

Образовательная программа
дополнительного образования детей
«Современный спортивный танец»

Составитель:
Черкинская Евгения Владимировна,
педагог дополнительного образования

Возраст обучающихся: 7-17 лет
Срок реализации: 7 лет

Пояснительная записка

Образовательная программа «Современный спортивный танец» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Современный танец - это самостоятельная форма искусства, где по-новому соединились движения и музыка.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен, непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, создает новую пластику. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Сейчас в нашей стране происходит подъем современного танца, он живет и активно развивается. Существуют различные школы, труппы, театры современного танца, которые отличаются своеобразным стилем хореографии.

Хип-хоп танцы являются одним из наиболее популярных направлений в современной танцевальной культуре. Хип-хоп переводится как «мелко прыгать», танец характеризуется большим количеством разнообразных прыжков. Движения тела полностью подчинены музыкальному биту, они могут быть мягкими и расслабленными или наоборот резкими и агрессивными. Отличительным моментом хип-хоп танцев является то, что большинство используемых движений обращено в пол, поэтому ноги всегда немного расслаблены, а корпус посажен достаточно низко.

Сегодня современный танец представлен не только хип-хоп направлением, но и такими направлениями как: Waacking (вакинг), Vogue (вог), Dancehall (дэнсхолл), House (хаус), Locking (локинг), Breakdance (брейк-дэнс) и др., истоки которых так или иначе связаны с хип-хопом.

Современный спортивный танец – это сочетание современных танцевальных направлений, перечисленных выше в сочетании со спортивной физической подготовкой, без которой не могут существовать данные танцевальные направления (в том виде, в котором они существуют в оригинале), а так же участие в спортивных соревнованиях, турнирах по данным видам.

Новизна программы заключается:

в изучении новых современных танцевальных направлений, которые актуальны в данный период времени и популярны среди детей, подростков и молодежи.

Актуальность программы:

В современных социальных условиях спортивный танец является одним из оптимальных способов организации здорового и активного образа жизни. Спортивные

танцы являются эффективным средством укрепления и восстановления здоровья детей. На занятиях используется физическая нагрузка оптимальная для детей и подростков.

В настоящее время активно идет пропаганда современного спортивного танца по телевидению, создание Федераций, организация и проведение мероприятий и соревнований по данному виду. Появляются новые танцевальные номинации такие, как «современный спортивный танец», «фристайл», «брейк-данс», «хип-хоп» и др. Возникает необходимость создания программы, которая будет соответствовать интересам и потребностям детей, и способствовать их развитию в области современных танцев в физическом, техническом, информационном направлениях.

Педагогическая целесообразность.

В программе предусмотрены теоретические занятия, которые для обучающихся будут полезны в дальнейшей их учебной деятельности, помогут расширить и закрепить на практике полученные знания и умения по общеобразовательным предметам в школе (например, ОБЖ, физкультура, биология, анатомия), помогут адаптироваться в социуме. На теоретических занятиях изучаются следующие темы: «Профилактика травматизма», «Гигиенические основы занятия». Возможно привлечение специалистов по ЗОЖ, медицинских работников для проведения бесед и лекций с обучающимися.

Цели программы:

- создание условий для раскрытия творческих способностей обучающихся, возможности самореализации детей и подростков через изучение современных спортивных танцев.

Задачи:

Обучающие:

- Познакомить и расширить знания в области современного спортивного танца;
- Изучить и освоить технику исполнения танцевальных стилей;
- Обучить пластике тела и развитие различных групп мышц;
- Познакомить с приемами сценического мастерства.

Воспитательные:

- Воспитывать нравственно-волевые качества детей;
- Формировать потребность в самоорганизации: умение самостоятельно добывать информацию, доводить начатое дело до конца, основы самоконтроля;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, культуру поведения среди обучающихся и формировать потребность в общественной активности.

Развивающие:

- Развивать интерес к познавательной деятельности и к занятиям современными спортивными танцами;
- Развивать коммуникативные способности, умение жить в коллективе;
- Развивать у детей музыкально-ритмические навыки.

Отличительные особенности.

В отличие от уже существующих образовательных программ, данная программа нацелена не на изучение современной хореографии, или на спортивную подготовку в отдельности, а на изучение их в комплексе, когда данные направления не заменяют друг друга, а взаимодополняют и взаимообогащают содержательным материалом. Таким образом, это свидетельствует о новизне и актуальности данной программы;

Возраст детей. Программа рассчитана для детей в возрасте от ___ до ___ лет. Для каждой возрастной категории предусмотрены определенные методы обучения, музыкальное сопровождение, темы занятий, репертуарный план концертных номеров. В течение всего учебного года возможен дополнительный набор в любую возрастную категорию после прохождения дополнительного просмотра. Прием детей на первый год обучения ведется без конкурсного отбора, могут заниматься все желающие, при наличии допуска врача. В группы, начиная со второго года обучения дополнительный набор производится с учетом здоровья, тестирования, возраста и спортивной подготовки детей.

В группах 1 года обучения должно быть не менее 15 человек, для 2 года обучения – не менее 12 человек, для 3 года обучения и более - не менее 10 человек.

Сроки реализации.

Программа рассчитана на 2 года обучения. Программа является модифицированной, составлена на основе программы для школ олимпийского резерва «Спортивная аэробика».

В процессе обучения сочетается коллективная, групповая форма занятий. Также используются такие формы проведения занятий, как:

- практическая и самостоятельная работа;

Для реализации поставленных задач используются следующие методы обучения:

- словесные (объяснение, беседа);

- наглядные (видео- и фотоматериалы);

- игровые (игры на воображение, фантазию, познавательные, подвижные);

- метод наблюдения;

- с использованием средств искусства: музыка, хореография, театр, кино, телевидение);

Учебный план программы представлен в Таблице № 1.

Этапы			
Год обуч.	1	2	
Основной курс*	Хип-хоп	Хип-хоп	Waacking
Формы контроля	Принятие нормативов.	Зачет, общий танец	Зачет, общий танец
Кол-во часов	4	4гр.	
Итого часов в год	144	144	

Ожидаемые результаты по окончанию образовательной программы:

1. Теоретические и практические знания в области современного спортивного.
2. Раскрытие творческих способностей, умение самостоятельно проводить различные части занятия с применением терминологии и жестов.
3. Формирование общей культуры личности ребенка и возможность его адаптироваться в современном мире;
4. Формирование потребности в активном и здоровом образе жизни в дальнейшем;
5. Формирование рефлексивного типа мышления (умение провести адекватный самоанализ своих умений, качеств, поступков);
6. Умение уверенно и красиво держаться перед публикой;
7. Демонстрация высоких результатов на спортивных и культурно-массовых мероприятиях;
8. Освоение техник разных современных танцевальных стилей.

Программа направлена на формирование сразу нескольких компетенций обучающихся. Наиболее важная в современном мире это компетенция личного самосовершенствования, которая направлена на освоение способов духовного, физического и интеллектуального саморазвития через приобщение к занятиям

современными танцами и ЗОЖ. Развитие коммуникативной компетенции обеспечивает знание необходимых способов общения и взаимодействия в коллективе. Также освоение программы обеспечивает повышение уровня общекультурных и учебно-познавательных знаний обучающихся.

Формы контроля:

- выступления коллектива в концертах, конкурсах районного, городского, республиканского, всероссийского, международного уровня; выступления на отчетных концертах, перед родителями внутри объединения с целью подведения итогов и награждения обучающихся за год;
- тестирование физической подготовки, оценки гибкости, акробатического мастерства, принятие нормативов и т.д.
- в конце учебного года - зачеты, с целью отслеживания полученных знаний, умений, навыков.

Условия реализации программы

Данная программа может быть реализована при взаимодействии следующих составляющих её обеспечения:

1.1. Материально-техническое оснащение:

- просторный зал, оснащенный зеркалами, хореографическим станком, шведской стенкой, специальным напольным покрытием;
- своевременная влажная уборка кабинета, освещенность, его проветривание и т.д.
- спортивный инвентарь: гимнастические коврики, скамейки, гантели, скакалки, утяжелители, маты;
- музыкальная и видео аппаратура, DVD-плеер, планшет, карта памяти, CD и DVD диски

1.2. Методическое обеспечение:

- учебно-методическая литература;
- учебная и художественная литература по тематике бесед;
- наглядный и раздаточный материал: таблицы, схемы, плакаты, инструкции по технике безопасности;
- методическая продукция по диагностике определения результатов обучения и воспитания: тесты, анкеты, вопросники, игры, билеты и т.д.

1.3. Кадровое обеспечение:

- педагоги дополнительного образования данной направленности, по современному танцу, аэробике, хореографии – 2 человека;
- педагоги по акробатике и классическому танцу -2 человека.