

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ**  
**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ**  
**«АКАДЕМИЧЕСКАЯ ГИМНАЗИЯ № 1534»**



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**«СОВРЕМЕННЫЕ ТАНЦЫ НА ОСНОВЕ ЛАТИНЫ»**  
**(студия латиноамериканских танцев)**

**Направленность:** художественная

**Уровень:** ознакомительный

платная

Срок реализации: 1 год  
Возраст обучающихся: 5-16 лет

Педагог дополнительного  
образования  
Родичкина Екатерина Геннадьевна

Москва- 2016 год

### *Пояснительная записка.*

Современные танцы на основе латины – это категория танцевальных стилей, при исполнении которых упор делается не на соревновательную часть, а на обмен положительными эмоциями, поддержку легкой, расслабляющей атмосферы. Это не только ритмичные движения в такт зажигательной музыке. Это еще и выражение настроений, чувств, это целая история, рассказанная языком танца.

Данная программа - это смешение разных стилей, представляет собой смесь разных школ и течений, состоящих из движений латиноамериканского танца. Здесь сливаются воедино лучшие традиции классической латины и различные концепции популярных современных направлений. В этих танцах сочетаются выразительные позы, быстрые движения, грациозность, пластичность. Эти танцевальные направления позволяют выразить себя (приветствуется индивидуальность, импровизация) в полной мере.

На занятиях ученики познакомятся со следующими направлениями:

- **Сальса.** Стил основан на традиционной кубинской музыке и танцах сон и гуарача. Базовый шаг начинается на любую долю, в течение всего танца доля не меняется. Характерной особенностью кубинского стиля являются узлы (сложные фигуры руками) и особенная пластика, источником которой является Румба и Сон.

- **Бачата.** В связи с тем ,что бачата как музыкальный жанр разнообразна, различают танец бачата доминикана (или просто бачата), бачата модерна и бачата урбана. Доминикана стиль идеологически близок к танцу меренге, основным отличием бачаты доминикана является более сложная работа ног, т.н. footwork. Бачата модерна и урбана технически более просты в исполнении, footwork сводится к приставным шагам, основной упор сделан на работу корпуса. В частности распространено мнение, что стили урбана и модерна, являются порождением североамериканской и европейской культур.

- **Меренге.** Оригинальный танец меренге использует большое количество фигур и украшений, в частности, круговые движения бедер, вращение корпусом, движения плечами в убыстренном темпе. Многие из этих движений произошли из фольклорного варианта меренге.

- **Реггетон.** Реггетон - это танцевальная визитная карточка Пуэрто-Рико и стран Латинской Америки, адресованная всемирной молодежи. Танец основан на движениях регги, бачаты и хип-хопа. Как правило, этот танец танцуется под reggaeton – микс ямайского регги, дэнсхолла и американского хип-хопа.

- **Кумбия.** народный колумбийский танец и современный социальный танец. Для кумбии характерен основной шаг назад, что необходимо при исполнении поворота в кругу, для заключительного движения, и перед выполнением каждого поворота.

- **Импровизация** – это высшая форма танца, которая совместила в себе прекрасное владение телом, раскрепощенность, развитое чувство музыки и ритма, артистизм, богатое воображение и яркую фантазию. Именно владение искусством импровизации делает из танцора настоящего артиста. Импровизация рождается в тот момент, когда в ней остро нуждаются. Когда у танцора за плечами много лет изучения музыки и танцев, наступает один прекрасный день, когда в душе и теле начинают рождаться мелодии и движения, ранее до этого ему незнакомые – это и есть импровизация. Для овладения навыками импровизации, следует изучать танец, учиться понимать и слышать музыку, чтобы достичь ощущения себя в свободном и бесконечном пространстве.

- **Стиль R'n'B** - это модный танец, исполняемый под музыку ритм-энд-блюз, а так же одно самых популярных направлений современных танцев, которое совместило в себе элементы блюза, хип-хопа и фанка. R'n'B считается на сегодня самым популярным танцевальным направлением клубных танцев в

Европе и во всем мире. И выступает целым пластом современной культуры, включающий в себя танец, музыку и одежду.

- **Стретчинг** – это термин американского происхождения, который обозначает растягивание, эластичность. Это комплекс упражнений, который направлен не только на укрепление мышц, но и на сохранение в них эластичности, гибкости и подвижности суставов. Это основа прекрасной физической формы.

***Направленность:*** художественная

***Занимающиеся современными танцами на основе латины, имеют возможность:***

- познакомиться с историей и культурой стран, являющихся родиной изучаемых танцевальных направлений;
- развивать творческие танцевальные способности;
- научиться способу самовыражения через танец;
- укрепить свое здоровье и вести здоровый образ жизни;
- совершенствовать танцевальное мастерство, участвуя в соревнованиях и фестивалях.

***Новизна и оригинальность*** данной программы, реализуемой в работе студии, состоит в том, что, в основном, представленные стили танцев предлагаются для обучения взрослых людей. Программа «Современные танцы на основе латины» рассчитана на детей разного возраста и разного уровня развития, включает в себя оригинальные методы обучения, адаптированные для возраста обучающихся.

В общепедагогическом плане программа ориентирована на удовлетворение общественной потребности в художественно – эстетическом и физическом образовании в системе дополнительного образования, в развитии коммуникативной и эмоциональной сферы личности ребёнка.

## **Цель программы:**

Приобщение к общечеловеческим ценностям танцевальной культуры, опираясь на интерес к различным стилям танцев, содействие раскрытию творческой индивидуальности личности танцора, его способности к самовыражению в танце.

## **Задачи программы:**

### *1. Обучающие:*

- дать базовые знания по истории танцев;
- дать специальные знания по различным стилям танцев;
- сформировать музыкально - ритмические навыки;
- обучить умениям и сформировать навыки танцевального мастерства.

### *2. Развивающие:*

- развить координацию движений, гибкость и пластику;
- развить чувство ритма;
- развить память и внимание;
- развить творческую индивидуальность.

### *3. Воспитывающие:*

- воспитать собранность и дисциплину;
- воспитать стремление к здоровому и активному образу жизни;
- воспитать стремление к саморазвитию;
- воспитать эстетический вкус.

Программа рассчитана на 1 год, ориентирована на массовую работу с детьми в возрасте от 5 до 16 лет. Группы формируются по возрасту.

Занятия проходят 2 раза в неделю по 1 часу.

### **Ожидаемые результаты:**

#### *1. Обучающиеся будут знать:*

- основные принципы танцев (основные принципы сочетания базовых элементов, сочетание музыки и набора движений)
- основной набор базовых элементов танцев;
- правила поведения в танцевальном коллективе, правила поведения в танцзале.

#### *2. Обучающиеся будут уметь:*

- выполнять упражнения на развитие пластики, растяжки, гибкости;
- выполнять набор основных элементов, базовые шаги;

#### *3. Обучающиеся приобретут навыки:*

- самостоятельной демонстрации элементов, комбинаций танца;
- самостоятельного воспроизведения показанного педагогом фрагмента танца;
- выступления перед публикой.

### **Способы определения результатов обучения**

- диагностика качества выполнения упражнений на развития пластики, гибкости (методом наблюдения)

- диагностика понимания основных элементов танца (когда педагог делит обучающихся на группы и просит воспроизвести определенный фрагмент танца)
- выявление неточностей в исполнении определенных фрагментов танца;
- итоговое зачётное занятие в форме показа танцевального номера.

***Учебно-тематический план.***

№ п/п	Название тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	1		1
2	Комплекс аэробных и танцевальных упражнений		20	20
3	Основы музыкальных ритмов	3	3	6
4	Танцевальные упражнения на развитие импровизации. Танцевальные этюды.		16	16
5	Постановка танцев. Отработка номеров.	2	19	21
6	Зачетное занятие			1
Итого		65		

**Содержание программы:**

**ТЕМА 1 - Вводное занятие.**

Знакомство с программой, обсуждение плана работы, инструктаж по технике безопасности.

## **ТЕМА 2 - Комплекс аэробных и танцевальных упражнений.**

Этот комплекс упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, рук, ног, шеи, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность, пластика)

## **ТЕМА 3 - Основы музыкальных ритмов.**

Основные понятия: звук, мелодия, такт, музыкальный размер. Примеры танцевальной музыки с прохлопыванием и протопыванием.

## **ТЕМА 4 - Танцевальные упражнения на развитие импровизации.**

### **Танцевальные этюды.**

Упражнения на расслабление, раскрепощение, снятие мышечных зажимов. Групповая импровизация под музыку. Индивидуальная импровизация под музыку. Исполнения танца в предлагаемых обстоятельствах.

## **ТЕМА 5 – Постановка танцев. Отработка номеров.**

Изучение танцевальных движений, связок, различных комбинаций и танцевальных композиций, их разучивание. Работа над зрительным образом.

Зачетное занятие проходит в форме танца в конце года

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:**



- Словесные методы (устное изложение материала);
- Наглядные методы (педагогический показ);
- Практические методы (упражнения, тренинги).

### **Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:**

- Объяснительно-иллюстративные (дети усваивают и воспроизводят готовую информацию),
- Репродуктивные (дети воспроизводят полученные знания).

### ***Методика организации занятия:***

#### *1. Разминка.*

Эта часть занятия включает в себя комплекс физических и танцевальных упражнений. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц корпуса, рук, ног, шеи, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность, пластика).

#### *2. Основная часть.*

Состоит из изучения основных шагов, элементов танцев, разучивания танцевальных связок.

#### *3. Заключительная часть.*

Импровизация. Подведение итогов занятия. Проверка усвоения изученного материала. Расслабляющие упражнения на восстановление спокойного состояния учеников.

### **Материально – техническое обеспечение:**

- Танцевальный зал с твердым покрытием пола и зеркалами, соответствующий требованиям СанПиН(а);
- Наличие музыкального центра;
- Костюмы и предметы декорации для выступлений.

### *Список литературы*

1. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
2. Шишкина В.А. Движение + движение. - М.: Просвещение, 1992.
3. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М.: Искусство, 1985.
4. Полятков С.С. Основы современного танца. - Феникс, 2005
5. Васенина Е.А. Российский. - Современный танец. 2005.
6. Василевская М. «Танцы от А до Я», 2009.
7. Боттомер М. «Учимся танцевать», 2002.
8. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., 2009.