

Управление образования и молодежной политики администрации
Павловского муниципального округа Нижегородской области

Муниципальное автономное общеобразовательное
учреждение средняя школа №9 с углубленным изучением
отдельных предметов г.Павлово

Рассмотрена и принята
на педагогическом совете
Протокол №1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____ Д.С. Соколов
« 30 » августа 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Ритмы планеты»

Возраст обучающихся: 11-14 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Балужева Ольга
Романовна, педагог дополнительного
образования

г.Павлово, 2024 г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмы планеты» разработана в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – формирование разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка.

Танцы создают эмоциональное равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Помимо всего прочего, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем. Обучение подростков танцу и развитие у них на этой основе творческих способностей требуют от руководителя кружка не только знания определенной соответствующей методики, но и предполагают наличие у него правильного представления о танце как художественной деятельности, виде искусства. Именно понимание природы танца позволяет педагогу более осмысленно и квалифицированно решать поставленные задачи. Танец – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких-либо словесных пояснений. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела».

Из этого следует, что в танце творческое воображение может развиваться эффективнее, чем в других видах детской музыкальной деятельности. На развитие творческого воображения особое воздействие оказывает и музыка. И происходит это, прежде всего в процессе ее восприятия, которому присущ творческий характер. В связи с этим становится очевидным творческий характер всех видов музыкальной деятельности, в том числе и танца. Еще раз следует упомянуть, что танцу присущ образность, сюжетность. Это придает ему черты драматизации и сближает его с сюжетно-ролевой игрой, которая по выражению Л.С. Выготского, является «корнем» любого детского творчества. Игровые особенности танца также характеризуют его как деятельность, благотворную для развития у подростков способностей. Таким образом, танец – вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у подростков творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца — музыки, движения и игры.

Актуальность программы. Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Направленность данной программы – художественная.

Программа по виду является модифицированной, по признаку – общеразвивающей.

Отличительная особенность программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Программа направлена на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение

допрофессиональных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России. В ходе занятий воспитанники не только научатся основным танцевальным элементам, но и смогут общаться на языке танца, станут увереннее в себе, заинтересуются танцами, как видом творческой деятельности, что будет способствовать их успешной адаптации в обществе.

Адресат программы. Данная программа рассчитана на возраст учащихся 11-13 лет. Набор учащихся в объединение свободный, независимо от национальной и половой принадлежности, социального статуса родителей (или законных представителей). Учебная группа формируется из учащихся предпочтительно одной возрастной группы, но возможен разновозрастной состав.

Рекомендуемое количество детей в группе – 15 человек.

Цель программы: Развитие творческих способностей подростков через включение их в танцевальную деятельность, а также формирование творческой личности посредством обучения детей языку танца, приобщение воспитанников к миру танцевального искусства, являющегося достоянием общечеловеческой и национальной культуры.

Задачи программы:

Предметные:

- формирование знаний о танцевальной культуре народов мира;
- изучение хореографического наследия русского народа;
- художественное просвещение детей, привитие им интереса к искусству танца;
- формирование необходимых исполнительских знаний, умений и навыков;
- развитие способностей каждого ребенка: воображения, фантазии, чувство ритма, музыкальная и двигательная память.

- формирование навыков самовыражения, импровизации через танцевальные движения.

Метапредметные:

- развитие творческих способностей, обучающихся;
- развитие умений коллективной и творческой деятельности;
- развитие выразительности и музыкальности исполнения (умение передать характер, стиль и манеру исполнения различных народных танцев);
- развитие эмоционально-волевых качеств.
- формирование знаний о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена).

Личностные:

- воспитание внимания, дисциплинированности, воли, самостоятельности;
- формирование сценической культуры, культуры поведения и общения;
- воспитание любви, уважения и бережного отношения к исконной культуре русского народа;
- воспитание уважительного отношения к национальным традициям других народов;
- воспитание чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- формирование нравственных представлений.

Объем и срок реализации программы, режим занятий.

Программа рассчитана на 1 год обучения учащихся в возрасте 11-14 лет (5-8 классы), но в случае необходимости может быть реализована в течение более длительного срока. Время, отведенное на обучение, составляет 68 часов в год, причем практические занятия составляют большую часть программы.

Занятия проходят 1 раз в неделю, продолжительность занятия 1 часа - 40 минут.

Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается 27 мая.

70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся. Это репетиции, подготовка к концертам.

Формы организации образовательного процесса

Формы занятий: Основными формами организации образовательного процесса являются индивидуальное и групповое творчество, межгрупповой обмен результатами танцевальной деятельности.

Основными формами проведения занятий являются:

- игровой;
- демонстрационный (метод показа);
- метод творческого взаимодействия;
- метод наблюдения и подражания;
- метод упражнений;
- метод внутреннего слушания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы руководитель предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми впечатлениями.

Приоритетные направления работы:

- Знакомство с историей танца, музыкальной грамотой;
- изучение элементов акробатики, аэробики, гимнастики, классического и народного танцев;
- знакомство с направлениями современного танца;
- постановка танцевальных номеров и участие в праздничных мероприятиях.

Для реализации данной программы, как показывает практика работы с подростками, необходимо учитывать некоторые особенности:

- возрастные особенности воспитанников;

- личные интересы и приоритеты воспитанников;
- потенциал группы в целом и каждого воспитанника отдельно;
- качество подготовки к моменту начала изучения предмета;
- происходящие в мире перемены.

Планируемые результаты освоения программы «Ритмы планеты».

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия.

Предметные результаты:

- у учащихся сформированы знания о танцевальной культуре русского народа и других народов;
- понимают и умеют различать разные стили и направления в современном танце, в современной музыкальной культуре.
- у учащихся привит интерес к искусству танца;
- сформированы необходимые исполнительские знания, умения и навыки;
- развиты необходимые для танцевальной культуры способности: воображение, фантазия, чувство ритма, музыкальная и двигательная память.

Метапредметные:

- развиты творческие способности обучающихся;
- развиты умения коллективной и творческой деятельности;
- развиты выразительность и музыкальность исполнения (умение передать характер, стиль и манеру исполнения различных народных танцев);
- развиты эмоционально-волевые качества, необходимые в танцевальной творческой деятельности;
- сформированы знания о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена).

Личностные:

- проявляют интерес к танцевальной культуре и истории своего народа, родной страны;
- у учащихся сформированы дисциплинированность, воля, самостоятельность;
- сформирована сценическая культура, культура поведения и общения;
- воспитание уважительного отношения к национальным традициям других народов;
- проявляют инициативу в организации праздников, концертов, выступлений и других форм танцевальной деятельности;
- оценивают собственную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;
- осознают ценность своей творческой деятельности для окружающих.

Формы контроля и аттестации

Для полноценной реализации данной программы используются **текущий и промежуточный виды контроля.**

В рамках текущего контроля проводится оценка теоретической и практической подготовки учащихся.

Формы текущего контроля теоретической подготовки: опрос, упражнение.

Формы текущего контроля практической подготовки: выступление на школьных праздниках, участие в школьных и районных концертах, конкурсах, фестивалях.

Формы и разделы текущего контроля по курсу «Ритмы планеты»

№	Разделы	Форма контроля
1	Танцевально-пластическая азбука	Упражнение, выступление
2	Современный танец	Упражнение
3	Составляющие характера танца	Упражнение
4	Движения в соответствии с характером музыки	Выступление
5	Понятие пространственных перестроений	Упражнение
6	Чтобы танец был красивым	Выступление. Итоговый концерт.

Результаты текущего контроля анализируются педагогом дополнительного образования по следующим уровням:

- высокий уровень;
- средний уровень;
- базовый уровень.

Формы и порядок проведения промежуточной аттестации.

В рамках аттестации проводится оценка теоретической и практической подготовки. Форма аттестации теоретической подготовки: *упражнения*. Практической подготовки – *итоговый концерт*.

Промежуточная аттестация учащихся проводится по итогам учебного года (май).

Промежуточная аттестация проводится самостоятельно педагогом дополнительного образования. Во время проведения промежуточной аттестации может присутствовать администрация школы.

Оценка, оформление и анализ результатов промежуточной аттестации.

Для определения уровня обученности учащихся по дополнительной общеразвивающей программе используется система оценивания теоретических знаний и практической подготовки учащихся.

Теоретическая подготовка проверяется через выполнение *упражнения* и фиксируется в оценочном листе. **Практическая часть** промежуточной аттестации – *итоговый концерт*.

Основным контрольно-измерительным материалом является итоговый протокол, в котором фиксируется суммарное значение теоретической и практической части прохождения промежуточной аттестации учащихся.

Протокол
результатов промежуточной аттестации, обучающихся по
дополнительным общеобразовательным общеразвивающим
программам МБОУ СШ №9 с углубленным изучением отдельных
предметов г.Павлово

20____/20____ учебный год

Объединение: _____

Год обучения _____

ФИО педагога _____

Дата проведения аттестации _____

Форма проведения _____

Форма оценки результатов аттестации: уровень (высокий, средний, базовый)

№ п/п	Ф.И.О. учащегося	Теоретическая	Практическая подготовка	Результат
		подготовка		Уровень аттестации
1.	Иванов И.	Высокий	Высокий	Высокий

Критерии оценки уровня подготовки учащихся:

- Высокий уровень - успешное усвоение программы более 70%
- Средний уровень - усвоение программы в необходимой степени от 50% до 70%
- Базовый уровень - успешное освоение программы менее 50%

Учебный план программы

Всего часов	В том числе теория	В том числе практика	Форма текущего контроля
68	17	51	<u>Теоретическая часть:</u> упражнения, опрос. <u>Практическая часть:</u> выступление на школьных праздниках, участие в школьных и районных концертах, конкурсах, фестивалях.

**Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмы планеты»
на 2024-2025 учебный год**

Комплектование групп проводится с 2 по 15 сентября 2024 года.

Продолжительность учебного года составляет 34 учебных недель. Учебные занятия в МБОУ СШ №9 с углубленным изучением отдельных предметов г. Павлово начинаются с 2 сентября 2024 г. и заканчиваются 27 мая 2025 г.

Учебные занятия проводятся во 2-ю смену (в соответствии с расписанием). Продолжительность занятий составляет 40 мин.

Каникулы: зимние каникулы с 30.12.2024 г. по 12.01.2025 г.; летние каникулы с 01.06.2025 г. по 31.08.2025 г.

В каникулярное время занятия в объединениях не проводятся. Во время каникул учащиеся могут принимать участие в мероприятиях в соответствии с планами воспитательной работы школы и классного руководителя.

Год обучения	Сентябрь					Октябрь				Ноябрь			Декабрь				Январь					Февраль			Март				Апрель				Май			Июнь	Июль	Август	Всего учебных недель/часов	
	02.09	08.09	15.09	22.09	29.09	06.10	13.10	20.10	27.10	10.11	17.11	24.11	01.12	08.12	15.12	22.12	29.12	05.01	12.01	19.01	26.01	02.02	09.02	16.02	02.03	09.03	16.03	23.03	06.04	13.04	20.04	23.04	04.05	11.05	18.05	25.05	01.06 – 30.06	01.07 – 31.07		01.08 – 31.08
1 год	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	К	К	К	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	П-1	К	К	К	34/34

Условные обозначения:

Промежуточная аттестация – 

Ведение занятий по расписанию – 

Каникулярный период – 

Проведение занятий не предусмотрено расписанием – 

Рабочая программа курса

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Постановка задач на новый учебный год.	1	1		
1 раздел. Танцевально-пластическая азбука (5 часов)					
2	Знакомство с основными элементами различных танцев. Отработка движений. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.	1	0,5	0,5	
3	Выбор танца к концерту ко Дню учителя. Рисунок танца, характер. Стиль его особенности.	1		1	
4	Разучивание разминки. Репетиционная работа: отработка элементов, движений, связок танца	1	0,5	0,5	<i>упражнения</i>
5	Разминка. Упражнение классического дренажа. Выступление в концерте ко Дню учителя.	1		1	<i>выступление</i>
6	Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.	1		1	<i>упражнения</i>
2 раздел. Современный танец (2 часа)					
7	Знакомство с танцем «Первая любовь» ко Дню матери. Изучение основных элементов вальса. Отработка основных движений	1	0,5	0,5	<i>упражнения</i>
8	Акробатика в современном танце. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца. Отработка связок. Отработка всего танца	1	0,5	0,5	<i>упражнения</i>
3 раздел. Составляющие характера танца (5 часов)					
9	Танцевальная импровизация. Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.	1	0,5	0,5	<i>упражнения</i>
10	Ритмика. Портретная гимнастика. Разучивание движений к танцу «Мюзикл»...	1		1	<i>упражнения</i>
11	Ритмика. Разучивание движений к танцу «Мюзикл». Подготовка к новогодним мероприятиям.	1		1	
12	Соединение движений к танцу «Мюзикл» воедино.	1		1	
13	Ритмика. Репетиция танца «Мюзикл». Прогон всех танцев	1		1	
4 раздел. Движения в соответствии с характером музыки (3 часов)					
14	Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая	1	0,5	0,5	

	Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки				
15	Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.	1	0,5	0,5	<i>упражнения</i>
16	Портретная гимнастика. Повторение танцев. Синхронность движений. Отработка четкости ритмичности движений.	1		1	
5 раздел. Понятие пространственных перестроений (5 часов)					
17	Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика.	1	0,5	0,5	
18	Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре). Разучивание движений к танцу.	1		1	<i>упражнения</i>
19	Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава. Разучивание движений к танцу.	1		1	<i>упражнения</i>
20-21	Соединение выученных движений в одну картинку стилизованного танца.	2		2	
6 раздел. Чтобы танец был красивым (13 часов)					
22	Подготовка танца к празднику 8 Марта Рисунок танца, характер. Стиль его особенности.	1		1	
23	Репетиционная работа: отработка элементов, движений, связок танца	1		1	<i>выступление</i>
24-25	Подготовка танца к празднику 9 Мая Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений. Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами»	2		2	
26	Репетиционная работа: отработка элементов, движений, связок танца	1	0,5	0,5	
27	Репетиционная работа: сольные и групповые комбинации. Рисунок танца, характер.	1		1	<i>выступление</i>
28	Выбор танца к итоговому концерту. Рисунок танца, характер. Стиль его особенности.	1	0,5	0,5	
29-32	Репетиционная работа: сольные и групповые комбинации. Рисунок танца, характер.	4		4	<i>упражнения</i>
33-34	Промежуточная аттестация. Итоговый концерт.	2		2	<i>Итоговый концерт</i>
Итого:		34	6	28	

Содержание программы курса

Занятие 1. Вводное занятие. Требования к знаниям и умениям учащихся кружка. Проведение инструктажа по технике безопасности. Постановка задач на новый учебный год.

1 раздел. Танцевально-пластическая азбука (10 часов)

Занятие 2. Знакомство с основными элементами различных танцев. Отработка движений. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца.

Практическая работа: Танцевальные шаги (с носка на пятку). Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие. Положения рук в паре, групповом танце.

Занятие 3. Выбор танца к концерту ко Дню учителя. Рисунок танца, характер. Стиль его особенности.

Практические занятия. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжками (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроением, из колонны в шеренгу обратно, из одного круга в два и обратно, продвижение по кругу.

Занятие 4. Разучивание разминки. Репетиционная работа: отработка элементов, движений, связок танца.

Практическая работа: Музыкально-практические упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки, шаг на месте, вокруг себя, вправо и влево.

Занятие 5. Разминка. Упражнение классического дренажа. Выступление в концерте ко Дню учителя.

Занятие 6. Ритмический тренаж: музыкальные пространственные упражнения.

Практическая работа: Танцевальные шаги (бытовые) в образах, например, оленя, медведя, лисы, зайца, птички, кошки. Умение выполнять и повторять ритмический рисунок.

2 раздел. Современный танец (4 часа)

Занятие 7. Знакомство с танцем «Первая любовь» ко Дню матери. Изучение основных элементов вальса. Отработка основных движений.

Практическая работа. Задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе.

Занятие 8. Просмотр видеофильмов или концертов детских ансамблей современного танца. Акробатика в современном танце. Отработка связок. Отработка всего танца.

3 раздел. Составляющие характера танца (10 часов)

Занятие 9. Танцевальная импровизация. Составляющие характера танца: мимика, жесты, танцевальные акценты и т.д.

Практическая работа. Умение импровизировать под музыку. Слушать и повторять за педагогом элементы танцев, с последующим самостоятельным показом.

Занятие 10. Ритмика. Портретная гимнастика. Разучивание движений к танцу «Мюзикл».

Практическая работа: Умение изобразить в танцевальном номере особенности и характер танца, создать особое настроение. Выразить образ в разном эмоциональном состоянии - веселья, грусти.

Занятие 11. Ритмика. Разучивание движений к танцу «Мюзикл». Подготовка к новогодним мероприятиям.

Занятие 12. Соединение движений к танцу «Мюзикл» воедино.

Практическая работа: Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться.

Занятие 13. Ритмика. Репетиция танца «Мюзикл». Прогон всех танцев.

4 раздел. Движения в соответствии с характером музыки (6 часов)

Занятие 14. Хороводный шаг: плавный хоровод, змейка с воротцами, движение хороводным шагом со сменой положения рук, не останавливая движений. Пружинящий шаг. Бег, галоп, поскоки.

Практическая работа: Музыкально-практические упражнения: плавный хоровод, змейка с воротцами, пружинящий шаг, бег, галоп, поскоки.

Занятие 15. Гимнастика. Упражнение «Улыбнемся себе и другу». Прослушивание музыкальных произведений «Вальс», классика.

Практическая работа: Отработка элементов танцевальных комбинаций. Сольные и групповые комбинации. Рисунок танца, характер. Стиль его особенности.

Занятия 16. Портретная гимнастика. Повторение танцев.

Практическая работа: Синхронность движений. Отработка четкости и ритмичности движений. Отработка элементов танцевальных комбинаций. Сольные и групповые комбинации. Рисунок танца, характер.

5 раздел. Понятие пространственных перестроений (10 часов)

Занятия 17. Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг, квадрат. Ритмика.

Классический тренаж: гранд плие по 1-й, 2-й, 5-й позиции (изучение сначала спиной к стене, затем лицом к опоре). Разучивание движений к танцу.

Практическая работа: Усложнение техники движений за счет ускорения темпа в комбинациях. Особое внимание уделяется исполнительской манере.

Занятия 18. Партерный экзерсис: упр. на натяжение и расслабление мышц тела, для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава.

Практическая работа: Соединение движений нескольких центров в различных ритмических рисунках. Использование различных ритмов в исполнении движений.

Занятия 19. Разучивание движений к танцу.

Практическая работа: Репетиционная работа: сольные и групповые комбинации. Рисунок танца, характер.

Занятия 20. Соединение выученных движений в одну картинку стилизованного танца.

Практическая работа: Репетиционная работа: сольные и групповые комбинации. Рисунок танца, характер.

6 раздел. Чтобы танец был красивым (26 часов)

Занятия 21-22. Подготовка танца к празднику 8 Марта Рисунок танца, характер. Стиль его особенности.

Практическая работа: Работа над образом, показывать танцевальные образы под выбранную музыку, умение перевоплотиться.

Занятия 23. Репетиционная работа: отработка элементов, движений, связок танца.

Практическая работа: Отработка основных технических навыков. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Дробные движения танца, настроение и характер.

Занятия 24-25. Подготовка танца к празднику 9 Мая.

Практическая работа: Классический тренаж. Разучивание отдельных элементов, движений. Соединение и постановка современного танца «Танец со свечами».

Занятия 26. Репетиционная работа: отработка элементов, движений, связок танца.

Практическая работа: Исполнение простых и сложных элементов танца. Умение импровизировать под музыку. Слушать и повторять за

педагогом элементы танцев, с последующим самостоятельным показом.
Умение работать в парах и группе.

Занятия 27. Репетиционная работа: сольные и групповые комбинации.
Рисунок танца, характер.

Занятия 28. Выбор танца к итоговому концерту. Рисунок танца, характер.
Стиль его особенности.

Занятия 29-32. Репетиционная работа: сольные и групповые комбинации.
Рисунок танца, характер.

Занятия 33-34. Промежуточная аттестация. Итоговый концерт.

Условия реализации программы

В основу программы положен принцип воздействия, производимый педагогом на воспитанника (обучающегося), представляющий ему выработать потребность найти свое место в жизни, развить свои способности и таланты. При составлении учебно-тематического плана учитывались возрастные психофизиологические особенности детей.

Материально-технические условия

Материальное обеспечение:

- Помещение для занятий – просторный актовый зал со сценой.
- Компьютер, проектор, экран.
- Звуковая аппаратура: динамики, микрофоны, колонки.
- Костюмы, сценический реквизит и декорации.

Методическое обеспечение:

- Музыкальная фонотека: классическая и современная музыка, театральные шумы и звуки, звуки природы, аудиотеатр.
- Видеотека: записи танцев, мюзиклов, балетов, спектаклей.

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Список литературы для педагога:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000
2. Ерохина О.В. Школа Танцев для детей/ Серия «Мир вашего ребёнка». – Ростов н/Дону: Феникс, 2003.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. СПб.: «Детство-пресс»

Оценочные и методические
материалы для промежуточной аттестации
учащихся и текущего контроля курса
«Ритмы планеты»

Упражнения на тему «Классический танец».

Упражнение «Экзерсис у станка и на середине зала».

- туры на 360 градусов (en dehors, en dedans).
- Упражнения в Epaulement. Attitude.
- Arabesque на 90 по 1 и 2 позициям.
- Pas de bourre.
- Allegro.
- Double assemble.
- Sissonne fermee.
- Pas glissade.

Экзерсис на середине зала: cortees на 90.

- Позы классического танца на 90 градусов. Позы соединяем в комбинации adagio
- Croisee на 90.
- Attitude croise – efface.
- Arabesques на 90.
- Temps lie на 90.
- Allegro.
- Grand chagement de pieds.
- Petit chagement de pieds.
- Pas glissade.
- Echappe.
- Jete , Pas assemble , Double assemble .
- - Saute, assemble, glissade, echappe, sisonne – с продвижением вперед в комбинациях.

Упражнения на тему «Народно-сценический танец».

Практика. Экзерсис у станка.

- Demi plie и Grand plie в характере русского танца.
- Battement tendu в испанском.
- Rond de jamb parterre в польском.
- Releve lend в русском.
- Battement frappe.
- Grand Battement jete.
- Высокое выстукивание.
- Моталочка
- Подбивка, отбивка.
- Голубец.

Экзерсис на середине:

- комбинации танцевальных шагов по кругу.
- «веревочка» двойная и простая, с переступанием на ребро каблука, с кавырялочкой.
- «ковырялочка» с продвижением и в воздухе.
- дробное выстукивания, «ключ».
- изучения основных ходов татарского танца, башкирского.
- Моталочка
- Подбивка, отбивка
- Голубец.

Упражнения на тему «Современная хореография».

Знакомство с движениями и комбинациями на основе новых стилей и направлений. Составление этюдов. Знакомство с импровизацией.

Модерн-джаз танец:

- закрепление основных понятий модерн-джаз танца.
- France, это движение служит для развития подвижности стопы и состоит из быстрой смены положений.
- Kick (пинок).
- Flat back.
- Deep body bend.
- side stretch.
- Twist или изгиб позвоночника; *curve, arch, twist topca, roll down, roll up.*
- Bodu roll.

Кросс:

- Шаги примитива; flat step, camel walk, latin walk.
- Шаги в мадерн-джаз манере.

Прыжки:

- Прыжки в уроке модерн-джаз танца используются в сочетании с шагами и вращениями;
- с двух ног на две (jump);
- с одной ноги на другую с продвижением (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop);
- с двух ног на одну.

Вращения:

- повороты, аналогичные *sotenu en tournan*. Зачастую при таком повороте происходит изменение уровня исполнения, т.е. поворот начинается из *demi plie* и заканчивается на полупальцах.
- Top chaine.

- Повороты на одной ноге.
- Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.
- Повороты на различных уровнях.
- Лабильные вращения.

Комбинации или импровизация:

- комбинации в партере;
- комбинации на основе движений заимствованных из модных стилей бытовой хореографии.

Приложение 4.

Упражнения на тему «Пластика и сценическое движение».

Тренинг развивающий:

1. Упражнение 1. Исходная позиция: ноги вместе, руки опущены вдоль тела.

Упражнение выполняется на восемь счётов в прыжках. На «раз» – ноги в стороны; на «два» – ноги вместе; на «три» – правая нога вперёд, левая назад, на «четыре» – ноги вместе; на «пять» – ноги в стороны; на «шесть» – ноги вместе; на «семь» – левая нога вперёд, правая назад; на «восемь» – ноги вместе.

Счёт для рук: на «раз» – правая рука на пояс; на «два» – левая рука на пояс; на «три» – правая рука на плечо; на «четыре» – левая рука на плечо; на «пять» – правая рука на затылок; на «шесть» – левая рука на затылок; на «семь» – правая рука выпрямляется по направлению вверх; на «восемь» – левая рука выпрямляется по направлению вверх.

Соединить движения рук и ног на восемь счётов.

2. Упражнение 2. Исходная позиция: нейтральная.

Потянуться правым ухом вправо, затем левым ухом влево.

Проконтролировать, чтобы взгляд был направлен вперёд, голова не поворачивается.

Упражнение 3. Исходная позиция: стопы на ширине плеч, параллельны.

Перекаты с пяток на носочки и обратно. Перекатившись на носочки, найти устойчивую позицию. Прокатившись на пятки, также удерживать устойчивое положение.

Упражнение 4. Исходная позиция: лёжа на спине.

Подобрать ноги к себе и выйти в «полумост». Не отрывая пятки от пола, максимально прогнуться вверх.

Упражнение 5. Исходная позиция: стоя на левой ноге.

Максимально оттолкнувшись, выпрыгнуть вверх и приземлиться на правую ногу. Правая стопа опускается на то место, где была левая. После прыжка – устойчивая позиция.

Тренинг пластический.

Цель пластического тренинга – воспитание чувства движения. Умение существовать непрерывно, мягко, плавно – качество необходимое будущему актёру. Пластический тренинг может проводиться как отдельными упражнениями, так и в комплексе упражнений, объединённых в одно упражнение.

Упражнение 1. Исходная позиция: нейтральная.

Вытягивающие и растягивающие движения в одном темпе. Темп выполнения один для всех занимающихся. Задача в непрерывности движения, при работе всего тела, а не локального его участия.

Упражнение 2. «Работа с импульсом». Исходная позиция: нейтральная.

Импульс (толчок), вынуждающий соответствующий участок тела двигаться в направлении от толчка. Пальцем кисти любой руки коснуться определенного участка своего тела – «задать импульс». Очень важно, чтобы тело мгновенно и «взрывно» отзывалось на это действие. Движение участка тела, получившего импульс, «гасится» до полной остановки. Это упражнение выполняется на трех уровнях: верхнем (стоя на ногах), среднем (положение приседа или полуприседа) и нижнем (на полу).

Сценические падения.

Подготовительные упражнения.

Упражнение 1. Исходная позиция: ноги на ширине плеч.

Сделать шаг правой ногой назад и потянуться руками и всем корпусом к прямой левой ноге. Мягко сесть на пол. Повторить упражнение с шагом назад левой ногой.

Упражнение 2. Исходная позиция: ноги на ширине плеч.

Правая нога заступает за левую ногу. Левая рука тянется к полу. Опираясь на руку и правую ногу, добиваемся, чтобы сначала пола коснулась голень левой ноги, затем бедро и только потом сесть на пол.

Поменять ногу. Левая нога заступает за правую. Далее повтор. Здесь важно, контролируя всё тело, последовательно опуститься сначала на голень, бедро и далее тазобедренный сустав.

Индивидуальная акробатика.

Упражнение 1. «Кувырок вперёд через голову». Исходная позиция: ноги широко расставлены (расстояние: две ширины плеч). Ладони на полу перед собой на ширине плеч. Ноги прямые.

Движение осуществляется вперёд с последующей группировкой. В группировке прокатиться через спину и встать на ноги.

Обратить внимание на следующее: точная исходная позиция, мягкость исполнения первой части элемента.

Упражнение 2. «Кувырок назад через голову». Исходная позиция: лежа на спине.

Поставить ладони на пол возле головы, подтягивая колени к плечам (группировка), прокатиться через спину. При этом перевести основной вес тела на руки. Ноги, выпрямляя в коленях, поставить на пол.

Обратить внимание на следующее: правильная плотная группировка и точность позиции рук.