

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА»
В Г. НАХОДКЕ

ОТДЕЛ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Дополнительная общеразвивающая программа

«Современные танцы»

Составитель программы: Лёлина А.И.

2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

дополнительная общеразвивающая программа

«Современные танцы»

Цели программы:

формирование у детей вкуса и системы ценностей в восприятии современной культуры, ознакомление воспитанников с различными стилями исполнения современного танца.

1. Задачи программы:

1. Обучающие:

Познакомить воспитанников с истоками современного танца, различных течений.

Познакомить с особенностями ритмического строения музыки.

Обучить технике RnB, хип-хопа, диско

Обучить основам свободной импровизации.

2. Развивающие:

Развить творческую индивидуальность воспитанников.

Развить физическую выносливость, силу духа.

Развитие музыкальных способностей: слуха, ритма, памяти и музыкальности

Приобретение обучающимися опыта творческой деятельности

3. Воспитательные:

Воспитать умение распознавать «прекрасное» и «безобразное» в общем потоке современной индустрии;

Привить навыки бытовой и сценической культуры.

Воспитать умение передавать стиль и манеру исполнения различных течений, создавать яркие сценические образы.

Воспитать чувство коллективизма.

2. Категории обучающихся

Программа предназначена для детей 7-9 лет.

3. Актуальность программы

Программа «Современный танец» заключается в систематизации принципов работы с воспитанниками студии в данном направлении. Получив возможность осваивать хореографию и импровизации, ребенок избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются двигательные привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

4. Планируемые результаты обучения.

Уметь считать под любой темп музыки счёт (1,2,3,4,5,6,7,8);

Придумывать танцевальные связки под любой стиль музыки;

Импровизировать на заданную тему, применяя движения, изученные в течение года.

Учащиеся должны уметь работать в группах по 3-4 чел, обучать эту группу связкам данные педагогом под музыку;

Садиться на 3 шпагата (продольный на правую и левую ногу, и поперечный);

Уметь сочинять танец под музыку разного характера;

Учащиеся должны знать:

принципы здорового образа жизни;

танцевальные направления хип-хоп, rnb, диско;
стили и разновидности техники исполнения и принципа движения тела и исполнять их под музыкальное сопровождение;

изученные базовые шаги различных стилей

изученные комбинации и композиции, групповые постановки;

комплекс упражнений по стретчингу;

упражнения на развитие гибкости и силы, а также с использованием оборудования для аэробики (гимнастические ковры).

Учащиеся должны уметь:

слышать музыку, и ритм;

исполнять движения в соответствии с характером стиля танца;

выполнять базовые танцевальные шаги под музыкальное сопровождение;

двигаться грациозно и красиво, выполнять стилизованные хореографические движения танцевальных стилей современного танца;

выступать командой, дуэтом, соло в соответствии с выученными композициями;

выполнять комплекс упражнений по стретчингу на гимнастических коврах.

5. Объем программы: 108 часов

6. Календарный учебный график

График обучения Форма обучения	Часов в день	Дней в неделю	Общая продолжительность программы, месяцев (дней, недель)
Очная	1-2	2	9 мес

7. Организационно-педагогические условия

Занятия проводят тренер-хореограф. Занятия проводятся в светлом просторном зале, с естественной и искусственной вентиляцией, с естественным и искусственным освещением, с применением технических и электронных средств обучения.

Дополнительная общеразвивающая программа утверждена на заседании педагогического совета от 01.09.2016 г., протокол № 1

Директор лицея _____ Жаринова К.Ю.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ЭКОНОМИКИ И СЕРВИСА» в г. Находке

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеразвивающей программы

«Современные танцы»

№ п/ п	Наименование модулей (дисциплин)	Трудоемкость в часах:					Самосто ятельная работа	Формы контроля
		Всег о	аудиторные занятия, в т.ч.			в т.ч. выездн ые		
			Всег о	лек ци и	Практические, лабораторные, семинарские занятия, тренинги и др. всего			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	История возникновения современного танца, основные стили.	24		4	20			
2	Танец-отражение музыки с помощью движения. Принципы движений современного танца.	24		2	20			
3	Композиции современного танца.	24		2	22			
4	Стретчинг.	14		2	12			
5	Общая физическая подготовка.	14		2	12			
6	Итоговые занятия, концертные выступления.	8		2	6			Отчётный концерт
	Итого:	108		14	94			

Разработчик\составитель программы:

Лёлина А.И.
(Ф.И.О.)

Тренер-хореограф

(ученая степень, звание, должность)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Наименование дисциплин и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	3
История возникновения современного танца, основные стили.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Инструктаж по охране труда, введение в образовательную программу «Современный танец» На вводном занятии происходит знакомство с группой, сбор сведений о каждом учащемся, выбор старосты.</p> <p>Проводится инструктаж по охране труда: правила поведения на занятиях, во время занятий и выполнения упражнений, безопасные подходы и выходы к месту занятий, правила поведения при возникновении экстремальных ситуаций.</p> <p>Устанавливаются цель и задачи обучения по дисциплине «Современный танец» развитие личности к познанию и творчеству. Развитие физических, нравственных, духовных сил, гибкости и выносливости. Обучение танцевальным стилям.</p> <p>Устанавливается режим занятий по программе «Современный танец».</p>	<p>24</p>
Танец-отражение музыки с помощью движения. Принципы движений современного танца.	<p>Практические занятия с музыкальным сопровождением. Учащиеся отрабатывают данный вид движения, согласовывая с музыкой.</p> <p>1. «Изоляция»-движение, осуществляемое одной частью тела в одном суставе при неподвижном положении другой.</p> <p>2. «Оппозиция»-движение, намеренно нарушающее прямую линию с целью противопоставления одной части тела другой.</p> <p>3. «Противодвижение»-(вариант оппозиции) - движение одной части тела навстречу другой.</p> <p>4. «Мультипликация»- одно движение, раскладывающееся на множество составляющих за одну ритмическую единицу.</p>	<p>24</p>
Композиции современного танца.	<p>Практический раздел подразумевает занятия, на которых учащиеся изучают композиции различных стилей современного танца в сольном, дуэтном или командном исполнении. Таким образом, совершенствуясь в полученных знаниях, отрабатывают пройденный материал.</p>	<p>24</p>
Стретчинг.	<p>Для проведения практических занятий по данной теме используются гимнастические ковры.</p> <p>1. Упражнения на гибкость. Основной набор упражнений: «складочка», «бабочка», «лягушка», «мостик», перекаты на спине.</p> <p>2. Упражнения на растягивание. Основной набор упражнений: выпады; шпагаты: продольный левый,</p>	<p>14</p>

	продольный правый, поперечный, «захват ноги», «мах в кольцо».	
Общая физическая подготовка.	Практические занятия проходят способами круговой тренировки, а также «линиями». 1. Упражнения на развитие силовых качеств. Основной набор упражнений: планка, отжимания, приседания. 2. Упражнения на развитие выносливости. Основной набор упражнений: бег, прыжки, подвижные игры.	14
Итоговые занятия, концертные выступления.	Учащиеся на итоговых уроках показывают уровень знания выученных движений и композиций. В процессе обучения учащиеся получают задания для зачета по пройденной теме — составление композиций определенного стиля и исполнение под музыку. Также проводятся танцевальные «баттлы» и различные выступления, соревнования.	8
Итого		108

Список рекомендуемой литературы и других информационных ресурсов

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Список литературы

Бижар М. Мгновения из жизни другого. Мемуары. – М.: Редакция журнала «Балет», 2012. – 239 с.

Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit, 2015. – 268 с.

Жак–Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика–XXI, 2016. – 248 с.

Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец. – М.: ГИТТИС, 2014. – 440 с.

Полятков С. С. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 80 с.

Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Изд-во госуниверситета, 2014. – 392 с.

Фельденкрайз М. Осознание через движение: двенадцать практических уроков. – М. : Ин-т общегуманитарных исследований, 2012. – 224 с.

Дополнительные материалы и информация:

Электронные ресурсы

Дистанционные информационные справочные системы и ЭБС:

- ЭБС «Юрайт»: <http://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Рукопт»: <http://www.rucont.ru/>
- Ресурс Цифровые учебные материалы <http://abc.vvsu.ru/>

Компьютерный зал библиотеки предоставляет доступ к электронным ресурсам: современным профессиональным базам данных, информационным справочным системам, ЭБС

- Ресурс АРМ АБИС «Дельфин»
- СПС «КонсультантПлюс» <http://www.consultant.ru/>
- СПС «Кодекс» <http://www.kodeks.ru/>
- ЭБС «Юрайт»: <http://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Рукопт»: <http://www.rucont.ru/>
- Ресурс Цифровые учебные материалы <http://abc.vvsu.ru/> и др.
- American contemporary ballet. – URL: <http://www.americancontemporaryballet.com>
- CriticalDance. – URL: <http://www.ballet-dance.com>
- Dance-net.ru. – URL: <http://www.dance-net.ru> Londondance.com. – URL: <http://www.londondance.com>
- Контактная импровизация. – URL: <http://www.contactimprovisation.ru>
- Маленькая балетная энциклопедия. – URL: <http://ballet.classical.ru>
- Международный танцевальный журнал. – URL: <http://www.danceinternational.org>
- Мир джазового танца. – URL: <http://www.offjazz.com>

Сведения о кадровом обеспечении образовательного процесса
 дополнительной общеразвивающей программы
«Современные танцы»

№	Наименование дисциплин (тем, разделов)	ФИО преподавателя (полностью)	Кол-во часов	Основное место работы, должность, занятость	Уровень образования, ученая степень, ученое звание, категория	Стаж работы		Возраст
						общий	педагогический	
1	Курс «Современные танцы»	Лёлина Арина Игоревна	108	Танцевально-спортивный клуб «Надежда» г.Находка, тренер-хореограф, 0,5	Высшее образование	6	6	23

Руководитель программы: Лёлина А.И.

Менеджер программы: Костикова О.Н.