

Управление по образованию администрации Ленинского района г.Минска
Государственное учреждение образования
«Центр дополнительного образования детей и молодёжи «Маяк» г.Минска»
Отдел основ безопасной жизнедеятельности и здоровьесбережения

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления по образованию
администрации Ленинского района
г.Минска

_____ Н.Г.Кучинская
«_____» _____ 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ директора ЦДОДиМ «Маяк»
г.Минска

от «_____» _____ 2023 г.

№ _____
_____ Е.М.Михайлиди

Программа кружка современного танца «К-рор»
(художественный профиль, базовый уровень изучения
образовательной области «Хореография»)

Разработчик:
Бурназ Эсмральда,
педагог дополнительного образования
без квалификационной категории

Методическое сопровождение:
Павлович Татьяна Николаевна,
методист первой квалификационной
категории

Возраст учащихся – 14-17 лет
Срок реализации программы –
краткосрочная

РЕКОМЕНДОВАНА

на заседании методического совета
от «_____» _____ 2023 г.
протокол № _____

Минск 2023

Пояснительная записка

Культурно-досуговая деятельность в современном обществе развивается довольно быстро и каждый может выбрать досуг по своему вкусу.

Среди множества форм культурно-досуговой деятельности хотелось бы выделить современную хореографию, так как в настоящее время это один из популярных видов деятельности. Многие школьники с первого класса выбирают именно современную хореографию, опираясь на интерес, разносторонность, яркость этого вида деятельности.

Благодаря современной хореографии развивается образное мышление, фантазия. Приходя на занятия, учащиеся раскрепощаются, учатся самовыражению, становятся более общительными, увеличивается их кругозор, появляются новые друзья.

Современная хореография учит разбираться в музыке, в чувствах и характере музыки. Учащиеся учатся правильно определять стиль музыки и показывать все эмоции через танец.

К-рор – музыкальный жанр, возникший в Южной Корее и вобравший в себя элементы западного электропопа, хип-хопа, танцевальной музыки и современного ритм-н-блюза. Появившись изначально как музыкальный жанр, К-рор превратился в масштабную музыкальную субкультуру с миллионами поклонников во всём мире.

Согласно автору американского музыкального журнала Rolling Stone, К-рор представляет собой «смесь модной западной музыки и высокоэнергетического японского попа» и «охотится за головами слушателей при помощи повторяющихся «цеплялок», иногда на английском языке». К-рор «идёт по линии смешения стилей, сочетает и пение, и рэп и делает особое ударение на действие и мощные визуальные эффекты». К-рор – не только музыка. Жанр перерос в популярную среди молодёжи всего мира субкультуру, движимую интересом к современной южнокорейской моде и стилям. Благодаря Интернету и доступности цифрового контента К-рор достигает широкой аудитории, прежде немыслимой. Поп-культура Южной Кореи сегодня является одним из движущих факторов молодёжной культуры во многих странах.

Хип-Хоп танец – это объединенное название, объединяющий термин многих танцевальных стилей или направлений. Разнообразие стилей и направлений музыки хип-хоп не позволяют выделить конкретно танец хип-хоп, правильнее будет называть «танец в стиле хип-хоп». Характерная черта хип-хоп культуры – заимствование. Вслед эволюции музыки шли эксперименты и в области хореографии. Через танец люди выражали свои чувства, желания. Первым музыкальным сопровождением были барабаны или тамтамы, поэтому и хип-хоп в дальнейшем получил хорошую ритмическую основу. Со временем хип-хоп развивался и совершенствовался.

Хаус – это динамичный и позитивный танцевальный стиль. Он родился тогда, когда появилась музыка «хаус» – в 80-х годах XX ст. в ночном чикагском клубе «The Warehouse». Музыка «хаус» очень быстрая, ритмичная, энергичная, и таким же является рождённый ею стиль танца – House. Этот стиль сложен из

танцевальных движений брейк-данса, хип-хопа, джаза, диско, латины, что делает его одним из самых интересных и популярных танцевальных направлений.

Джаз-фанк – зародился в начале 2000 годов благодаря американским хореографам, которые объединили такие танцевальные стили как vogue, waacking, hip-hop и jazz и получили новый, свободный, выразительный и привлекательный стиль. Основу танца Jazz-funk составляют волны, импульсы, шаги и позировки.

Актуальность данной программы в том, что она способствует творческой самореализации личности учащегося, укреплению физического здоровья, способна удовлетворить возросший в последние годы интерес к различным видам современного танца.

Программа кружка современного танца «К-рор» разработана на основе типовой программы дополнительного образования детей и молодёжи (художественный профиль), утверждённой Постановлением Министерства образования Республики Беларусь 6 сентября 2017 г. № 123.

Цель: развитие творческих способностей учащихся посредством современного танца.

Задачи:

обучающие:

- знакомить с историей и культурой К-рор танцев;
- обучать технике выполнения базовых элементов танца (Хип-Хоп, Хаус, Джаз-фанк);

развивающие:

- развивать хореографические способности;
- развивать общую физическую подготовку;
- развивать сценическую культуру;

воспитательные:

- воспитывать стремление к здоровому образу жизни;
- прививать музыкально-эстетический вкус.

Программа построена на следующих **педагогических принципах:**

- принцип актуальности;
- принцип целенаправленности;
- принцип индивидуальности, доступности;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип сознательности и активности;
- принцип наглядности;
- принцип связи теории с практикой;
- принцип результативности;
- принцип воспитывающего и развивающего обучения.

Программа предназначена для учащихся старшего школьного возраста (14-17 лет).

Программа краткосрочная, рассчитана на 6 месяцев. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 учебных часа. Общее количество часов программы – 100 учебных часов.

Наполняемость групп – не менее 12 человек.

Количество учебных занятий в неделю может изменяться в зависимости от запросов учащихся и их родителей, педагогической нагрузки педагога дополнительного образования.

Запись в объединение по интересам производится только при наличии медицинской справки.

Материально-техническое обеспечение: коврики, проигрыватель.

Хореографический зал должен соответствовать санитарно-гигиеническим нормам и требованиям пожарной безопасности.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов/тем	Количество часов		
		Всего часов	В том числе	
			Теоретические	Практические
	Вводное занятие	2	2	-
1.	История развития К-роп танцев	6	6	-
2.	Учебно-тренировочная работа (разминка)	8	4	4
3.	Базовые танцевальные элементы в стиле Хип-Хоп	24	6	18
4.	Базовые танцевальные элементы в стиле Хаус	22	6	16
5.	Базовые танцевальные элементы в стиле Джаз-фанк	20	4	16
6.	Репетиционная и постановочная деятельность	10	2	8
7.	Концертная и фестивально-конкурсная деятельность	6	-	6
	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	100	30	70

Содержание программы

Вводное занятие. Организация работы объединения. Проведение организационных собраний, комплектование групп. Режим занятий. Цель и задачи. План работы объединения по интересам. Диагностика хореографических способностей. Правила безопасного поведения.

1. История развития К-роп танцев

История возникновения К-роп культуры. Изучение белорусских и зарубежных команд. Возможности развития в К-роп культуре. Основные составляющие К-роп культуры.

История возникновения современного танца. Стили современного танца, их отличительные особенности. История возникновения и развития Хип-Хоп. Просмотр видеозаписей с фестивалей, фильмов, клипов. Изучение терминологии современного танца Хип-Хоп.

История возникновения современного танца в стиле Хаус. Изучение терминологии современного танца в стиле Хаус.

История возникновения стиля Джаз-фанк. Изучение терминологии современного танца в стиле Джаз-фанк.

Особенность сценического образа К-рор культуры.

Просмотр видеозаписей с фестивалей, фильмов, клипов.

2. Учебно-тренировочная работа (разминка)

Техника безопасности. Значение учебно-тренировочной работы. Взаимосвязь дыхания и движения. Общеразвивающие упражнения: бег, ходьба, прыжки. Техника выполнения упражнений. Понятия: хореографический рисунок и фигуры. Построения и перестроения.

Практические занятия. Шаги: с носка, маршевый шаг на месте, шаги на полупальцах. Ходьба: простой, танцевальный шаг, с вытянутой стопы, свободной стопы, включая руки. Бег: равномерный, с откидыванием ног назад, лёгкий бег, бег с вытянутыми ногами, бег с поджатыми ногами, быстрый бег. Прыжки: разные этапы прыжка (подготовка к взлёту, толчок, взлёт, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка). Прыжки низкие и высокие. Прыжки «медленные» и «быстрые». Прыжки с вытянутыми ногами, прыжки с поджатыми ногами, подскоки на месте и с продвижением. Подскоки, танцевальные шаги с подъёмом колена. Движения на развитие координации, элементы ассиметричной гимнастики движения по линии основных современных типов танца. Упражнения для развития шеи и плечевого пояса. Наклоны головы направо, налево и вперёд, назад. Комбинирование наклонов. Упражнения для развития плечевого сустава и рук. Упражнения на развитие поясничного пояса. Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног. Поднимание согнутой в колене, но вытянутой в пальцах ноги вверх до прямого угла. Упражнения у хореографического станка. Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения и перестроения рисунков и фигур. Ориентационно-пространственные упражнения.

3. Базовые танцевальные элементы в стиле Хип-Хоп

История возникновения современного танца. Стили современного танца, их отличительные особенности. История возникновения и развития Хип-Хоп. Просмотр видеозаписей с фестивалей, фильмов, клипов. Изучение терминологии современного танца Хип-Хоп. Техника выполнения базовых танцевальных элементов в стиле Хип-Хоп.

Практические занятия. Положения головы, рук, ног, тела. Основные позиции в стиле Хип-Хоп. Изоляции и пластика. Основные шаги и дорожки. Базовые движения в стиле Хип-Хоп: Кач, Crab, Monastery. Базовые элементы движения танца в стиле Хип-Хоп: Criss Cross, Running Man, Two Steppattyduke, One Step, Bart Simpson, Gucci. Отработка техники исполнения танцевальных элементов. Комбинирование элементов движений в стиле Хип-Хоп. Составление и разучивание вариаций в стиле Хип-Хоп.

4. Базовые танцевальные элементы в стиле Хаус

История возникновения современного танца в стиле Хаус. Изучение терминологии современного танца в стиле Хаус. Техника выполнения базовых

танцевальных элементов в стиле Хаус. Последовательность изучения движений.

Практические занятия. Основные положения головы, рук, ног, тела. Основные позиции в стиле Хаус. Основные шаги и движения. Базовые элементы и техники танца в стиле Хаус: Swirl, Stomp, Side Walk, Cross Walk, Jog. Отработка техники исполнения танцевальных элементов. Составление и разучивание вариаций в стиле Хаус.

5. Базовые танцевальные элементы в стиле Джаз-фанк

История возникновения современного танца. Стили современного танца, их отличительные особенности. История возникновения и развития Джаз-фанка. Просмотр видеозаписей с фестивалей, фильмов, клипов. Изучение терминологии современного танца Джаз-фанк. Техника выполнения базовых танцевальных элементов в стиле Джаз-фанк. Значение индивидуальных выходов. Связь индивидуальных выходов и Джаз-фанк. Выражения лица: глаза, улыбка. Значение мимики и жестов.

Практические занятия. Основные положения головы, рук, ног, тела. Основные позиции в стиле Джаз-фанк. Основные шаги и движения. Базовые элементы движения танца в стиле Джаз-фанк: Jazz Rock, Hurdle, Tip Tap Toe, Set-up, Train. Отработка техники исполнения танцевальных элементов. Отработка чистоты линий, синхронности, четкости. Комбинирование элементов движений в стиле Джаз-фанк. Навыки работы в парах. Танцевальные комбинации в стиле Джаз-фанк. Вариации в стиле Джаз-фанк.

6. Репетиционная и постановочная деятельность

Ознакомление с танцевальными вариациями и номерами. Последовательность отработки танцевальных движений и связок. Принципы постановки танцевальных композиций и номеров.

Практические занятия. Изучение характера танца. Образ, идея и характер танцевального номера. Размещение и траектория перемещения учащихся по площадке на протяжении номера.

Отработка и совершенствование движений и комбинаций. Работа над техникой выполнения движений. Синхронность выполнения движений. Синхронность переходов из одного рисунка в другой. Отработка чёткости и чистоты рисунков, построений и перестроений.

Сюжетная линия танцевального номера. Соединение отдельных танцевальных фрагментов в цельный номер. Оригинальные образы в номерах (элементы актёрского тренинга). Работа над образом и костюмом для определённого танцевального номера. Создание танцевальных номеров. Постановка номеров.

7. Концертная и фестивально-конкурсная деятельность

Участие в мероприятиях учреждения образования, районных, городских, республиканских и международных конкурсах и фестивалях.

Итоговое занятие

Концертное выступление.

Ожидаемые результаты

По окончании обучения учащиеся должны
знать:

- историю возникновения К-рор культуры;
- современные танцевальные и музыкальные направления;
- технику выполнения базовых танцевальных элементов в стиле Хип-Хоп, Хаус, Джаз-фанк;

уметь:

- выполнять базовые танцевальные элементы в стиле Хип-Хоп, Хаус, Джаз-фанк;

владеть:

- основными навыками исполнительского мастерства;
- основными принципами постановки танцевальных номеров.

Формы подведения итогов реализации программы

Проверка и оценка знаний, умений и навыков, т.е. диагностика личного развития учащихся, проходит через наблюдение за работой учащихся на занятиях, концертах, конкурсах, фестивалях. Результаты работы в течение года подводятся на итоговом занятии, проходящем в форме концерта, куда приглашаются родители и педагоги.

Формы и методы реализации программы

Организационные формы педагогического взаимодействия

Формы занятий в коллективе современного танца согласно специфике жанра: групповая, ансамблевая, а также предусмотрены индивидуальные и парные формы работы для создания сольных и парных (дуэтных) вариаций при подготовке к турнирам по современным танцам. Важным правилом для сохранения и укрепления здоровья учащихся является проведение в начале каждого занятия учебно-тренировочной работы, т.е. разминки (разогрева), а в конце - партерной гимнастики с элементами фитнеса, т.е. растяжки (упражнения на расслабление).

В рамках теоретического обучения предполагается овладение учащимися основных танцевальных стилей, из которых состоит К-рор танец; исполнения позиций рук, ног, осанки, грамотности в положении движения корпуса, головы.

Практическая часть программы предполагает овладение основными исполнительскими навыками, техникам и приёмам исполнения движений основных стилей, из которых состоит К-рор танец.

Практическая часть программы предполагает сочетание тренировочных упражнений и танцевальных движений современного танца, импровизации.

Литература и информационные ресурсы

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании от 13 января 2011 г. (в ред. Закона Республики Беларусь от 14 января 2022 г. № 154-З) [Электронный ресурс] // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <https://pravo.by/document/?guid=12551&p0=H12200154&p1=1&p5=0/>.

2. Об утверждении типовых программ дополнительного образования детей и молодёжи [Электронный ресурс]: постановление Министерства образования Республики Беларусь 06.09.2017 № 123// Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <https://edu.gov.by>.

3. Образовательные программы музыкальных и хореографических объединений учреждений внешкольного воспитания и обучения / сост. О.А.Клецова. – НЦХТДМ, 2009. – 209 с.

4. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 07.08.2019 № 525 «Об утверждении специфических санитарно-эпидемиологических требований» (в ред. постановлений Совмина от 17.01.2022 № 29, от 31.08.2022 № 570, от 15.11.2022 № 780).

5. Положение об учреждении дополнительного образования детей и молодёжи (утверждено постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 25 июля 2011 г. N 149) [Электронный ресурс] // Национальный образовательный портал. – Режим доступа: www.adu.by/wp-content/uploads/2014/posle_urokov/...i...i.../1_polog.doc.

6. Базарова, Н. П. Классический танец / Н. П. Базарова. – Л. : Искусство, 1984.

7. Богданов, Г. Работа над танцевальной речью. Я вхожу в мир искусств / Г. Богданов. – №4. – 2006.

8. Бондаренко, Л. А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях / Л. А. Бондаренко. – К. : Музыка. Украина, 1985.

9. Буйлова, Л. Н. Жизнь в танце / Л. Н Буйлова. – Внешкольник №10-2001.

10. Конорова, Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства / Е. В. Конорова. – М., 1953.

11. Хохлаева, Р. А. Методика физического воспитания / Р. А. Хохлаева. – М., 2000.

12. Якунина, Е. И. Из опыта работы педагогов дополнительного образования хореографических коллективов. Практические советы / Е. И. Якунина. – М., 2003.

Интернет-ресурсы

1. Википедия : свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://ru.wikipedia.org/wiki/K-pop>. – Дата доступа: 08.10.2022.

2. ONT TV Channel [Электронный ресурс] / I LOVE K-POP в Минске. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=7eFPuaw4SH4>. – Дата доступа: 11.10.2022.