

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр образования №16»

Принята на заседании.
педагогического совета
от «20» 05 20 20 г.
Протокол № 8

Утверждаю:
Директор МБОУ ЦО №16
Коняева Т.М.
от «11» 06 20 20 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности
«Юность планеты»

Возраст обучающихся: 16-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Овсянникова Галина Александровна,
педагог дополнительного образования

г. Тула, 2021

Пояснительная записка.

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально- организованное движение. Особенность искусства танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Хореография как сценическое искусство имеет свою специфику и, следовательно, свою систему воспитания и обучения, она очень актуальна в современном мире в силу того, что потребность в движении генетически заложена в человеческом организме и обусловлена всем ходом его эволюционного развития. Врачи-физиологи утверждают, что без движения человек не может быть абсолютно здоровым. Регулярные занятия способствуют улучшению циркуляции крови и снабжению тканей организма кислородом, повышению мышечного тонуса. С точки зрения медицины танцы – это лекарство от стрессов и депрессий, а также профилактика таких заболеваний, как гипертония и ишемическая болезнь сердца.

Отличительные особенности программы «Современная хореография» заключаются в самой структуре программы, в её содержательной части, в организационно- педагогической основе обучения:

- групповая форма работы в сочетании с индивидуальным подходом;
- обучение, развитие и воспитание на основе современных педагогических технологий личностно-ориентированной направленности, методов, форм, приёмов, способствующих наибольшей заинтересованности детей в этом виде деятельности, а так же более полному раскрытию их творческого потенциала и формированию стремления к *саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию*.

Дополнительная образовательная программа «Современная хореография» отнесена к программам художественной направленности. Ее цель и задачи направлены на свободное развитие личности ребёнка, поддержание его физического и психического здоровья, формирование его учебно-предметной, социальной, информационно-коммуникативной, креативной компетентностей, на формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Необходимость и актуальность программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе

образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Общеразвивающая программа «Современная хореография» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

Цель программы: создание условий для раскрытия творческого потенциала воспитанников и повышения их технического мастерства и выразительности.

Задачи

обучающие:

1. формирование знаний об основных хореографических понятиях;
2. формирование знаний по исполнению экзерсиса у станка и на середине;
3. обучение навыкам постановочной и концертной деятельности;

развивающие:

1. формирование и развитие специальных навыков и умений по хореографии;
2. формирование и развитие познавательного интереса к хореографическому искусству и общей культуры личности;
3. формирование и развитие способностей к самостоятельной и коллективной работе;
4. развитие коммуникативных способностей обучающихся через учебно-практическую деятельность;
5. развитие способности творческого выполнения практической деятельности;
6. развитие способности использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни;

воспитательные:

1. воспитание эстетического восприятия;
2. воспитание всесторонне развитой личности, стремящейся к саморазвитию и самосовершенствованию;
3. создание условий для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей;
4. формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению (готовности к трудовой деятельности).

Планируемые результаты освоения детьми образовательной программы:

1. Уметь двигать в соответствии с характером музыки.
2. Согласовывать движения с эмоциональным содержанием музыки.
3. Уметь реагировать на начало и окончание музыки.
4. Переходить от одного движения к другому.
5. Самостоятельно ориентироваться в пространстве.
6. Передавать хлопками динамический и ритмический рисунок музыки.
7. Уметь изменять движения с изменением характера музыки.
8. Уметь создавать музыкально – двигательный образ.
9. Исполнять плясовые движения, действовать с воображаемыми предметами.
10. Выполнять движения с предметами.
11. Уметь выполнять пространственные задания по замыслу.
12. Уметь выполнять роль ведущего по замыслу.
13. Уметь видоизменять одно и тоже движение в зависимости от характера музыки.
14. Уметь изменять направление движения в соответствии с характером музыки.

Дети должны знать:

1. Понятия и термины простейших движений (поклон, приседание, подскоки, повороты и т.д.);
2. Правила исполнения движений (красивая, ровная осанка, легкость, музыкальность);
3. Понятие о пространстве зала (где зрители, центр зала, линии танца; самостоятельно находить свободное место в зале).
4. Дети должны уметь:
5. Соблюдать позиции ног (I, II, VI невыворотные позиции);
6. Различать музыкальный размер, темп;
7. Воспринимать задания и замечания педагога;
8. Запоминать последовательность движений в композиции;
9. Запоминать последовательность танцевальных движений.

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Программа рассчитана на 70 часов (2 ч. в неделю)

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	7	3	4
2	Знакомство с танцем	6	2	4
3	Различные упражнения на внимание, концентрацию, воображение, расслабление и т.д.	8	4	4
4	Танцевальная импровизация	10	0	10
5	Разновидность танцев	4	0	4
6	Стили танцев	7	0	7
7	Танцевальная композиция с обыгрыванием текста песни	7	0	7
8	Позиции рук и ног в танце	9	0	9
9	Основные движения народного танца	5	0	5
10	Сюжетный танец	7	0	7
	Итого:	70		

Содержание учебного плана:

Учебный материал, предусмотренный программой, распределён в определённой последовательности с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Постепенно, от занятия к занятию, усложняется учебный материал: движения, ритмика, пластика и т.д. Поначалу необходимо заинтересовать ребёнка, развить желание заниматься в коллективе и только потом переходить к целенаправленному формированию исполнительских умений и навыков.

Занятия по разучиванию танца развивают у ребёнка свободу движений, чувство пространства, образное мышление, память, внимание, музыкальность, эмоциональность, пластичность, гибкость, координацию движений и творческие способности.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Основные танцевальные движения.

В данном разделе объясняется правила исполнения отдельных движений.

- шаг на носках;
- приставной шаг;
- высокий бег;
- легкие подскоки;
- галоп вперед, «лошадками»;

- притопы;
- различные виды прыжков;
- «пружинка»;
- различные виды прыжков;
- элементы русской пляски;
- положения рук в русской пляске;
- основные пространственные построения и передвижения.

Репетиционно-постановочная работа

Ведётся объяснение постановочного материала танца.

Разучивается танцевальная композиция, построенная на изученных танцевальных движениях и выстраивается в законченную форму-танец.

Методическое обеспечение.

Занятия хореографического коллектива должны проводиться в специально оборудованном, хорошо проветриваемом танцевальном классе. Музыкальное сопровождение занятия предполагает наличие аудио-и видеотехники, фотоаппарат, материалы для изготовления концертных костюмов, аудио- и видеокассеты.

Календарно-учебный график

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Вальс. История танца.	1
2	Постановка корпуса. Основное положение рук.	1
3	Положение рук, позиция ног в танце.	1
4	Понятие противоположное положение рук.	1
5	Подготовительное положение – выход в 3 позицию.	1
6	Понятие – вальсовая дорожка.	1
7	Дорожка вперед, назад. Манера исполнения.	1
8	Понятие – развод рисунка.	1
9	Музыкальный размер $\frac{3}{4}$, квадрат.	1
10	Разучивание элемента вальса «балансе».	1
11	«Балансе вперед» с переходом в паре.	1
12	Разучивание вальсовых поворотов.	1
13	Постановка корпуса, положение рук в паре.	1
14	Разучивание связующих элементов в паре.	1
15	Квадрат в паре.	1
16	Постановка корпуса, положение рук.	1
17	Вальсовые повороты в квадрате, по точкам.	1
18	Положение рук в паре с переходом в квадрат.	1
19	Контрольное занятие по пройденному материалу.	1
20	Повороты вправо с переходом в квадрат.	1
21	Положение рук в элементе «Балансе».	1
22	Переход их «балансе» в элемент «релеве».	1
23	Положение корпуса в повороте по 3 позиции.	1

24	Квадрат в повороте с переходом в вальсовую дорожку.	1
25	Вальсовая дорожка вперед, назад. Следить за положением рук.	1
26	Контрольное занятие по пройденному материалу.	1
27	Разучивание вальсовых поворотов, вальсовых шагов вперед на 90 градусов.	1
28	Шаги вперед с поворотом на 90 градусов и шагом приставкой.	1
29	Закрепление пройденного материала. Манера исполнения.	1
30	Вальсовая дорожка в рисунке.	1
31	Вальсовая дорожка и перестроение в колонну.	1
32	Развод танцевальных комбинаций.	1
33	Разучивание балансе назад с переходом в линию.	1
34	Работа в паре. Манера исполнения. Балансе вперед – проходка.	1
35	Вальсовые повороты по кругу. Комбинация – дорожка балансе.	1
36	Вальсовые повороты в паре. Квадрат, ромбик, дорожка.	1
37	Комбинация «цветок» - у девушек. Дорожка по кругу.	1
38	Соединение комбинаций. Постановка рук.	1
39	Соединение комбинаций. Постановка рук.	1
40	Техника исполнения. Манера исполнения вальсовых поворотов.	1
41	Соединение вальсовых движений. Вальсовые повороты и дорожка.	1
42	Вальсовая дорожка и повороты под рукой.	1
43	Разучивание шагов и шага купе. Вьюнок.	1
44	Шаг-глиссад и вальсовые повороты.	1
45	Шаг-глиссад в лево с вальсовым поворотом вправо.	1
46	Вальсовая дорожка в паре. Развод рисунков.	1
47	Контрольный урок. Манера и техника исполнения.	1
48	Перемена направления шагов в паре.	1
49	Вращение в паре с переходом в вальсовую дорожку.	1
50	Развод рисунков и перестроение.	1
51	Разучивание связующего элемента влево.	1
52	Соединение танцевальной комбинации этюд.	1
53	Соединение вальсовых движений.	1
54	Балансе и повороты вальса.	1
55-56	Соло девочек. Пордебра.	1
57-58	Соло мальчиков. Вальсирующие шаги по кругу.	1
59-60	Балансе менуэт с переходом в глиссад в паре.	1
61-62	Развод рисунков. Соединение и перестроение.	1
63-64	Техника и манера исполнения вальсовых шагов по кругу.	1
65	Контрольный урок по пройденному материалу.	1
66-67	Соединение комбинаций в этюд.	1
68-69	Соединение комбинаций в этюд. Развод рисунков.	1
70	Отработка техники исполнения комбинаций. Последний звонок – ВАЛЬС!	1

Список используемой литературы.

1. В.М.Стриганова и В.И. Уральской. Современный бальный танец Москва «Просвещение»1978год.
2. Библиотечка «в помощь художественной самодеятельности» №6. Бальные танцы. Москва 1985год.
3. О.В.Иванова Народные танцы Москва 2006год.
4. О.В.Савинкова, Т А.Полякова. Москва. Методическое пособие.2003год.
5. В.В.Воронкова. Программа специальных образовательных учреждений 2009год.
6. И.В. Лифиц Ритмика образовательная педагогика 1997год.
7. Р.Е.Славский. Пантомима 1962год.г.Ярославль.
8. Р.Е.Славский. Искусство пантомимы.Г.Ярославль.1962г.
9. И.Г.Рутберг. Жест-язык пантомимы.1972год.
10. П.Мартен. Спортивная гимнастика Москва 2004год.
11. В.П.Коркин Акробатика. «Физкультура и спорт» 1989год.