

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Протокол педагогического совета № 1  
от «31» августа 2023

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 174 от «31» августа 2023  
И.о. директора ДДЮТ \_\_\_\_\_ С.В. Бурлак

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**“Формула танца. Основы бального танца”**

1 год обучения

Группа № 16-4/1

Возраст учащихся 7-8 лет

Карташева А.И.

педагог дополнительного образования

С 1 сентября происходит запись учащихся 7-8 лет в группу 1 года обучения без специальной подготовки, а также детей, имеющих танцевальную подготовку в других коллективах бального танца. Они могут быть приняты в группы, соответствующие уровню их подготовки, после собеседования с педагогом.

### **Задачи**

#### ***Обучающие:***

1. Обучить приемам общей физической подготовки, направленной на освоение простейших технических действий и подводящих упражнений.
2. Обучить основным элементам и фигурам Берлинской Польки, Модного рока, Медленного вальса, Самбы, Ча-ча-ча.
3. Обучить упражнениям, необходимым для технической подготовки, построенных на знании и понимании основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
4. Познакомить с терминологией элементов следующих танцев: Берлинской Польки, Модного рока, Медленного вальса, Самбы, Ча-ча-ча
5. Познакомить с правилами проведения соревнований и публичных выступлений 1 года обучения.

#### ***Развивающие:***

1. Способствовать развитию артистизма учащихся при исполнении Берлинской Польки, Модного рока, Медленного вальса, Самбы, Ча-ча-ча.
2. Способствовать развитию внимания и памяти учащихся.
3. Способствовать развитию аналитических навыков – умения видеть чужие ошибки.
4. Способствовать формированию доброжелательной атмосферы внутри коллектива.
5. Способствовать получению опыта публичных выступлений на базе ДДЮТ.

#### ***Воспитательные:***

1. Способствовать воспитанию стойкого интереса к занятиям танцами.
2. Способствовать развитию дисциплинарных качеств.
3. Познакомить с правилами танцевального этикета таких танцев как: Берлинская Полька, Модный рок, Медленный вальс, Самба, Ча-ча-ча.
4. Способствовать формированию танцевального коллектива на примере традиций.
5. Познакомить с правилами ЗОЖ.

### **В конце первого года обучения учащиеся будут:**

#### ***предметные результаты:***

- Знать приемы общей физической подготовки, направленной на освоение простейших технических действий и подводящих упражнений.
- Уметь исполнять основные элементы и фигуры Берлинской Польки, Модного рока, Медленного вальса, Самбы, Ча-ча-ча.
- Уметь выполнять упражнения, необходимые для технической подготовки, построенные на знании и понимании основных принципов танцевальных передвижений в различных танцах и основных технических действий.
- Знать терминологию элементов следующих танцев: Берлинской Польки, Модного рока, Медленного вальса, Самбы, Ча-ча-ча.
- Знать правила проведения соревнований и публичных выступлений 1 года обучения.

*метапредметные результаты:*

- Уметь быть артистичными при исполнении Берлинской Польки, Модного рока, Медленного вальса, Самбы, Ча-ча-ча.
- Уметь быть внимательными и запоминать композиции.
- Уметь аналитически размышлять- видеть чужие ошибки.
- Уметь быть дружелюбными.
- Уметь выступать перед публикой.

*личностные результаты:*

- Иметь стойкий интерес к занятиям танцами.
- Иметь дисциплинированные качества.
- Знать правила танцевального этикета таких танцев как: Берлинская Полька, Модный рок, Медленный вальс, Самба, Ча-ча-ча.
- Знать традиции коллектива
- Знать правила ЗОЖ.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:**

### **1. Вводное занятие 2 ч.**

*Теория. -1 час.* История возникновения танцев. Цели, задачи на учебный год. Инструктаж по технике безопасности.

*Практика. -1 час.* Экскурсия по залу. Общение, игровые упражнения.

### **2. История возникновения танцев. Танцевальный этикет -9ч.**

*Теория- 1час.* История возникновения бальных танцев. Правила СТСР, ФТССПБ участия в конкурсах, соревнованиях. Этикет.

*Практика-8часов.* Открытые уроки. Просмотры совместных видео уроков, видео выступлений. Применение танцевального этикета.

### **3. Элементы музыкальной грамоты. Характерные особенности мелодий, темпов, акценты-20ч.**

*Теория-8 час.* Знакомство с мелодиями, темпами, музыкальными акцентами, ритмами различных танцев.

*Практика-12 часов.* Изучение ритмических конструкций в различных танцах. Введение различных ритмических конструкций в танцы.

### **4. Тренаж, разминка, танцевальные элементы. -12ч.**

*Теория-2 часа.* Изучение позиций рук, ног, положения тела в пространстве. Изучений правил исполнения танцевальных элементов.

*Практика-10 часов.* Упражнения на все части тела. Упражнения на развитие физических данных танцоров. Изучение танцевальных фигур и элементов. Изучение танцевальной терминологии, танцевальных направлений движения в зале.

### **5. Развивающие массовые танцы: Берлинская полька, Модный рок, Хэндс ап, Джорджия, Дружба. Различные виды ходов, перемещений. Разучивание танцевальных фигур и рисунков-30ч.**

*Теория-10 часов.* Изучение танцевальных рисунков. Характер танца. Особенности исполнения отдельных танцев.

*Практика- 20 часов.* Разучивание упражнений, элементов, танцев. Подвижные игры.

### **6. Европейские танцы: Медленный вальс, Ритмический фокстрот-33.**

*Теория-10 часа.* Изучение характерных особенностей танцев.

*Практика-23 часов.* Изучение фигур и связок и элементов. Заучивание и отработка композиций.

### **7. Латиноамериканские танцы: Ча-ча-ча, Самба. Джайв-34ч.**

*Теория-10 часа.* Изучение характерных особенностей танцев.

*Практика- 24 часа.* Изучение фигур и связок и элементов. Заучивание и отработка композиций.

**8. Контрольные и итоговые занятия-8 ч.**

*Теория-4 часа.* Подведения итогов. Контрольные занятия.

*Практика- 4 часов.* Выступления, награждения, совместные мероприятия в коллективе.

**Календарно-тематический план**

\_1\_ год обучения

№ п/п	Темы занятий	Кол- во часов	Дата занятия	
			План	Факт
<b>Сентябрь 2023</b>				
1	Вводное занятие. Знакомство с образовательной программой Инструктаж по технике безопасности	2	4.09	
2	История возникновения танцев. Танцевальный этикет.	2	7.09	
3	Тренаж, изучение Берлинской польки, Модного рока.	2	11.09	
4	Тренаж, разучивание Хэндс ап, Джорджии, Дружбы.	2	14.09	
5	Разминка. Тренаж. Берлинская полька.	2	18.09	
6	Повторение изученного материала.	2	21.09	
7	Тренаж. Модный рок, Берлинская полька, Дружба. Хэндс ап, Джорджия. Закрепление пройденного материала.	2	25.09	
8	Тренаж. Изучение построений в зале. Медленный вальс.	2	28.09	
<b>Октябрь 2023</b>				
9	Разминка. Элементы музыкальной грамотности. Медленный вальс.	2	2.10	
10	Разучивание танцевальных фигур и рисунков. Хэндз ап. Джорджия.	2	5.10	
11	Повторение пройденного материала. Модный рок. Берлинская полька.	2	9.10	
12	Разминка. Дружба. Джорджия.	2	12.10	
13	Тренаж. Хэндс ап. Джорджия.	2	16.10	
14	Элементы музыкальной грамоты.	2	19.10	
15	Тренаж. Медленный вальс. Ча-ча-ча.	2	23.10	
16	Модный рок. Медленный вальс. Берлинская полька.	2	26.10	
17	Тренаж. Танцевальные элементы.	2	30.10	

<b>Ноябрь 2023</b>				
18	Повторение пройденного материала.	2	2.11	
19	Танцевальные элементы. Дружба.	2	6.11	
20	Танцевальные элементы. Джорджия.	2	9.11	
21	Разминка. Ча-ча-ча.	2	13.11	
22	Тренаж. Элементы музыкальной грамоты. Танцы латиноамериканской программы.	2	16.11	
23	Элементы музыкальной грамоты.	2	20.11	
24	Тренаж. Элементы музыкальной грамоты. Танцы европейской программы.	2	23.11	
25	Отработка танцевальных элементов и ходов.	2	27.11	
26	История возникновения танцев. Танцевальный этикет	2	30.11	
<b>Декабрь 2023</b>				
27	Тренаж. Дружба. Танцевальные элементы.	2	4.12	
28	Разминка. Медленный вальс. Ча-ча-ча.	2	7.12	
29	Квикстеп. Тренаж. Самба.	2	11.12	
30	Ча-ча-ча-. Самба. Тренаж. Медленный вальс.	2	14.12	
31	Повторение пройденного материала.	2	18.12	
32	Развивающие массовые танцы.	2	21.12	
33	Итоговое занятие за первое полугодие.	2	25.12	
34	Тренаж. Элементы музыкальной грамоты. Медленный вальс, Квикстеп.	2	28.12	
<b>Январь 2024</b>				
35	Разминка. Берлинская полька.	2	11.01	
36	Развивающие массовые танцы. Проверка знаний.	2	15.01	
37	Тренаж. Ча-ча-ча. Медленный вальс.	2	18.01	
38	Тренаж. Элементы музыкальной грамоты. Танцы латиноамериканской программы.	2	22.01	
39	Тренаж. Элементы музыкальной грамоты. Танцы европейской программы.	2	25.01	
40	Тренаж, Разминка. Развивающие массовые танцы.	2	29.01	
<b>Февраль 2024</b>				
41	Элементы музыкальной грамотности. Джайв.	2	1.02	
42	Танцевальные элементы. Ходы. Самба.	2	5.02	

43	Тренаж. Разминка. Самба. Джорджия.	2	8.02	
44	Разминка. Тренаж. Модный рок. Джайв.	2	12.02	
45	Повторение изученного материала.	2	15.02	
46	Отработка танцевальных элементов ходов. Самба, Ча-ча-ча, Джайв.	2	19.02	
47	Отработка танцевальных элементов ходов. Модный рок, Берлинская полька.	2	22.02	
48	Разминка. Тренаж.	2	26.02	
49	Разминка. Ритмический фокстрот. Ча-ча-ча.	2	29.02	
<b>Март 2024</b>				
50	Тренаж. Элементы музыкальной грамоты	2	4.03	
51	Элементы музыкальной грамоты.	2	7.03	
52	Медленный вальс. Ритмический фокстрот.	2	11.03	
53	Тренаж. Танцевальный этикет. Берлинская полька. Модный рок.	2	14.03	
54	Отработка танцевальных элементов ходов. Ритмический фокстрот.	2	18.03	
55	Повторение изученного материала.	2	21.03	
56	Разминка. Самба. Берлинская полька.	2	25.03	
57	Тренаж. Элементы музыкальной грамоты. Танцы европейской программы.	2	28.03	
<b>Апрель 2024</b>				
58	Тренаж. Элементы музыкальной грамоты. Танцы латиноамериканской программы.	2	1.04	
59	Тренаж. Модный рок. Дружба.	2	4.04	
60	Разминка. Тренаж. Европейская программа.	2	8.04	
61	Тренаж. Элементы музыкальной грамотности.	2	11.04	
62	Отработка танцевальных элементов ходов. Ча-ча-ча.	2	15.04	
63	Танцевальные элементы. Ритмический фокстрот.	2	18.04	
64	Тренаж. Медленный вальс.	2	22.04	
65	Разминка. Берлинская полька.	2	25.04	
66	Тренаж. Самба. Джорджия.	2	29.04	
<b>Май 2024</b>				
67	Разминка. Джайв. Ритмический фокстрот.	2	2.05	

68	Тренаж. Разминка. Латиноамериканская программа.	2	6.05	
69	Тренаж. Разминка. Развивающие массовые танцы.	2	13.05	
70	Повторение изученного материала.	2	16.05	
71	Тренаж. Разминка. Танцевальные элементы.	2	20.05	
72	Подготовка к открытому занятию	2	23.05	
73	Показательное выступление для родителей	2	27.05	
74	Итоговое занятие. Проверка знаний	2	30.05	

	Итого:		148	
--	--------	--	-----	--