ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Хореография

(название программы, отражающее её содержание)

возраст учащихся **15-16 лет**
срок реализации программы 1 год

ЗАТО г. Железногорск
2018 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Общая характеристика программы:	**Содержание**
Направленность программы (техническая, естественнонаучная, физкультурно-спортивная, художественная, туристско-краеведческая, социально-педагогическая)	Художественная
Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность	Занятия современным танцем воспитывают детей, закладывают основы нравственности, красоты, расширяют культурный кругозор. Способствуют гармоничному развитию детей, учат их выразительности движений, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе. Спортивный бальный танец является действенным методом эстетического и физического воспитания. В процессе обучения дети приобретают навыки музыкальности, пластичности, координации, актёрского мастерства, у них формируется красивая осанка, развивается художественный вкус. Занятия в коллективе воспитывают чувство товарищества, взаимовыручки, умения чувствовать ответственность. Групповые занятия способствуют социализации и адаптации детей и подростков в обществе. Программа направлена не на подготовку профессионального танцора, а на предоставление ребёнку возможности выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику. **Отличительные особенности (новизна) программы** Программа «Современная Хореография, с использованием элементов Спортивного Бального танца» разработана на основе дополнительных общеобразовательных программ «Хореография» Заболотской М. А. (Программно-методическое обеспечение образовательного процесса детского объединения дополнительного образования. Сборник образовательных программ. Серия «Дополнительное образование детей: мастерство и творчество». Сборник № 9. / Под ред. З. А. Каргиной, к.п.н., доц. – Издательство «ИСК», 2006) и «Основы обучения современным направлениям танца в системе дополнительного образования» Никитина В. Ю. Отличительными особенностями программы «Современная Хореография, с использованием элементов Спортивного Бального танца» являются синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной

	модели обучения (джазовый танец, бальный танец, модерн, классический танец, ритмика, стретчинг); акцент ставится на изучение современной хореографии и спортивного бального танца. Практическая деятельность неразрывно связана с изучением истории современного хореографического искусства, знакомством с постановками современных балетмейстеров и мировой музыкальной культурой. Средствами занятий у детей формируются творческие способности, эстетические эмоции, чувства, представления о красоте движений и звука, формы и цвета. Данная программа отличается изучением одних и тех же тем и особенностей современных танцевальных стилей, начиная с первого года обучения, с постепенным совершенствованием танцевального мастерства, опираясь на более высокий уровень развития художественно-эстетических и физических качеств детей на последующих годах обучения. Это придаёт программе в целом возвратно-поступательный характер занятий с детьми разного возраста, обучение происходит «по спирали». Реализация программы позволяет решать многие проблемы воспитания подрастающего поколения: социального, нравственного, художественно-эстетического и гражданского характера.
Объем программы (общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы)	Срок реализации программы: 36 недель. Количество часов в неделю: 1 час Количество часов за год:36 часов
Режим занятий (периодичность и продолжительность занятий)	Количество занятий в неделю:1 занятие Продолжительность занятий: 45 минут.
Формы обучения и виды занятий (аудиторные занятия, лекции, семинары, практикумы, экскурсии, концерты, выставки, экспедиции, беседы, лабораторные работы, круглые столы, мастер-классы, дистанционные занятия и др.	Практикумы, концерты, мастер-классы.
1. Цель программы:	Развитие творческих способностей обучающихся, формирование эстетических, культурных и нравственных ценностей посредством обучения современному и народному танцу.
2. Задачи программы:	**Обучающие:** • обучение основам различных техник современного и народного танцев (джазовый танец, спортивный бальный танец, народный танец) и основным движениям классического танца;

	• обучение точной, выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств; • расширение кругозора в области современной хореографии, истории музыки, сценического костюма; • освоение французской терминологии, используемой в классическом танце, и английской терминологии, используемой в джазовом и бальном танце. **Развивающие:** • физическое развитие через систему специальных упражнений; • развитие специальных способностей: выворотности, гибкости, пластичности, апломба, музыкального слуха; • развитие музыкально-исполнительских способностей; • развитие чувства ритма, эмоциональной отзывчивости на музыку, танцевальной выразительности, координации движений, умения ориентироваться в пространстве, концентрации внимания, выносливости, способности самостоятельно действовать, выбирать способ решения задач; • развитие устойчивой мотивации к занятиям современной хореографией. **Воспитательные:** • развитие познавательной и жизненной активности, самостоятельности, коммуникабельности; • воспитание чувства коллективизма и взаимопомощи, ответственности за свою деятельность; • воспитание трудолюбия и стремления к достижению намеченной цели; • воспитание художественного вкуса, художественно-творческого мышления и интереса к искусству.
3. Планируемые результаты: совокупность знаний, умений, навыков, личностных качеств, компетенций (предметных, личностных, метапредметных результатов), приобретаемых учащимися при освоении программы по ее завершении	**Предметные результаты** В конце обучения учащиеся будут *знать:* • назначение хореографического зала, правила поведения в нём; • основные танцевальные позиции ног и рук классического танца; • понятия «линия», «колонна», «диагональ», «круг»; • понятия «ровная спина», «вытянутая стопа»; • комплекс упражнений стретчинга;

	• назначение разогрева, его последовательность; • понятие «музыкальное вступление»; • понятие «танцевальный образ»; *уметь:* • ориентироваться в хореографическом зале, делать простые перестроения; • ритмично двигаться, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок; • исполнять небольшие танцевальные комбинации под руководством педагога; • исполнять комплекс растяжки первого года обучения под руководством педагога; • исполнять разогрев самостоятельно; • исполнять простые танцевальные комбинации; • представлять себе заданный образ под заданную музыку; • освоить постановку корпуса, позиции ног, рук классического танца; • освоить позиции рук, ног, эстрадного танца, народного танца. В конце обучения будут *развиты:* • чувство ритма; • координация; • гибкость; пластичность; • воображение; *воспитаны:* • дисциплина; навыки поведения на сцене; • уважение к педагогу; • внимание к другим обучающимся. **Личностные результаты программы:** *у учащихся будут воспитаны:* • уважение и принятие духовных и культурных ценностей, нравственные установки; • эстетическое восприятие и взгляды, художественный вкус; • образное мышление, творческий подход; • трудолюбие и ответственность за качество своей деятельности; • согласование и координация совместной творческой деятельности с другими её участниками.

	у учащихся будут развиты: • умение самостоятельно ставить цель, планировать, осуществлять, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленными задачами; • самостоятельная организация и выполнение различных творческих заданий. Косвенными результатами программы являются ***метапредметные результаты:*** • сформированность личностной позиции учащегося в образовании, познавательной активности, самостоятельности, стремление к самообразованию; • сформированность у учащихся универсальных учебных действий: умения принять учебную задачу, самостоятельно продумать план её реализации, организовать и контролировать процесс выполнения учебной задачи, достичь результата, проанализировать результат, выявить ошибки и самостоятельно их исправить.
4. Формы, порядок, и периодичность проведения промежуточной аттестации учащихся подведения итогов реализации программы, аттестация(тесты, опросы, зачеты, собеседования, доклады, рефераты, публикации, выступления на олимпиадах, смотрах, конкурсах, выставках, конференциях, концертах и другие)	Промежуточная аттестация проводится на последнем занятии первого и второго полугодия в форме: участие в конкурсах, смотрах, концертах.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

ТЕМА	Количество часов на теорию	Количество часов на практику
Вводное занятие.	0,5	1
Разминка. Ритмика.		2
Партерная гимнастика.		3
Элементы бального танца.	0,5	4
Элементы классического танца.	1	5
Элементы народного танца.	1	7
Открытый урок.		1,5
Элементы эстрадного танца.	1	6
Концертная деятельность.		1
Итоговое занятие.		1,5
ИТОГО	4	32

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Название раздела, темы	Кол-во часов	Теоретический и практический разделы программы
Вводное занятие.	**1,5**	Теория. Введение в образовательную программу. Знакомство с целями и задачами первого года обучения. Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях. Практика. Первичная диагностика.
Разминка. Ритмика.	**2**	Теория. Назначение разминки, последовательность выполнения. Понятия «ровная спина», «вытянутая стопа». Практика. Упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания. Упражнения на устойчивость, развитие координации (упражнение «Цапля»). Упражнения: наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног. Усложнение упражнений, соединение в связки, введение новых упражнений: шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами. Изучение и исполнение движений с педагогом и самостоятельно. Исполнение комплекса упражнений. Хлопковые упражнения на ритмический рисунок. Усложнение упражнений, соединение в связки, добавляя шаги, притопы.
Партерная гимнастика.	**3**	Теория. Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку. Практика. Исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе. Упражнения для гибкости спины. Упражнения для укрепления мышц. Шпагаты.
Элементы бального танца	**4,5**	Теория. Европейские танцы. Названия танцев (Sw,T,Vw,Sf,Q).

		Основные элементы. Латиноамериканские танцы. Названия танцев (S,Cha,R,Pd,J). Основные элементы. Изучения музыкальных размеров бальных танцев. Правила танцевания в паре. Практика. Исполнение основных элементов Европейских и Латиноамериканских танцев. Соединение их в композиции. Практика танцевания в паре.
Элементы классического танца.	**6**	Теория. Правила осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Практика. Позиции и положение ног и рук. Растяжки в игровой форме. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку со второго полугодия - держась за станок одной рукой). Позиции ног - по 1,2, 3-й. Позиции рук - подготовительная, 1,2,3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, тоя боком к станку. Демиплие - складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность, беда, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1,2, 3-й позициям. Батман тандю - движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года - назад).Battements tendujete, rond de jambe par terre.
Элементы народного танца.	**8**	Теория. Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов. <u>Практика</u>. Русский танец. Позиция рук - 1, 2, 3 - на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп - удар всей стопой 4 шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадание на месте с продвижением в

		сторону: исходная, свободная 3-я позиция; поднявшись на полупальцах поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприпадание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков. Ход в полуприседании, проскальзывание на одной ноге на низкихполупальцах с одновременным подъемом другой согнутой ноги в прямом положении, с тремя последующими переступами на месте, с передвижениями вперед, назад с поворотом. Притоп в полуприседании; перескок на всю ступню с двумя с двумя последующими поочередными ударами всей стопой по 6-й позиции.
Открытый урок.	**1,5**	Практика. Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Открытое занятие для родителей.
Элементы эстрадного танца.	**7**	Теория. Особенности эстрадного танца. Практика. Позиции рук. (показ учителя). Работа рук, тела, головы, корпуса, в разных направлениях эстрадного танца.Пружинящий шаг. Разучивание танца Диско.
Концертная деятельность.	**1**	Теория. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Практика. Участие в концертах различного уровня.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарова Н. П., Мей В. Азбука классического танца. Учебно-методическое пособие. – Л.: Искусство, 1983.
2. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Ленинград-Москва: Искусство, 1963.
3. Заболотская М. А. Хореография. – СПб.: Искусство, 1998.
4. Захаров Р. В. Сочинение танца. – М., 1989.
5. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника. - М.: Один из лучших, 2004.
6. Письменская А. Хип-хоп и R'n'B-танец. Студия «Диваданс». – СПБ., 2005.
7. Руднева С. Д. и Фиш Э. М. Ритмика и музыкальное движение. – М., 1972.
8. Ткаченко Т. С. Народный танец. – М., 1975.
9. Теория и методика танцевального спорта. Учебно-методическое пособие для самостоятельной работы студентов/ Составители: С.В. Орлова, Е.Г. Салимгареева. Иркутск, 2011г.