Привить детям любовь к танцам;
- Разучить основные танцы (шаги, музыкальный счет, технические действия) ;
- Развить координационные способности;
- Развить музыкальный слух;
- Сформировать навыки работы с другими детьми

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Программа рассчитана на 1 год обучения.

1 год обучения 36 часов: практика (2 группы)

Итого: 72 часа

Ребята осваивают азы спортивных бальных танцев. Они изучают основные фигуры, учатся взаимодействовать друг с другом в группе. Так как это парный вид танцев, то учащиеся уже в раннем возрасте начинают формировать навыки общения с противоположным полом.

Возраст учеников 7-15 лет.

В группе не менее 6 человек.

В кружке занимаются учащиеся 1-9 классов.

Формы и методы работы по программе.

Занятия проводятся в группах по 6-8 человек в танцевально-игровой форме. Практикуется работа в небольших группах по 2-3 человека в рамках занятия, чтобы сформировать коллективную ответственность, а также привить детям сопереживание, желание помочь и поддержать.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН:

1 группа (1-4 класс):

Практические занятия. Продолжительность каждого занятия 1 час.

1. Правила техники безопасности;
2. Изучение танца медленный вальс;
3. Формирование первоначальных навыков работы в команде;
4. Изучение танца Полька;
5. Повторение танца медленный вальс;
6. Формирование первоначальных навыков работы в парах;
7. Изучение танца ча-ча-ча;
8. Повторение танца Полька;
9. Изучение танца диско;
10. Повторение танца ча-ча-ча;
11. Игровое занятие;
12. Повторение танца Диско;
13. Изучение фигуры «раскрытие» в танце ча-ча-ча;
14. Изучение фигуры «переменка» в танце медленный вальс;
15. Повторение всех изученных танцев;
16. Постановка и изучение группового зажигательного танца;
17. Тренировка на выносливость в виде «перфоменс»;
18. Изучение критериев оценки на соревнованиях;
19. Развитие артистической составляющей в танце;
20. Постановка и изучение вариации медленного вальса в парах;
21. Изучение фигуры «большой квадратик» в танце медленный вальс;
22. Изучение фигуры «лок-степ» в танце ча-ча-ча;
23. Повторение медленного вальса в парах;
24. Изучение технического действия «свивл-экшн»;
25. Постановка и изучение вариации ча-ча-ча в парах;
26. Изучение фигуры «променадный бег»;
27. Изучение танца Самба;
28. Повторение танца ча-ча-ча в парах;
29. Игровое занятие;
30. Повторение всех изученных танцев;
31. Тренировка на выносливость в виде «перфоменс»;
32. Изучение фигуры «виск» в танце самба;
33. Развитие артистической составляющей в танце;
34. Постановка и изучение вариации самбы в парах;
35. Движение веса в фигуре «променадный бег»;
36. Повторение всех изученных танцев;

Итого: 36 часов

2 группа (5-9 класс):

Практические занятия. Продолжительность каждого занятия 1 час.

1. Правила техники безопасности;
2. Изучение танца медленный вальс;
3. Формирование первоначальных навыков работы в команде;
4. Изучение танца Полька;
5. Повторение танца медленный вальс;
6. Формирование первоначальных навыков работы в парах;
7. Изучение танца ча-ча-ча;
8. Повторение танца Полька;
9. Изучение танца диско;
10. Повторение танца ча-ча-ча;
11. Игровое занятие;
12. Повторение танца Диско;
13. Изучение фигуры «раскрытие» в танце ча-ча-ча;

14. Изучение фигуры «переменка» в танце медленный вальс;
15. Повторение всех изученных танцев;
16. Постановка и изучение группового зажигательного танца;
17. Тренировка на выносливость в виде «перфоменс»;
18. Изучение критериев оценки на соревнованиях;
19. Развитие артистической составляющей в танце;
20. Постановка и изучение вариации медленного вальса в парах;
21. Изучение фигуры «большой квадратик» в танце медленный вальс;
22. Изучение фигуры «лок-степ» в танце ча-ча-ча;
23. Повторение медленного вальса в парах;
24. Изучение технического действия «свивл-экшн»;
25. Постановка и изучение вариации ча-ча-ча в парах;
26. Изучение фигуры «променадный бег»;
27. Изучение танца Самба;
28. Повторение танца ча-ча-ча в парах;
29. Игровое занятие;
30. Повторение всех изученных танцев;
31. Тренировка на выносливость в виде «перфоменс»;
32. Изучение фигуры «виск» в танце самба;
33. Развитие артистической составляющей в танце;
34. Постановка и изучение вариации самбы в парах;
35. Движение веса в фигуре «променадный бег»;
36. Повторение всех изученных танцев;

Итого: 36 часов

Всего за 1-ый год обучения – 72 часа

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учащиеся должны **знать**:

- Основные танцы в программе спортивных бальных;
- Критерии оценки на соревнованиях;
- Музыкальные счета танца;
- Названия основных фигур;

Учащиеся должны **уметь**:

- Под музыку станцевать составленные вариации;
- Уметь танцевать основные фигуры в парах;

СИСТЕМА КОНТРОЛЯ

1.Предварительный контроль:

Выявление иной танцевальной/спортивной подготовленности ребёнка – , практические задания, упражнения

2. Промежуточный контроль:

Контроль за усвоением знаний, умений, навыков (Открытые уроки, участие в праздничных, конкурсных мероприятиях)

3.Заключительный контроль:

Полученные за учебный год умения и навыки (Итоговая аттестация).

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

- Постоянный контакт с родителями в течение посещаемости ребёнком танцевального кружка (выявление физических, психологических особенностей ребёнка)
- Приглашение родителей на итоговую аттестацию в конце года.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Занятия проводятся в хорошо освещённом, безопасном помещении.