



**Муниципальное
Автономное учреждение
Дополнительного образования
Городской Дворец творчества детей и
молодежи
Одаренность и технологии»**

Рассмотрено

Педагогическим советом
МАУ ДО ГДТДиМ «Одаренность
и технологии»
Протокол № 1 от 29.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МАУ ДО
ГДТДиМ «Одаренность и
технологии»
от 29.08.2024 № 185-од

_____ А.Г.
Гагауз



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Введение в спортивный танец

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
для детей от 6 до 8 лет, срок реализации – 1 год
физкультурно-спортивная направленность

Авторы-составители:

Суханова Ирина Ивановна

педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Инютина Екатерина Сергеевна

педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Екатеринбург
2024

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Введение в спортивный танец».

В 2024-2025 учебном году программа «Введение в спортивный танец» реализуется в группе 1 года обучения, сформирована 1 группа 5.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Введение в спортивный танец

Группа 5 Год обучения – 1

Педагог: Суханова И.И.

№ нед	месяц	Форма занятия	Тема занятия	кол-во часов	Форма контроля
1	сентябрь	учебное занятие	Инструктаж по ТБ	2	беседа
2	сентябрь	учебное занятие	Упражнения на мышцы корпуса	2	опрос
3	октябрь	учебное занятие	Упражнения на мышцы рук и ног	2	Контроль выполнения упражнений
4	октябрь	учебное занятие	Упражнения на мышцы корпуса. Плечевой пояс	2	Контроль выполнения упражнений
5	октябрь	учебное занятие	Упражнения на мышцы рук и ног. Стопы.	2	Контроль выполнения упражнений
6	октябрь	учебное занятие	Упражнения на боковые мышцы корпуса.	2	Контроль выполнения упражнений
7	октябрь	открытое занятие	Упражнения на координацию.	2	Контроль выполнения упражнений
8	ноябрь	учебное занятие	Упражнения на мышцы бёдер.	2	Контроль выполнения упражнений
9	ноябрь	учебное занятие	Партерная гимнастика	2	Контроль выполнения упражнений
10	ноябрь	учебное занятие	Упражнения на мышцы шеи и плеч	2	Контроль выполнения упражнений
11	ноябрь	учебное занятие	Упражнения на мышцы стоп	2	Контроль выполнения упражнений
12	декабрь	учебное занятие	Прыжки, на месте-3 варианта	2	Контроль выполнения

					упражнений
13	декабрь	учебное занятие	Партерная гимнастика	2	Контроль выполнения упражнений
14	декабрь	учебное занятие	Прыжки в движении.	2	Контроль выполнения упражнений
15	декабрь	учебное занятие	Упражнения на все группы мышц	2	Клубный Конкурс
16	декабрь	Клубное мероприятие	Упражнения на боковые мышцы корпуса	2	Контроль выполнения упражнений
17	январь	учебное занятие	Упражнения на мышцы голени и стоп	2	опрос
18	январь	учебное занятие	Силовые упражнения. Отжимание	2	опрос
19	январь	учебное занятие	Прыжки с разворотом	2	Контроль выполнения упражнений
20	февраль	учебное занятие	Партерная гимнастика	2	Контроль выполнения упражнений
21	февраль	учебное занятие	Упражнения на мышцы рук и ног	2	опрос
22	февраль	учебное занятие	Скручивание корпуса	2	Контроль выполнения упражнений
23	февраль	учебное занятие	Упражнения на мышцы рук и ног	2	Контроль выполнения упражнений
24	март	открытое занятие	Силовые упражнения	2	зачёт
25	март	учебное занятие	Партерная гимнастика	2	Контроль выполнения упражнений
26	март	учебное занятие	Упражнения на мышцы корпуса	2	Контроль выполнения упражнений
27	март	учебное занятие	Вращение корпуса. Координация	2	опрос
28	апрель	учебное занятие	Прыжки с игровыми элементами	2	Игра на внимание
29	апрель	учебное занятие	Упражнения на мышцы рук и ног	2	Контроль выполнения упражнений
30	апрель	учебное занятие	Партерная гимнастика	2	Контроль выполнения упражнений
31	апрель	открытое занятие	Упражнения на мышцы стоп	2	Контроль выполнения упражнений

32	апрель	учебное занятие	Упражнения на мышцы корпуса	2	Контроль выполнения упражнений
33	май	учебное занятие	Упражнения на мышцы рук и ног	2	Контроль выполнения упражнений
34	май	учебное занятие	Партерная гимнастика	2	опрос
35	май	учебное занятие	Упражнения на основные мышцы тела	2	Клубный Конкурс
36	май	Клубное мероприятие	Итоговое занятие	2	зачёт
Всего часов				72	

Раздел - Введение в спортивный танец. Основы конкурсного танца

Группа 5 Год обучения – 1 Педагог: Суханова И.И.

№	месяц	Форма занятия	Тема занятия	кол-во часов	Форма контроля
1	сентябрь	учебное занятие	Инструктаж ТБ Конкурсный танец, общие понятия	2	беседа
2	сентябрь	учебное занятие	Конкурсные танцы -муз.размер	2	опрос
3	октябрь	учебное занятие	Муз.размер W. Хлопки с изменением акцентов.	2	Контроль выполнения упражнений
4	октябрь	учебное занятие	Муз.размер W. Хлопки в движении с акцентами.	2	Контроль выполнения упражнений
5	октябрь	учебное занятие	Муз.размер S. Хлопки с изменением акцентов.	2	Контроль выполнения упражнений
6	октябрь	учебное занятие	Муз.размер S. Хлопки в движении с акцентами.	2	Контроль выполнения упражнений
7	октябрь	открытое занятие	Особенности европейской программы - W	2	Контроль выполнения упражнений
8	ноябрь	учебное занятие	Основы W. Подъёмы в стопе	2	Контроль выполнения упражнений
9	ноябрь	учебное занятие	Особенности латины – S.	2	Контроль выполнения упражнений
10	ноябрь	учебное занятие	Основы S. Баунс -разбор	2	Контроль выполнения упражнений
11	ноябрь	учебное занятие	Основы W. Опускания, счёт.	2	Контроль выполнения упражнений

12	декабрь	учебное занятие	Основы S. Баунс –в движении	2	Контроль выполнения упражнений
13	декабрь	учебное занятие	W. Опускания и подъёмы в музыку	2	зачёт
14	декабрь	учебное занятие	S. Баунс –движение в музыку	2	Контроль выполнения упражнений
15	декабрь	учебное занятие	W. Основной шаг- качели вперёд	2	Контроль выполнения упражнений
16	декабрь	Клубное мероприятие	S.Основной шаг вперёд под счёт. Перенос веса	2	Контроль выполнения упражнений
17	январь	учебное занятие	W. Шаг – качели боковой	2	опрос
18	январь	учебное занятие	S. Основной шаг в сторону.	2	опрос
19	январь	учебное занятие	W- перемена вперёд - разбор	2	Контроль выполнения упражнений
20	февраль	учебное занятие	S – основное движение по квадрату в ритм	2	Контроль выполнения упражнений
21	февраль	учебное занятие	W перемена назад - разбор	2	опрос
22	февраль	учебное занятие	S – основной шаг в паре	2	Контроль выполнения упражнений
23	февраль	учебное занятие	W перемены в паре	2	Контроль выполнения упражнений
24	март	открытое занятие	Повторение основных эл-тов W,S	2	Контроль выполнения упражнений
25	март	учебное занятие	Ch – основной ритм, счёт, перенос веса.	2	Контроль выполнения упражнений
26	март	учебное занятие	W –перемены по квадрату	2	Контроль выполнения упражнений
27	март	учебное занятие	S – основной шаг по квадрату в паре	2	зачёт
28	апрель	учебное занятие	W – перемены в движении по ЛТ	2	Контроль выполнения упражнений
29	апрель	учебное занятие	Ch – шоссе , тайм степ.	2	Контроль выполнения упражнений
30	апрель	учебное занятие	W - перемены в паре по ЛТ	2	Контроль выполнения упражнений

31	апрель	открытое занятие	S –осн.шаг с продвижением по ЛТ	2	Контроль выполнения упражнений
32	апрель	учебное занятие	Ch – шоссе в паре	2	Контроль выполнения упражнений
33	май	учебное занятие	Ch- основное движение -разбор	2	Контроль выполнения упражнений
34	май	учебное занятие	Отработка основ в паре под музыку	2	опрос
35	май	учебное занятие	W,S,Ch основные элементы в музыку	2	зачёт
36	май	Клубное мероприятие	Итоговое занятие	2	Конкурс в группе
			Всего часов	72	

Учебно-методическое обеспечение

1. Классификация международной программы по спортивным бальным танцам, положения о фигурах по европейской и латиноамериканской программам, популярные вариации.
2. «Правила массового спорта» редакция ФТСАРР, 2022г.
3. Видео-материал по основам танцевального спорта и вариациям.

Сведения о разработчиках

Суханова Ирина Ивановна

Педагог дополнительного образования МАУ ДО ГДТДиМ «Одаренность и технологии»

Высшая квалификационная категория

Инютина Екатерина Сергеевна

Педагог дополнительного образования МАУ ДО ГДТДиМ «Одаренность и технологии»

Высшая квалификационная категория

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 181713744333387461230331213761435072100037620618

Владелец Гагауз Артём Григорьевич

Действителен с 11.09.2024 по 11.09.2025