

Аннотация
к рабочей программе первого года обучения
по ДОП «Современные спортивные танцы»

В реализации программы принимают участие дети от 7 до 9 лет на основе добровольного вступления в объединение. Учащиеся объединяются в группу из 15 человек по уровню начальной подготовки. Необходимо иметь медицинский допуск к занятиям.

На первом году обучения осуществляется первичное освоение базовых элементов и фигур программных современных спортивных танцев, танцев европейской и латиноамериканской программы, первоначальных навыков ансамблевого исполнения. Учащиеся выполняют простейшие танцевальные композиции и танцы

Занятия по ДОП «Современные спортивные танцы» первого года обучения могут проводиться как в аудиторной, так и во внеаудиторной форме (в зависимости от медико-эпидемиологической ситуации) с применением электронного обучения. Внеаудиторная форма предусматривает изучение теоретического материала, а также приобретение практических навыков с применением технологий электронного обучения.

Срок реализации программы: 1 год обучения,

Режим занятий: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа

Аннотация
к рабочей программе второго года обучения
по ДОП «Современные спортивные танцы»

Программу второго года обучения осваивают учащиеся, перешедшие на второй год обучения. В отдельных случаях, при наличии высокой мотивации и имеющихся элементарных навыков, в группы второго года после предварительного собеседования и просмотра, могут быть зачислены учащиеся, не занимавшиеся по программе первого года обучения. Также на обучение в группы второго года второй года могут быть зачислены учащиеся, перешедшие из других объединений, реализующих подобные программы. Необходимо иметь медицинский допуск к занятиям.

На втором году обучения продолжается личностное развитие учащегося: начальное умение под руководством педагога управлять своей деятельностью в процессе исполнения современных танцевальных композиций посредством активизации внимания, памяти, образного мышления; развивается умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками. Также продолжается развитие физических данных учащегося: гибкости, выворотности, растяжки; осваивается техника выполнения несложных танцевальных движений современной хореографии, формируются положительные мотивы учебной деятельности.

Занятия по ДОП «Современные спортивные танцы» второго года обучения могут проводиться как в аудиторной, так и во внеаудиторной форме (в зависимости от медико-эпидемиологической ситуации) с применением электронного обучения. Внеаудиторная форма предусматривает изучение теоретического материала, а также приобретение практических навыков с применением технологий электронного обучения.

Срок реализации программы: 1 год обучения,

Режим занятий: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 академических часа

Аннотация
к рабочей программе третьего года обучения
по ДООП «Современные спортивные танцы»

Программу третьего года обучения осваивают учащиеся, перешедшие на третий год обучения. В отдельных случаях, при наличии высокой мотивации и имеющихся элементарных навыках, в группы третьего года после предварительного собеседования и просмотра могут быть зачислены учащиеся, не занимавшиеся по программе второго года обучения. Также на обучение в группы третьего года могут быть зачислены учащиеся, перешедшие из других объединений, реализующих подобные программы. Необходимо иметь медицинский допуск к занятиям.

На третьем году обучения продолжается развитие личностных качеств учащегося: навык творческого самовыражения средствами современной танцевальной пластики, умение использовать в работе волевые ресурсы, самоконтроль для достижения поставленной коллективной творческой цели. Также происходит дополнительное развитие специальных хореографических физических данных учащегося: гибкости, выворотности, растяжки; осваивается техника выполнения акробатических и силовых упражнений, навык исполнения разнохарактерных современных танцевальных композиций, формируются элементарные профессионально значимые компетенции

Занятия по ДООП «Современные спортивные танцы» третьего года обучения могут проводиться как в аудиторной, так и во внеаудиторной форме (в зависимости от медико-эпидемиологической ситуации) с применением электронного обучения. Внеаудиторная форма предусматривает изучение теоретического материала, а также приобретение практических навыков с применением технологий электронного обучения.

Срок реализации программы: 1 год обучения,

Режим занятий: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 академических часа

Аннотация
к рабочей программе четвертого года обучения
по ДООП «Современные спортивные танцы»

Программу четвертого года обучения осваивают учащиеся, перешедшие на четвертый год обучения. В отдельных случаях, при наличии высокой мотивации и имеющихся базовых навыков, в группы четвертого года после предварительного собеседования и просмотра могут быть зачислены учащиеся, не занимавшиеся по программе третьего года обучения. Также на обучение в группы четвертого года могут быть зачислены учащиеся, перешедшие из других объединений, реализующих подобные программы. Необходимо иметь медицинский допуск к занятиям.

На четвертом году обучения продолжается развитие личностных качеств учащегося: умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; способность творческого самовыражения средствами современной танцевальной пластики. Также продолжается развитие физических данных учащегося: гибкости, выворотности, растяжки; осваивается дополнительная техника выполнения акробатических и силовых упражнений, разучиваются разнохарактерные танцевальные композиции в усложненных рисунках танца, формируются основы профессионального самоопределения.

Занятия по ДООП «Современные спортивные танцы» четвертого года обучения могут проводиться как в аудиторной, так и во внеаудиторной форме (в зависимости от медико-эпидемиологической ситуации) с применением электронного обучения. Внеаудиторная форма предусматривает изучение теоретического материала, а также приобретение практических навыков с применением технологий электронного обучения.

Срок реализации программы: 1 год обучения,

Режим занятий: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 академических часа

Аннотация
к рабочей программе пятого года обучения
по ДОП «Современные спортивные танцы»

Программу пятого года обучения осваивают учащиеся, перешедшие на пятый год обучения. В отдельных случаях на обучение в группы пятого года могут быть зачислены учащиеся, перешедшие из других объединений, реализующих подобные программы. Необходимо иметь медицинский допуск к занятиям.

На пятом году обучения продолжается развитие личностных качеств учащегося: умение планировать, анализировать и координировать учебную деятельность в процессе разучивания коллективных танцевальных номеров посредством активизации внимания, памяти, образного мышления; умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; способность творческого самовыражения средствами танцевальной пластики. Также продолжается совершенствование физических данных учащегося: гибкости, выворотности, растяжки; осваивается дополнительная техника выполнения акробатических и силовых упражнений, разучиваются разнохарактерные танцевальные композиции в усложненных рисунках танца, формируется начальный опыт профессиональных проб.

Занятия по ДОП «Современные спортивные танцы» пятого года обучения могут проводиться как в аудиторной, так и во внеаудиторной форме (в зависимости от медико-эпидемиологической ситуации) с применением электронного обучения. Внеаудиторная форма предусматривает изучение теоретического материала, а также приобретение практических навыков с применением технологий электронного обучения.

Срок реализации программы: 1 год обучения,

Режим занятий: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 академических часа

«Современные спортивные танцы»

1.Задачи пятого года обучения

Обучающие:

1. Закрепить знания об основных закономерностях танцевальной драматургии, ансамблевого исполнения танца.
2. Знать последовательность выполнения фигур в танцевальных композициях и принципы взаимодействия при исполнении танца дуэтом с формэйшэн.
3. Знать базовые элементы и фигуры пятого года обучения латиноамериканского танца Джайв
4. Знать последовательность, характер и темпы выполнения тренировочных физических упражнений четвертого года обучения в рисунках танцев: квадрат, треугольник, трапеция, стрелка
5. Приобрести дополнительный навык выразительного и артистичного исполнения танцевальных композиций обучения в рисунках танцев.
6. Знать название и уметь исполнять танцевальные фигуры и элементы техники диско, хип – хоп, техно пятого года обучения
7. Освоить навыки поиска необходимой информации в различных источниках, включая Интернет

Развивающие

1. Приобрести устойчивые навыки базовой техники танцев
2. Стимулировать развитие внимания, воображения, импровизационных навыков, образного ассоциативного мышления как внутренних резервов создания творческой работы
3. Укрепить способность эстетической оценки и анализа собственных творческих продуктов, а также созданных другими.
4. Сформировать устойчивую потребность в здоровом образе жизни, занятии продуктивной деятельностью
5. Развивать навык коллективной творческой деятельности, получить дополнительный опыт социальных практик и успешной реализации своих творческих потребностей

Воспитательные:

1. Воспитывать художественный вкус, потребность к переживанию эстетических чувств и эмоций.
2. Воспитывать аккуратность, трудолюбие, дисциплину, стремление к эстетической организации труда

3. Закрепить навык продуктивной и содержательной организации своего свободного времени через занятия танцевальной деятельностью
4. Усовершенствовать навыки коллективной творческой деятельности, инициативности, общей ответственности за результат.

2.Ожидаемые результаты пятого года обучения

Личностные:

1. Устойчивая мотивация и интерес к занятиям танцевальным творчеством.
2. Осознанный выбор и необходимость в организации содержательного досуга.
3. Способность к разумному планированию: установлению связи между поставленной целью, мотивом и качественным результатам выполнения работы
4. Способность аналитически оценить созданный танец как эстетическое явление, свой вклад в коллективный творческий продукт
5. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни

Метапредметные:

1. Сформированность навыка творческой самостоятельности и активности учащихся в процессе самостоятельного создания танцевальных композиций
2. Закрепленные умения самоорганизации своей деятельностью в процессе создания танцевальных номеров, активизации внимания, памяти, образного мышления; физическое развитие.
3. Фундаментальность навыка планировать, анализировать и осуществлять коррекцию жизненных притязаний.

Предметные:

1. Осознанное понимание хореографического искусства как среду знаковой и эмоциональной коммуникации
2. Сформированные знания об общих закономерностях танцевальной драматургии, лежащих в основе создания танца.
3. Создание танцевальных номеров в техниках современных спортивных танцев в усложненных рисунках, во взаимодействиях при исполнении танца дуэтом с формэйшэн.

3.Особенности пятого года обучения

Наполняемость учебных групп на пятом году обучения составляет 10 человек

Сроки реализации программы 4 года обучения 144 часа

Режим занятий

144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа

Условия набора и формирования групп пятого года обучения

Программу пятого года обучения осваивают учащиеся, перешедшие на пятый год обучения. В отдельных случаях на обучение в группы пятого года могут быть зачислены учащиеся, перешедшие из других объединений, реализующих подобные программы. Необходимо иметь медицинский допуск к занятиям.

4.Содержание пятого года обучения

Тема 1. Вводное занятие.

Теория 1 час

Цели и задачи на предстоящий учебный год; характер усложнения программы пятого года обучения: исполнение танцев соло в малых группах.

Практика 1 час

Просмотр видеоматериалов концертных выступлений в прошедшем учебном году; повторение танцевальных комбинаций четвертого года обучения.

Поиск и изучение информации по теме, просмотр видеороликов в сети Интернет: video.yandex.ru ,<http://ru.wikipedia.org>.

Тема 2. Общая физическая подготовка.

Теория 5 часов

Понятие - изоляция, работа головы, грудной клетки и бедер в разных направлениях; принцип выполнения движений плечами;

принцип выполнения стойки на руках; выполнение «партерных» элементов (упор на руках лёжа, приседы, выпады, отжимания, разножка);

рисунки танцев: звезда, снежинка, пирамида, расческа;

принцип выполнения основных акробатических и гимнастических элементов: волна с приземлением на руки, обратная волна с упора лежа;

правила выполнения беговых шагов, прыжков, подскоков в рисунках танцев «звезда», «снежинка», «пирамида», «расческа».

Практика 23 часа

Выполнение упражнений с усложненным ритмическим рисунком:

выполнение движений плечами: подъем плеч, твист, движения плеч вперед – назад, шейк;

выполнение движений головой, грудью и бедрами в разных направлениях;

движения головы, грудной клетки и бедер в разных направлениях; акцентированные движения в верхней и нижней части корпуса;

упражнения на пластичность тела: волны (боковые, вперед, назад); упражнения на пластичность рук (волны);

упражнения на гибкость: растяжки, мостик, маховые, пружинные движения;

беговые шаги, различные перестроения в усложненные рисунки танца: звезда, снежинка, пирамида, расческа;

соединение приседаний и шагов, отжимания в упоре лежа;

разножка в упоре на одну руку;

выполнение акробатических и гимнастических элементов: мост, шпагат, колесо, волна с приземлением на руки;

выполнение акробатических и гимнастических элементов:

обратная волна с упора лежа; выполнения стойки на руках.

Тема 3. Элементы хореографии.

Теория 2 часа

Упражнения у станка: гранд батман жете: большие (высокие) броски с правой и левой ноги вперед и в сторону, назад;

правила выполнения элементов хореографии пятого года обучения.

Практика 10 часов

Повторение движений четвертого года обучения с усложненным ритмическим рисунком: демиде, гранд плие, батман тандю;

батман тандю жете, ронд де жамб партер;

релеве, батман фондю, релеве лент на 45⁰, 90⁰, соте, шажман де пье;

гранд батман жете: выполнение больших бросков с правой и левой ноги вперед, в сторону и назад по 1-й позициям;

гранд батман жете пуанте; банман девелопе;

банман девелопе пасса; положение эпольман;

пор де бра; позы: круазе, ифассе (большие: вперед, назад);

соте по 1,2,5-ой позиции, шажман де пье по 5-ой поз. в положении эпольман;

па эшапе и па ассамбле; тур ан дедан: выполнение вращений вправо и влево на одной ноге.

Самостоятельный поиск и изучение информации в сети Интернет: <http://plie.kiev.ua>, <http://terpsihora.net>

Тема 4. Усложненная техника Хип-хоп.

Теория 3 часа

Характер усложнения ритмического рисунка танца Хип-хоп; принципы выполнения движений пятого года обучения;

принципы выполнения сольного танца в малой группе;
принципы самостоятельного сочинения танцевальных комбинаций на основе изученного материала.

Практика 29 часов

Выполнение движений в рисунках танцев: «звезда», «снежинка», «пирамида», «расческа»;

трэвэлинг джамп (прыжки в различных направлениях);

трипл хоп (подскок); трипл стоп (подскоки с соскоки с продвижением);

стрит вокс (пружинный шаг с раскачиванием корпуса);

той хил степ (шаг с каблук – носок); кросс – той – хил (шаг крестом);

трэвэлинг сизэс сид даун (ножницы в различных направлениях с приседаниями);

трэвэлинг шафл хафтён (шассе в различных направлениях с полуповоротом);

поворот, полуповорот (Свитч-тён, Виск тён, Кросс-тён, Вип-тён, Лок-тён, Ло свитч-тён);

кросс – хип – хоп – брейк с волной, кросс – хип – хоп – ронд с волной; слайды на месте;

слайды с продвижением назад («лунная походка»); слайды с продвижением вперед («лунная походка»);

слайды с продвижением в различных направлениях с включением движений руками «волны»;

волны боковые с глубоким выпадом в сторону; сочетание движений рук различных рисунков: «диагональ», «круги», «восьмерка», сгибания – разгибания, «страхивания»;

прыжок «ножницы»; прыжок «ножницы» с приземлением на колено; прыжок «звездочка»; прыжок «коза»; прыжки с поворотом на 360⁰.

Самостоятельный поиск и изучение информации в сети Интернет: <http://dancedb.ru>, <http://ru.dance.wikia.com/>.

Разучивание 2-х танцевальных композиций на основе техники Хип-хоп. Примерный репертуар:

«Black and white»,

«Tnew style»,

«Popping»;

Тема 4. Усложненная техника Диско.

Теория 5 часов

Принципы распределения запаса энергии при выполнении движений; компактность движений при работе головы, рук и корпуса;

энергетика исполнения всех шагов и элементов, работа корпуса;

правильные позиции рук при исполнении диско шагов в различных направлениях, при исполнении поворотов и прыжков;

принцип выполнения движений и комбинаций Диско пятого года обучения; принцип выполнения движений в рисунках танцев: «звезда», «снежинка», «пирамида», «расческа»;

понятие «соло в малой группе»; принципы выполнения сольного танца в малой группе;

принципы самостоятельного сочинения танцевальных комбинаций на основе изученного материала.

Практика 27 часов

Диско шаги с прыжками в продвижении (в любом направлении) с вращательно-круговыми действиями рук;

вращательные движения коленями в сочетании с плечами и руками;

боковые, скользящие шаги с поворотом головы;

подъёмы из разных положений на полупальцы с бросками рук вверх, пружина в коленях, стопах, подъем на полупальцы с чередующимися движениями рук вверх и сторону;

короткое и длинное скольжение на опорной стопе с шагами в любую сторону со смещениями в верхней части корпуса вперед - назад, в сторону;

вращательные движения в наклоне, волна вперед; диско шаг в прыжке и в повороте, подскок кик с круговыми движениями;

кик шаг кросс с поступательно-возвратным рук и восьмеркой;

контракция, круговые вращения, действия таза, сдвиг, раскачивания, расслабления, шейк - тряски;

бросковые движения ног на 90⁰ с шагом вперед; осевое вращение на двух ногах с прижатыми руками;

летающие прыжки в продвижении с фиксированным положением рук.

Разучивание 2-х танцевальных композиций на основе техники Диско.

Примерный репертуар:

«Стиляги»,

«Ретро»,

«Dance people».

Тема 4. Усложненная техника танца Техно.

Теория 5 часов

Характер усложнения движений техно; физическая готовность и правильное дыхание при исполнении «техно»;

принцип выполнения движений техно: шаги, действия рук, действия корпуса, перемещения, вращения, прыжки;

выполнение движений в рисунках танцев: «звезда», «снежинка», «пирамида», «расческа»;

понятие «соло в малой группе»; принципы выполнения сольного танца в малой группе;

принципы самостоятельного сочинения танцевальных комбинаций на основе изученного материала.

Практика 19 часов

Шаги: шаг кросс в сторону; V – степ; шаги по квадрату с поворотом; шаги в повороте; шаги с продвижением и подскоками;

Действия рук: горизонтальное, параллельное, противоположное, высокое, низкое;

резкое толкающее или тянущее движение руками, варианты хлопков;

вращательно-круговые действия рук, поступательно - возвратные движения; маховое, маятниковое (свинг), потряхивание кистями, локтями, плечами (шейк);

Действия корпуса: действия верхней части корпуса: сдвиг вправо - влево, вращательные движения, волна боковая;

вращательно-возвратные движения в стопах, бедрах, в стопах и бедрах одновременно;

Перемещения: перенос веса с ноги на ногу с разворотом на 90⁰, шаги с усложнением ритма, перенос веса с ноги на ногу без отрыва от пола (роки);

Вращения: осевое вращение (спин), вращение на шагах (тен); повороты в различных вариантах (на одной ноге);

Прыжки: на месте, с продвижением вперед и в сторону;

с двух ног на две или с двух на одну; длинный прыжок с продвижением вперед;

подскок на одной ноге с приходом на одну или обе ноги; на месте и в любом направлении.

Самостоятельный поиск и изучение информации в сети Интернет: <http://dancedb.ru>, <http://ru.dance.wikia.com>.

Разучивание 2-х танцевальных композиций на основе техники Техно.

Примерный репертуар:

«Rocking»,

«C-Walk».

Тема 7. Основы латиноамериканских танцев (Джайв).

Теория 3 часа

История возникновения и развития танца Джайв; история возникновения названия танца;

влияние Рок-н-ролла на Джайв; характеристика танца Джайв: (размер, темп, акценты);

характер исполнения Джайва; правила выполнения движений: поступательные шаги, боковые шаги, твистовые движения бедер и корпуса.

Практика 14 часов

Разучивание движений: шассе-рок с правой и левой ноги;

поступательные шаги (вперед, назад), шаг с ударом;
боковые шаги, шаги в повороте;
твистовые движения бедер и корпуса. поступательные шаги (вперед, назад), шаг с ударом;
боковые шаги, шаги в повороте; твистовые движения бедер и корпуса;
броски с правой и левой ноги в различных сочетаниях;
променадные шаги;
шассе-рок с правой и левой ноги; поступательные шаги (вперед, назад), шаг с ударом;
боковые шаги, шаги в повороте; твистовые движения бедер и корпуса.

Самостоятельный поиск и изучение информации в сети Интернет:
<http://music-education.ru>, <http://victoriasport.ru>, <http://dance.ru>.

Разучивание 2-х танцевальных композиций на основе техники Джайв

Примерный репертуар:

«Рок-н-ролл»,

«Стюардессы»,

«Twist again».

Аннотация к рабочей программе шестого года обучения по ДОП «Современные спортивные танцы»

Программу шестого года обучения осваивают учащиеся, перешедшие на шестой год обучения. В отдельных случаях на обучение в группы шестого года могут быть зачислены учащиеся, перешедшие из других объединений, реализующих подобные программы. Необходимо иметь медицинский допуск к занятиям.

На шестом году обучения продолжается развитие личностных качеств учащегося: формируются ценностно–смысловые установки, чувства значимости собственной творческой деятельности, совершенствуется способность творческого самовыражения средствами современной танцевальной пластики. Также продолжается совершенствование физических данных учащегося: гибкости, выворотности, растяжки; осваивается дополнительная техника выполнения усложненных танцевальных комбинаций, формируется устойчивый опыт профессиональных проб.

Занятия по ДОП «Современные спортивные танцы» шестого года обучения могут проводиться как в аудиторной, так и во внеаудиторной форме (в зависимости от медико-эпидемиологической ситуации) с применением электронного обучения. Внеаудиторная форма предусматривает изучение теоретического материала, а также приобретение практических навыков с применением технологий электронного обучения. Формы внеаудиторных занятий: самостоятельная работа; мастер-класс; просмотр видеозаписей, концертов, публичных выступлений; прослушивание аудио и на платформе «Skype».

Срок реализации программы: 1 год обучения,

Режим занятий: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 академических часа