

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Лицей №3 имени А.С. Пушкина Октябрьского района г. Саратова»

«Рассмотрено»

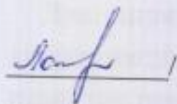
«Согласовано»

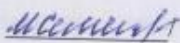
«Утверждаю»

Руководитель МО

Заместитель директора по
УВР МАОУ «Лицей №3 им.
А.С. Пушкина»

Директор МАОУ «Лицей
№3 им. А.С. Пушкина»







Демидова Н.П./

Протокол № _____ от _____

Приказ № 346 от _____

«20» августа 2018г. «20» августа 2018г. «20» августа 2018г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
Кружка «Современные танцы»

Составитель: Богдевич Евгений Владиславович,
Тренер-преподаватель по спортивным танцам
Продолжительность обучения 1 год (96 часов)

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № _____
от « » _____ 2018 г.

2018-2019 учебный год
Г. Саратов

Пояснительная записка.

Современные танцы – это хореографическая дисциплина, обучающая детей младшего и среднего школьного возраста основам построения спортивного, танцевального тела, навыкам нахождения сильных и слабых долей танцевальной музыки, умению двигаться ритмично, с соблюдением обязательного набора правил движения для конкретного танца.

Дисциплина имеет своей целью развитие у детей понимания музыки, координации, чувства ритма, а также укрепление тела, постановку осанки, развитие понимания эстетики красивого тела. Также, современные танцы, через изучение конкретных танцев, помогают эстетическому воспитанию детей, учат понимать прекрасное через примеры из современного и классического хореографического багажа.

Кроме того, благодаря парности исполнения большинства танцев программы, современные танцы помогают решать задачи полового воспитания подростков. Это и правильное, деликатное отношение друг к другу в паре мальчик-девочка, и умение встать в пару, не стесняясь прикосновений, и правильное понимание ролей ведущего и ведомого и т.д.

Цели и задачи.

При обучении детей младшего и среднего школьного возраста в рамках урока по современным танцам ставятся следующие цели. Это укрепление мышечного корсета, обеспечивающего осанку при грамотно построенном танцевальном теле. Укрепление мышц рук и ног, создающих линии и движение в танце, соответственно. Это развитие понимания музыки, чувства ритма, координации. Воспитание эстетического вкуса, понимания гармоничного в соединении движения и музыки. Это освоение навыков соединения быстрых движений с медленными, навыков парного танцевания с деликатным отношением друг к другу в паре, где есть ведущий и ведомый, а также навыков сценического выступления.

В связи с этим ставятся следующие задачи. Научить детей делать шаги, хлопки, движения тела, попадая в удар, начало музыкальной четверти. Научить просчитывать структуру танцевальной музыки различного музыкального размера, удерживать тело в танцевальном положении в течение всего танца, выполнять обязательный набор правил движения для конкретного танца. Стоит также задача, используя набор несложных фигур в нескольких разнохарактерных танцах, научить детей танцевать их, соединяя медленные движения с быстрыми, т.е. контрастно показывая основной ритм танцев. С точки зрения парного исполнения необходимо научить детей создавать «рамку» с определенным тоном рук обоих партнеров и использованием этой рамки для деликатного ведения (следования).

Параллельно с приобретением детьми всех перечисленных навыков, знаний, представлений, проходит освоение соответствующего репертуара. Это следующие танцы:

- Стирка
- Полька
- Вару-Вару
- Вальс
- Ча-ча-ча
- Самба
- Квикстеп
- Джайв

Тематический план.

1. Построение спортивного танцевального тела.....	4 ч
2. Развитие мышечной силы в спине, ногах, руках.....	8 ч
3. Ритм и ритмичное исполнение движений.....	8 ч
4. Развитие координации и чувства ритма.....	8 ч
5. Направления в танцевальном зале.....	2 ч
6. Построение танцевальной музыки, темп.....	2 ч
7. Перенос веса тела с ноги на ногу, баланс.....	2 ч
8. Позиции рук в паре в Европейских и Латиноамериканских танцах....	2 ч
9. Ведение в паре.....	8 ч
10.Элементы классического станка.....	8 ч
11.Тренировка умения соединить быстрое движение с медленным.....	8 ч
12.Подъемы, снижения, наклоны в Европейских танцах.....	6 ч
13.Использование спины, бедер в Латиноамериканских танцах.....	5 ч
14.Приемы сценического выступления, поклон.....	2 ч
15.Элементы артистизма в исполнении танца.....	2 ч

75 ч

Методика проведения занятий.

Занятия проводятся по методике, базирующейся на рекомендациях разработанных Кафедрой хореографии Санкт-Петербургского Университета профсоюзов для групп начинающих танцоров младшего и среднего школьного возраста.

Основные этапы следующие. Рассказ, показ, практика, разбор самых распространенных проблем, многократный повтор, соединение самостоятельного счета с движением, контроль с помощью зеркала, демонстрация правильного варианта, демонстрация неправильного варианта, исполнение под счет, под медленную музыку, в нормальном темпе. Возврат к теме урока (например построению тела) в течение всего урока, при исполнении различных танцевальных заданий. Контроль выполнения, поощрение успевающих, помощь самому отстающему. Игровые элементы, использование наглядных пособий, перемена партнеров.