

**Описание и аннотация к  
Дополнительной общеразвивающей программе  
в области физической культуры и спорта «Основы танцевального спорта»**

*Дополнительная общеразвивающая в области физической культуры и спорта «Основы танцевального спорта»* – является дополнительной образовательной программой физкультурно-спортивной направленности, разработанной на основе следующих документов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»,
- Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Приказа Министерства спорта РФ от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта",
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Программа Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «КСШ «Ямбург» отделения тхэквондо призвана объединить в себе интересы ребенка, семьи, общества и государства, выступающим основным социальным заказчиком. Программа составлена с учетом потребностей детей, родителей, образовательных учреждений, социума.

**Танцевальный спорт** относится к группе сложно-координационных артистических видов спорта. Он основан на исполнении спортивными танцевальными парами определенных программ, состоящих из европейских танцев, латиноамериканских танцев и двоеборья.

Выбирая танцевальный спорт как вид деятельности, обучающиеся получают превосходную методику воспитания личности и приобщения ее к общечеловеческим ценностям. Современный танцевальный спорт сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического развития и образования.

**Цель программы** – привлечение детей к занятиям танцевальным спортом, сохранение и улучшение здоровья обучающихся, выявление способностей детей к занятиям танцевальным спортом.

**Задачи программы:**

- Укрепление здоровья и улучшение физического развития;
- Овладение основами техники базовых упражнений;
- Повышение уровня гибкости, выносливости, равновесия, быстроты, скоростно-силовых качеств, координационных способностей в соответствии с сенситивными периодами развития двигательных качеств детей;
- Привитие интереса к занятиям танцевальным спортом;

- Воспитание нравственных качеств личности детей, мотивации для достижений.

Программа разработана для обучающихся 6 – 9 лет, период освоения программы составляет 1 год. Количество академических часов в неделю - 2 академических часа. Количество учебных недель – 46. Продолжительность академического часа – 45 минут.

При приеме детей на обучение по «Дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Основы танцевального спорта» отбор не проводится, осуществляется прием всех детей, желающих заниматься по данной программе, не имеющих медицинских противопоказаний.

№ п/п	Содержание занятий	всего часов
	Количество часов в неделю	<b>2 часа</b>
1	Теоретическая подготовка	<b>4</b>
2	Общая физическая подготовка (другие виды спорта и подвижные игры)	<b>22</b>
3	Специальная физическая подготовка	<b>17</b>
4	Технико-тактическая подготовка	<b>15</b>
5	Танцевальный спорт	<b>28</b>
6	Психологическая подготовка	<b>5</b>
7	Медицинский контроль	<b>1</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>92</b>