



**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №63 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНА

Заведующим ГБДОУ детский сад №63
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ №213-ОД от 31.08.2023г.
/ Бурцева Д.С. /



**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа «DANCE PRIDE»
на 2023-2024 учебный год**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст детей: 3-4 года
Срок реализации программы: 1 год

Составитель:
Иванов Всеволод Владимирович,
педагог дополнительного образования

**Санкт-Петербург
2023**

Оглавление

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи реализации программы.	4
II. Содержательный раздел	5
2.1 Педагогические методы обучения	5
2.2 Ожидаемые результаты.....	5
2.3 Мониторинг образовательных результатов	6
2.4 Формы подведения итогов.....	6
III. Организационный раздел.....	7
3.1 Методическое обеспечение программы	7
3.3 Режим организации занятий	7
3.4 Форма организации занятий.....	7
3.5 Планирование образовательной деятельности	7
3.6 Учебно-тематический план	7
3.7 Календарно-учебный график.....	8
Список литературы.....	12

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной программы (дополнительной общеразвивающей программы) Спортивные бальные танцы – физкультурно-спортивная.

Бальный танец в настоящее время – это один из наиболее массовых и быстро развивающихся видов спорта и хореографического искусства. На протяжении последнего десятилетия интерес к спортивному бальному танцу неуклонно возростал, делая данный вид танца привлекательным и интересным как для взрослых, так и для детей.

Кружок бального танца является общедоступной и массовой формой занятий, приобщая, таким образом, обучающихся к искусству танца, эстетике движения под музыку и этике отношений с противоположным полом.

В системе эстетического воспитания подрастающего поколения значительная роль принадлежит современной хореографии. Её синтетичность, неразрывная связь с музыкой и другими искусствами, эмоциональная и яркая образность, возникающие в её процессе взаимоотношения выгодно выделяют танец среди других искусств.

Танцевальное воспитание детей предполагает не только приобретение ими навыков и знаний в области современной хореографии, умение красиво и свободно двигаться, танцевать, но и формирование их художественного вкуса, эстетическое и физическое развитие. Занятия бальными танцами развивают фантазию и образную память детей, обогащая их представление об искусстве.

Спортивные бальные танцы для дошкольников помогают развивать пластику, координацию движения и осанку. Ребенок 3-5 лет, занимающийся бальными танцами, развивает мышцы ног и мышцы корпуса, пластику рук. Во время занятий работают все группы мышц, что способствует развитию координации, устойчивости, позволяет ребенку быть гибким, выносливым и ловким. При занятии бальными танцами, ребенок получает правильное физическое развитие, у него улучшается работа сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Танцующие дети обладают ритмичностью, пластичностью, имеют правильное дыхание. Занятия бальными танцами являются инструментом самовыражения, а так же способствуют собранности и воспитание ответственности у ребенка.

Занятия танцем выполняют и другие важные функции: они развивают наблюдательность учащихся, дисциплинируют, сплачивают их в дружный, объединенный общими интересами коллектив, способствуют росту их общей культуры. В свою очередь рост культуры поведения начинает сказываться не только во время занятий, но и в быту, где приобретённые полезные навыки легко и естественно ими применяются. Дети начинают понимать и чувствовать эстетику поведения в быту, подтянутость и вежливость в отношениях с окружающими становятся нормой их поведения. Они заботливо следят за своей внешностью, за чистотой, аккуратностью и изяществом своего костюма и причёски.

Новизна данной образовательной программы заключается в распределении учебного материала в ходе занятий таким образом, чтобы на начальных этапах обучения сложный

материал непосредственно бальных танцев был органично связан с более легким и интересным материалом диско-танцев, тем самым облегчая его восприятие и повышая степень интереса обучающихся к занятиям бальными танцами.

Особенностью предлагаемой программы является то, что она является комплексной – на занятиях помимо хореографии большое внимание уделяется общефизическому развитию детей. Данная программа сочетает тренировочные упражнения и изучение танцевального репертуара. Данная программа сочетается с занятиями сценического искусства, музыки, помогает понять художественные связи всех жанров искусства.

1.2. Цель и задачи реализации программы.

Цель:

развитие художественно-творческих способностей обучающихся посредством обучения спортивным бальным танцам, воспитание гармоничной, социально активной личности.

Основные задачи программы

Обучающие:

- знакомство с историей спортивных бальных танцев;
- обучение технике исполнения спортивных бальных танцев.

Развивающие:

- развитие хореографических способностей – гибкости тела, шага, легкости прыжка и др.;
- развитие навыков координации движений, формирование музыкально-ритмической координации движений;
- развитие художественно-творческих способностей – артистизма, эмоциональности.

Воспитательные:

- воспитание дисциплины, трудолюбия, чувства коллективизма;
- воспитание силы, выносливости, укрепление нервной системы;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: 3-5 года

II. Содержательный раздел

При составлении программы в соответствии с новым Федеральным государственным образовательными стандартами (ФГОС ДО) учитываются следующие образовательные области:

-социально-коммуникативная: развитие умения взаимодействовать со сверстниками;

-познавательная: развитие творческого мышления, познавательных процессов и воображения, ориентировки в пространстве, понятия основных танцевальных фигур;

-художественно-эстетическая: развитие эстетических и художественных представлений.

2.1 Педагогические методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения.

1. Наглядный

- наглядно-слуховой прием;
- наглядно-зрительный прием.

Исполнение музыки должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать: сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные хороводные построения.

2. Словесный

Беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ, напоминание, оценка и т. д. Этот метод широко применяется в процессе обучения танцев как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами.

Применение его своеобразно тем, что состоит в выборе отдельных приемов и в дозировке их в зависимости от формы занятий и возраста детей. Так, к образно-сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании игры (особенно в младшей группе); к объяснению, напоминанию — в упражнениях, танцах.

3. Практический

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, прыжков, подпрыгиваний и т.д.

2.2 Ожидаемые результаты

К концу 1-го года обучения обучающиеся должны усвоить:

- позиции и положения рук, позиции ног;
- правила постановки корпуса, рук, ног, головы;

- правила исполнения изученных движений основ бального и классического танца;
- названия всех изученных видов движений;
- правила поведения в хореографическом зале, на сцене во время выступлений;

сформировать умение:

- выполнять упражнения для разминки;
- выполнять предусмотренные программой движения бального и классического танца;
- выполнять все виды изученных движений в 1-й год обучения;
- запоминать и исполнять танцевальные композиции самостоятельно и в группе.

2.3 Мониторинг образовательных результатов

Критерии оценки:

1. Способность самостоятельно выполнить работу после показа.
2. Полное выполнение задания.
3. Умение структурно распределять ход работы.
4. Способность образно представить будущий результат.
5. Степень проявления творчества.

Высокий уровень:

- 1) ребенок выполняет работу после показа педагога;
- 2) все действия с материалом правильные, целенаправленные, с положительным результатом;
- 3) последовательно распределяет действия;
- 4) способен прогнозировать будущую работу;
- 5) способен внести в работу личную задумку.

Средний уровень:

- 1) ребенок выполняет действия при некотором участии педагога;
- 2) допускает ошибки при работе, не уверен в результате;
- 3) распределяет действия при помощи воспитателя;
- 4) частично уверен в выполнении задания;
- 5) способен нести в работу личную задумку только при помощи воспитателя.

Низкий уровень:

- 1) ребенок не способен самостоятельно выполнить работу;
- 2) при работе с материалом действия неправильные;
- 3) не может последовательно выполнять действия;
- 4) действия сопровождаются участием педагога;
- 5) нет творческого подхода при выполнении работы.

2.4 Формы подведения итогов

Итоговая аттестация проводится в конце обучения для демонстрации достигнутого результата обучающемуся и его родителям в форме отчетного концерта.

Итоговая оценка выставляется с учетом результатов итоговой аттестации, результативности. Она служит основанием для перевода на следующий год обучения.

Формы итоговой аттестации: открытый урок, отчетный концерт.

III. Организационный раздел

3.1 Методическое обеспечение программы

- Наличие танцевальной паркетной площадки;
- Наличие стенных зеркал;
- аудио и видео техника;
- Тренажеры, скакалки, резиновые жгуты, штанга;
- Танцевальные костюмы, соответствующие правилам СТСР (Союза Танцевального Спорта России);
- Специальная обувь.
-

3.3 Режим организации занятий

Программа рассчитана на 64 учебных часов.

Непосредственная образовательная деятельность проводится во вторую половину дня, 2 раз – в неделю (8 раз в месяц). Занятия проходят с октября по май месяц.

3.4 Форма организации занятий

Форма проведения занятий – групповые занятия.

3.5 Планирование образовательной деятельности

Сроки реализации программы: с 02.10.2023 по 31.05.2024 г.

Год	Режим занятий	Кол-во занятий в неделю/ за 8 месяцев
1	2 раза в неделю	2/64

3.6 Учебно-тематический план

1 год обучения

№	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Собеседование
2	Коллективно порядковые и ритмические упражнения	10	3	7	Обсуждение и демонстрация упражнений
3	Тренировочные упражнения	10	4	6	Опрос и демонстрация упражнений
4	Изучение танцевальных элементов и соединений фигур	10	4	6	Открытое занятие для

					родителей и педагогов
5	Подготовка концертных выступлений на основе разучиваемых танцев	4	2	2	Контрольное занятие
6	Итоговые занятия	1	-	1	Отчетный концерт
7	Медленный вальс	5	1	4	Обсуждение и демонстрация упражнений
8	Ча-ча-ча	5	1	4	Обсуждение и демонстрация упражнений
9	Полька	5	1	4	Обсуждение и демонстрация упражнений
10	Ритмическая разминка	13	1	12	Обсуждение и демонстрация упражнений
	Всего:	64	18	46	64

3.7 Календарно-учебный график

Для детей 3-5 лет

№	Дата	Тема	Содержание	Кол-во занятий
1.	02.10.2023	Вводное занятие	Собеседование. Беседа по технике безопасности. Познакомить детей с основами балльных танцев.	1
2.	04.10.2023	Ритмическая разминка	Обсуждение и демонстрация упражнений	1
3.	09.10.2023	Ритмическая разминка	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	11.10.2023			
4.	16.10.2023	Медленный вальс	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	18.10.2023			
5.	23.10.2023	Медленный вальс		2

	25.10.2023		Обсуждение и демонстрация упражнений	
6.	30.10.2023	Ча-ча-ча	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	01.11.2022			
7.	08.11.2022	Ча-ча-ча	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	13.11.2022			
8.	15.11.2023	Полька	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	20.11.2023			
9.	22.11.2023	Полька	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	27.11.2023			
10.	29.11.2023	Тренировочные упражнения	Опрос и демонстрация упражнений	2
	04.12.2023			
11.	06.12.2023	Тренировочные упражнения	Опрос и демонстрация упражнений	2
	11.12.2023			
12.	13.12.2023	Коллективно порядковые и ритмические упражнения	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	18.12.2023			
13.	20.12.2023	Коллективно порядковые и ритмические упражнения	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	25.12.2023			
14.	27.12.2023	Изучение танцевальных элементов и соединений фигур	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	10.01.2024			
15.	15.01.2024	Изучение танцевальных элементов и соединений фигур	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	17.01.2024			
16.	22.01.2024	Ритмическая разминка	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	24.01.2024			
17.	29.01.2024	Ритмическая разминка	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	31.01.2024			

18.	05.02.2024	Тренировочные упражнения и Коллективно порядковые и ритмические упражнения	Опрос и демонстрация упражнений	2
	07.02.2024			
19.	12.02.2024	Изучение танцевальных элементов и соединений фигур	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	14.02.2024			
20.	19.02.2024	Коллективно порядковые и ритмические упражнения	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	21.02.2024			
21.	26.02.2024	Тренировочные упражнения	Опрос и демонстрация упражнений	2
	28.02.2024			
22.	04.03.2024	Тренировочные упражнения	Опрос и демонстрация упражнений	1
23.	06.03.2024	Тренировочные упражнения	Опрос и демонстрация упражнений	1
24.	11.03.2024	Ритмическая разминка	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	13.03.2024			
25.	18.03.2024	Тренировочные упражнения и Коллективно порядковые и ритмические упражнения	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	20.03.2024			
26.	25.03.2024	Изучение танцевальных элементов и соединений фигур	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	27.03.2024			
27.	01.04.2024	Коллективно порядковые и ритмические упражнения	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	03.04.2024			
28.	08.04.2024	Ритмическая разминка	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	10.04.2024			
29.	15.04.2024	Ритмическая разминка	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	17.04.2024			

30.	22.04.2024	Ча-ча-ча и Полька	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	24.04.2024			
31.	06.05.2024	Медленный вальс	Обсуждение и демонстрация упражнений	1
32.	08.05.2024	Ритмическая разминка	Обсуждение и демонстрация упражнений	2
	13.05.2024			
33.	15.05.2024	Подготовка концертных выступлений на основе разучиваемых танцев	Контрольное занятие	2
	20.05.2024			
34.	22.05.2024	Подготовка концертных выступлений на основе разучиваемых танцев	Контрольное занятие	1
35.	27.05.2024	Подготовка концертных выступлений на основе разучиваемых танцев	Контрольное занятие	1
36.	29.05.2024	Итоговое занятие	Отчетный концерт	1

Список литературы

Литература для руководителя студии

1. Богословский В.П., Кудрявцев В.В., Уварова В.А. Методические рекомендации по организации занятий физической культурой и спортом в группах продленного дня.- Москва. Министерство просвещения СССР., 1979 г.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- Ленинград. Искусство, 1980 г
3. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях.- Москва. Физкультура и спорт.,1981 г.
4. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И.. Психология физического воспитания и спорта.- Москва. 2000 г.
5. Захаров Р. Методические указания к изучению английских терминов бального танца. Ленинград. ВЦСПС. 1975 г.
6. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика. -Москва. Физкультура и спорт, 1982 г.
7. Масленникова В. Педагогика. -Москва., 1975 г.
8. Мур А. Пересмотренная техника европейских танцев. – Лондон .1993 г.
9. Мур А. Популярные вариации. - Лондон. 1970г. Полный перевод с английского и редакция Попов О.Н. -Ленинград 1974 г.
10. Пуни А.Ц. Психологические основы волевой подготовки в спорте (Кафедра психологии ИФК им. П.Ф. Лесгафта).- Ленинград. 1977 г.
11. Ромэйн Э. Вопросы и ответы.- Лондон - СПб 1995 г. Перевод и редакция Пин Ю.
12. Станкин М.И. Теория и практика физической культуры и спорта.- Москва. Просвещение, 1972 г.
13. Френсис С., Дорис Л., Дорис Н., Петридис Д., Ромэйн Э., Спэнсэр Н., Пересмотренная техника латиноамериканских танцев.- Лондон. Перевод и редакция Пин Ю.- СПб. 1992 г.

Литература для воспитанников

1. Барышников Т. Азбука хореографии.- Москва. Рольф., 2001 г.
2. Ботгомер П. Уроки танца. -Москва., ЭКСМО. 2003.
3. Еремина М.Ю. Роман с танцем. -СПб., 1998 г.
4. Иваницкий А.В., Матов В.В., Иванова А.Л., Шарабаров И.Н. Ритмическая гимнастика на ТВ.-Москва. Советский спорт., 1989г.
5. Печанов Ю.А., Берзина Л.А. Позвоночник гибок - тело молодо.- Москва.1991.
6. Стриганов В.М., Уральская В.И. Современный бальный танец.- Москва. Просвещение, 1978 г.