

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 21»

Рассмотрено на
ШМО физической культуры, ОБЖ,
технологии, предметов художественно-
эстетического цикла и дополнительного
образования

Протокол № 5
от 16.06.2020

 Т.А. Куваева

Согласовано:
педагогическим
советом

МБОУ СШ № 21

Протокол № 13

от 17.06.2020 г.

Утверждено:

Директор

МБОУ СШ № 21

И.Р. Евграфова

Приказ № 01-04-166

от 01.09.2020 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Танцевальная студия «Хэппи»

основное общее образование

(базовый уровень)

Возраст детей: 14-16 лет

Срок реализации: 1 год

Направление: художественно-эстетическое

Составитель: Ирина Николаевна Ермолеева

педагог дополнительного образования

г. Красноярск
2020 - 2021 г.

1. Пояснительная записка.

1.1. Общая характеристика программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная студия «Хэппи» (базовый уровень) является модифицированной и составлена на основе типовой дополнительной общеобразовательной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество», рекомендованное Министерством культуры РФ, Москва, 2012г., предназначена для обучающихся 8-9 классов и направлена на приобщение ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус.

Актуальность программы заключается в ее практической значимости. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося.

В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Новизна программы состоит в лично ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому учащемуся все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

1.2. Цель и задачи программы:

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

Задачи:

Обучающие:	Развивающие:	Воспитательные:
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;	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;	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

1.3. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальная студия «Хэппи» (базовый уровень) имеет художественно-эстетическую направленность.

1.4. Категория обучающихся

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы, составляет от 14-16 лет. Обучающиеся 8-9 классов. Вид группы постоянный, она набирается один раз по желанию детей. Количество обучающихся 10-15 человек в одной группе.

1.5. Объем и срок освоения программы

Дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на один год обучения - 102 часа; Режим занятий – 3 часа в неделю. Занятия проводятся 2-3 раза в неделю по 1-2 академических часа (продолжительность одного занятия 45 минут с 15 минутным перерывом).

1.6. Формы и методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

1. наглядный – показ движений преподавателем;
2. словесный – беседа о танце, объяснение техники исполнения хореографических движений, рассказ о средствах выразительности музыкального сопровождения
3. аналитическая оценка результатов учебного процесса;
4. эмоциональный - подбор ассоциаций, образов;
5. практический – исполнение движений и танцевальных этюдов обучающимся;
6. репродуктивный – неоднократное воспроизведение полученных знаний.

Формы организации образовательного процесса (групповая, индивидуальная):

- беседа
- лекция
- обучающее занятие
- игра
- репетиция
- выступление

1.7. Особенность программы.

Отличительной особенностью программы является синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения, акцент ставится на изучение современной хореографии.

1.8. Планируемые результаты освоения дополнительной образовательной общеразвивающей программы

К основному результату освоения данной программы относится овладение основами современной хореографии. Помимо этого, на занятиях происходит приобщение детей к общечеловеческим ценностям мировой танцевальной культуры. Также опираясь на интерес к современной хореографии, педагогу на занятиях удастся раскрыть творческую индивидуальность каждой формирующейся личности юного танцовщика, его способности к самовыражению в танце.

Личностные результаты освоения программы:

- способность детей к саморазвитию в области хореографии;
- развитие эстетического сознания через творческую деятельность, через приобщение детей к разным этнокультурным традициям;

- формирование основ художественной культуры детей как части их общей духовной культуры.

К метапредметным результатам освоения программы можно отнести то, что ребенок сможет:

- уметь принимать решение в различных ситуациях и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- строить позитивные отношения в процессе учебной деятельности.

Предметные результаты освоения программы. В результате освоения программы ребенок должен **знать**:

- историю современных танцев (начальные знания);
- требования к правильной осанке; основные позиции рук, ног, головы;
- правила поведения в танцевальном коллективе, правила поведения на танцевальном классе;
- основные позиции корпуса, рук, ног, головы для танцевальной пары;

и **уметь**:

- выполнять комплекс упражнений классической хореографии для 2 года обучения;
- выполнять расширенный комплекс общефизических и танцевальных упражнений.

Методы обучения, используемые в реализации данной программы:

- словесный: рассказ, объяснение, пояснение о характере танца и средствах передачи выразительности его образов;
- наглядный: показ, демонстрация видео, фотоматериалов;
- практический: упражнения воспроизводящие, тренировочные и т.д.;
- эвристический: творческие задания импровизационного характера, этюды, самостоятельные постановки;
- индивидуальный подход к каждому ребенку, при котором, поощряется самобытность, проявление индивидуальности, свобода самовыражения.

В данной программе используются следующие педагогические технологии:

- технологии, позволяющие выявить потенциал творческих способностей ребенка (просмотр обучающихся на предмет выявления их двигательной активности, пластической выразительности, музыкального и ритмического слуха, исполнение творческого задания);
- технологии сотворчества (воспитание в обучающихся чувства толерантности);
- технология художественного восприятия;
- технологии раскрепощения и снятия зажимов (комплексы упражнений и этюдов по преодолению психологических и физических препятствий для свободного осуществления разнообразной сценической деятельности);
- технологии создания художественного образа.

Формы итоговой реализации программы

Виды контроля.

текущий контроль: фиксация достижений каждого ребенка, оценку своей деятельности ребенок получает после каждого занятия (данная программа предусматривает использование оценочных средств);

промежуточный контроль:

контрольные упражнения или концертное выступление.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

Для успешности овладения обучающимися содержанием программы используются следующие методы отслеживания результативности:

- педагогическое наблюдение,
- педагогический анализ участия детей в мероприятиях (конкурсах, фестивалях,

концертах различного уровня), а также активности обучающихся на занятиях.

2. Содержание

2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Форма аттестации/кон троля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Путешествие в страну «Хореография».	2	1	1	
2	Проучивание поклона для начала и завершения урока.	4	1	3	зачет
3	Ритмика	5	1	4	наблюдение педагога
4	Изучение базовых шагов, прыжков позиций рук и ног.	10	1	9	зачет
5	Изучение базовых движений у станка. Классический танец.	4		4	зачет
6	Изучение базовых движений на середине зала. Классический танец.	4		4	зачет
7	Изучение базовых движений современного танца.	20		20	зачет
8	Импровизация «Что я слышу?».	5		5	наблюдение педагога
9	Акробатика	4	1	3	наблюдение педагога
10	Растяжка + портерная гимнастик.	15		15	зачет
11	Изучение постановочного номера.	33		27	творческий отчет
12	Итоговое занятие.	2		2	Контрольные упражнения/итог овая работа
ИТОГО:		102	5	97	

2.2. Содержание программы

№ п/п	Наименование раздела	Содержание	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие.	Наши планы. Что мы будем делать на занятиях? Инструкция по технике безопасности на занятиях.	
2	Проучивание поклона для начала и завершения урока.	Для чего нужен поклон. Как он исполнялся в разное время и в разных стилях танца. Как будем исполнять на занятиях.	Потактовое изучение поклона.
3	Ритмика	Музыкальная грамота. Слушание музыки.	Дети под музыку хлопают или топают, тем самым отбивая музыкальный ритм. Далее идет повтор, но уже без музыки. Музыкально-ритмические упражнения. Построения и перестроения. Подскоки и повороты. Ориентирование в пространстве сцены и зала.
4	Изучение базовых шагов, прыжков позиций рук и ног.	Объяснение технике безопасности при прыжках.	Изучение бытового и скользящего шага Изучение прыжков: простой, трамплинный, разножка Изучение позиций рук и ног в классическом и современном танце
5	Изучение базовых движений у станка. Классический танец.		Изучение элементов классического танца лицом к станку: деми и грант плие, ботман тонди, батман жете, ронд, грант ботман.
6	Изучение базовых движений на середине зала. Классический танец.		Изучение элементов классического танца на середине зала: деми и грант плие, батман тонди, батман жете, ронд, грант ботман, свинг, слайд, дропп.
7	Изучение базовых движений современного танца.		Изучение современного танца на середине зала: контракшен, релиз, рол ап, рол даун, фледбег, дибоди бент, джек найв, свинг, свинг в портере, слайд, дропп, тилт,
8	Импровизация «Что я слышу?».		После прослушивания музыкального материала и с помощью

			танцевальной пластики дети показывают, то что слышали
9	Акробатика		Изучение таких элементов как «колесо» через одну руку, переворот вперед и назад, рондат, переворот через локти, стойка на грудной клетке.
10	Растяжка + партерная гимнастика.		Выполнение элементов растяжки: складочка, разножка на полу, лягушка, бабочка, шпагаты, мостик
11	Изучение постановочного номера.		Перед началом изучения номера дети узнают от педагога название номера, образ и знакомятся с музыкальным материалом.
12	Аттестация	Подведение итогов за год.	концертное выступление

2.3. Урочно-тематический план

№ урока	Тема	Форма проведения	Количество часов
1.	Техника безопасности.	беседа	1
2.	Введение в программу. Входная аттестация. Нормативы.	лекция практикум контроль	1
3.	Изучение поклона по тактам. Базовые упражнения	лекция беседа практикум	1
4.	Изучение поклона в быстром темпе. Базовые упражнения	лекция беседа практикум	1
5.	Ритмика. Базовые упражнения	лекция семинар	1
6.	Изучение поклона под музыку. Базовые упражнения	лекция семинар видеоурок	1
7.	Повторение поклона. Базовые упражнения	лекция беседа практикум	1
8.	Изучение бытового и скользящего шага. Базовые упражнения	лекция беседа практикум	1
9.	Изучение позиций ног в классическом танце. Базовые упражнения	лекция беседа практикум видеоурок	1
10.	Изучение позиций рук в классическом танце. Базовые упражнения	практикум	1
11.	Растяжка. Базовые упражнения	лекция беседа практикум	1

12.	Повторение позиций рук и ног в классическом танце.	практикум	1
13.	Изучение позиций рук в современном танце.	лекция беседа практикум видеоурок	1
14.	Ритмика. Базовые упражнения	лекция семинар работа в группах	1
15.	Изучение позиций ног в современном танце.	лекция беседа практикум	1
16.	Повторение позиций ног и рук в современном танце.	практикум	1
17.	Изучение прыжков. Простой	беседа практикум	1
18.	Изучение трамплинный.	беседа практикум	1
19.	Изучение прыжков. Разножка.	лекция семинар	1
20.	Изучение постановочного номера.	практикум, работа в парах	1
21.	Изучение базовых движений классического танца у станка. Плие.	работа в группах, индивидуальная работа, контроль	1
22.	Изучение базовых движений классического танца у станка. Батман тондю, жете.	беседа практикум	1
23.	Ритмика.	беседа практикум	1
24.	Изучение базовых движений классического танца у станка. Ронде де жамп портер.	беседа практикум	1
25.	Изучение базовых движений классического танца у станка. Адажео, грант батман.	беседа практикум	1
26.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
27.	Изучение базовых элементов классического танца на середине зала. Плие.	беседа практикум	1
28.	Изучение базовых элементов классического танца на середине зала. Батман тондю, жете.	беседа практикум	1
29.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
30.	Изучение базовых элементов классического танца на середине зала. Ронде де жамп портер.	беседа практикум	1
31.	Изучение базовых элементов классического танца на середине зала. Адажео, грант батман.	беседа практикум	1
32.	Партерная гимнастика.	беседа практикум	1
33.	Изучение базовых движений современного танца. Контракшен.	беседа практикум	1
34.	Импровизация.	беседа практикум	1

35.	Повторение базовых движений современного танца. Контракшен.	беседа практикум	1
36.	Контрольная точка.	беседа практикум	1
37.	Изучение базовых движений современного танца. Релиз.	беседа практикум	1
38.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
39.	Ритмика.	беседа практикум	1
40.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
41.	Повторение базовых движений современного танца. Релиз	беседа практикум	1
42.	Акробатика. «Колесо»	беседа практикум	1
43.	Изучение базовых движений современного танца. Рол ап.	беседа практикум	1
44.	Промежуточная аттестация. Импровизация.	беседа практикум	1
45.	Повторение базовых движений современного танца. Рол ап.	беседа практикум	1
46.	Изучение базовых движений современного танца. Рол даун.	беседа практикум	1
47.	Растяжка.	беседа практикум	1
48.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
49.	Повторение базовых движений современного танца. Рол даун.	беседа практикум	1
50.	Контрольные упражнения	беседа практикум	1
51.	Изучение базовых движений современного танца. Фледбег.	беседа практикум	1
52.	Акробатика. «Колесо».	беседа практикум	1
53.	Повторение базовых движений современного танца. Фледбег.	беседа практикум	1
54.	Партерная гимнастика.	беседа практикум	1
55.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
56.	Акробатика. «Мостик».	беседа практикум	1
57.	Изучение базовых движений современного танца. Дибоди бент.	беседа практикум	1
58.	Акробатика. Кувырок.	беседа практикум	1
59.	Повторение базовых движений современного танца. Дибоди бент.	беседа практикум	1

60.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
61.	Изучение базовых движений современного танца. Джек найв.	беседа практикум	1
62.	Растяжка.	беседа практикум	1
63.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
64.	Импровизация.	беседа практикум	1
65.	Изучение базовых движений современного танца. Свинг.	беседа практикум	1
66.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
67.	Портерная гимнастика.	беседа практикум	1
68.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
69.	Повторение базовых движений современного танца. Свинг.	беседа практикум	1
70.	Импровизация	беседа практикум	1
71.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
72.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
73.	Растяжка	беседа практикум	1
74.	Изучение базовых движений современного танца. Свинг в портере.	беседа практикум	1
75.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
76.	Портерная гимнастика.	беседа практикум	1
77.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
78.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
79.	Повторение базовых движений современного танца. Свинг в партере.	беседа практикум	1
80.	Растяжка.	беседа практикум	1
81.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
82.	Партерная гимнастика.	беседа практикум	1
83.	Изучение базовых движений современного танца. Слайд.	беседа практикум	1
84.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1

85.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
86.	Повторение постановочного номера.	беседа практикум	1
87.	Изучение постановочного номера.	беседа практикум	1
88.	Изучение базовых движений современного танца. Дропп.	практикум	1
89.	Повторение постановочного номера.	практикум	1
90.	Растяжка	беседа практикум	1
91.	Изучение постановочного номера.	практикум	1
92.	Изучение постановочного номера.	практикум	1
93.	Итоговая работа.	практикум	1
94.	Изучение постановочного номера.	практикум	1
95.	Партерная гимнастика.	практикум	1
96.	Повторение постановочного номера.	практикум	1
97.	Изучение постановочного номера.	практикум	1
98.	Изучение постановочного номера.	практикум	1
99.	Растяжка.	практикум	1
100.	Повторение постановочного номера.	практикум	1
101.	Репетиция постановочного номера.	практикум	1
102.	Итоговая аттестация. Показ постановочного номера.	практикум контроль	1

3. Методическое обеспечение программы

Актовый зал (фитнес зал):

Ноутбук

Колонки

Коврики гимнастические – 15 шт.

Методический портал:

Опыт и вдохновение с доставкой на дом. Мгновенно! (dancehelp.ru)

Реализация программы основывается на принципах учета индивидуальных способностей ребенка и его возможностей. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности и радости от преодоления трудностей. Занятия по программе проводятся в форме коллективных, групповых, индивидуальных занятий или репетиций. Построение хореографического занятия, как и любого учебного занятия, подчиняется таким условиям, как:

- сохранение структуры занятия в целом;

- соотношение соразмерной длительности его отдельных частей;
- правильное составление заданий;
- выдерживание динамичного темпа;
- создание комфортной атмосферы.

Специфические правила построения хореографического занятия:

- занятие начинается с чёткой организации - приветствия педагогу в форме поклона; такое начало занятия не дань традиции, не простая формальность, а ввод в учебное действие, концентрация внимания;
- все учебные задания предлагаются обучающимся без повторного объяснения, кроме новых изучаемых движений, что однозначно способствует лучшей работе внимания;
- все упражнения начинаются с *préparation*, который вводит в ритм и характер музыки и дает исходное положение для начала упражнения, а также фиксирует окончание каждого упражнения, то есть ставить исполнительскую точку;
- равномерно распределяется физическая нагрузка в течение всего занятия, соотносятся статические и динамические нагрузки;
- чередуется работа различных групп мышц и соотносится темп выполнения отдельных заданий.

4. Список литературы

1. Бекина С.И. Музыка и движение: пособие/ С.И. Бекина.- Москва: Артис, 2000 г.
2. Боттомер У. Учимся танцевать / У. Боттомер.- ЭКСМО-пресс, 2002 г.
3. Динниц Е.В. Джазовые танцы/ Е.В. Динниц. - ООО Издательство АСТ, 2004 г.
4. Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные балльные танцы: пособие/ Н.Кауль.- Ростов-на-Дону: Феникс, 2004 г.
- 5.А.А. Реан.- Санкт-Петербург, 2004 г
6. «Танцы» Люси Смит, Москва «Астель» 2001г.
- 7.С.С.Поляков «Основы современного танца» , Ростов-на-Дону «Феникс» 2006г
- 3.В.Ю.Никитин «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника»