

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного
образования «Центр детского творчества» городского округа город Мантурово
Костромской области

Одобрено:
На заседании пед.совета
1.09.2020

Утверждаю:
Директор _____
И.С. Егорова
1.09.2020



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
хореография «Непоседы»
к дополнительной общеразвивающей программе
МБОУ ДО ЦДТ
Возраст обучающихся 7-8 лет
Педагог дополнительного образования Смирнова С.В.

2020 год

РАЗДЕЛ 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа является дополнительной общеобразовательной, общеразвивающей, художественной направленности. Форма обучения очная с применением дистанционных технологий обучения для детей 7 - 8 лет сроком реализации на 1 год (отборочный).

Джаз - модерн танец – это своеобразный пласт в танцевальном искусстве, не похожий не на классический балет, не на балльные танцы. Как и все эти направления, он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом энергетикой.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время интерес к искусству хореографии неуклонно возрастает. Появляются новые современные танцевальные стили, которые очень привлекают детей. Модерн-джаз танец органически соединяет движения характерные для танцевальных систем – антагонистов, какими на первый взгляд являются джазовый танец и классический балет, это производная от различных современных танцевальных практик, которая позволяет обучающимся уверенно двигаться под любую музыку.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что расширяет представления учащихся о танцевальных стилях и направлениях, знакомит с историей джаз-модерна, формирует чувство гармонии, способствует укреплению физического здоровья.

Отличительной особенностью программы является деятельный подход к обучению для особого развития физических способностей: (шаг, прыжок, гибкость, пластичность), музыкальных данных (слух, ритм, музыкальность). Это требует от учащегося самостоятельности, внутренней свободы, оригинальности, выразительности в движении, и достижению ясности в осознании движения. Организация творческого процесса целиком и

полностью лежит на плечах педагога, который на всех этапах занятия является для каждого ученика помощником и творцом. Поэтому определяющим направлением творческого процесса программы является педагогика сотрудничества, в которой преподаватель является не авторитарным руководителем, а участвует в творческом процессе, наравне с ребенком, что создает особый психологический климат, способствующий раскрепощению учащихся, их сближению друг с другом и раскрытию их внутреннего мира. Сами принципы обучения и воспитания в коллективе построены так, что каждый воспитанник получает полную возможность творческой самореализации, приобретает навыки социально активной личности.

Данная программа является модифицированной. В основу составления данной программы была положена работа Василия Никита «Модерн – джаз: начало обучения».

Возраст обучающихся:

1 год обучения: возраст 7 –8 лет, тип группы – постоянная, количество обучающихся – 12-15 человек (4 группы).

Условия набора: все желающие дети, не имеющие базовый уровень хореографической подготовки.

Срок реализации программы: 1 год (отборочный).

Формы занятий: групповая.

Формы проведения занятий: учебные занятия, открытые занятия, концерты.

Режим занятий:

Общее количество часов в год:

1 год обучения – 36 ч.

Количество часов и занятий в неделю:

1 год обучения – по 1 ч, 1 раз в неделю.

Ожидаемый результат:

К концу года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

Знать:

- позиции и положения рук, ног, головы;
- понятия "isolation", "contraction", "release";
- раскачивание двух центров, без передвижения;
- основные уровни "стоя", "сидя", "лежа".

Уметь:

- выполнять упражнения на координацию движений рук и ног, свинговые упражнения;
- исполнять простые джаз - шаги, вращения, бег и прыжки;
- выполнять простой экзерсис в технике isolation.
- levelschange простые;
- выполнять комбинации шагов, соединенные с вращением, с изолированными движениями двух центров;
- исполнять джаз - бег и прыжки по квадрату, простые джаз - падения и подъемы, простые джаз - модерн композиции.

1.2. Цель и задачи

Цель данной программы: формирование активной, творческой личности, через изучение техники и манеры исполнения джаз-модерн танца.

Для осуществления поставленной цели решаются обучающие, воспитательные, развивающие задачи.

Обучающие задачи:

1. Познакомить с историей развития модерн-джаз танца, истоками джазового танца и формирования системы модерн танца.
2. Освоить основные принципы танца.
3. Овладеть техникой исполнения танца модерн- джаз.
4. Освоить принцип полицентриии - закон движения в джаз-танце.
5. Научить практическим навыкам сольной и контрактной импровизации.

Развивающие задачи:

1. Укреплять мышечный аппарат с помощью комплекса упражнений.
2. Развивать природные способности ребёнка (координацию, подвижность двигательного аппарата, ритмичность, свободу движения).
3. Развивать чувство ритма, динамику, выразительность, форму и стиль танца.
4. Развивать образное мышление и желание импровизировать.

Воспитательные задачи:

1. Прививать культуру исполнителя модерн-джаз танцев.
2. Воспитывать уважение к профессиональной деятельности других людей.
3. Прививать уважение к исполнительскому искусству других воспитанников.
4. Воспитывать трудолюбие и самодисциплину.
5. Формировать навыки коллективной работы и творческой дисциплины;

1.3. Содержание программы

Учебно – тематический план

1 год обучения(отборочный)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов		
		Всего	Теор.	Практ.
1.	Введение. История развития модерн-танца.	1	1	-
2.	Экзерсис на середине. Элементы в партере.	9	-	9
3.	Упражнения у станка.	8	-	8
4.	Кросс. Передвижение в пространстве	9	-	9
5.	Джаз – вращения. Комбинации.	9	-	9
	Итого:	36	1	35

Содержание программы

- 1. Введение . История развития модерн- танца.** Понятие модерн в наши дни. Современная хореография.
- 2. Экзерсис на середине. Элементы в партере.**

Теория. Объяснение: необходимость разминки и подготовки организма к сложным физическим и танцевальным упражнениям. Основы физиологии человека. Изучение положения суставов. Виды разминок, свойства разминки; последовательность проведения, используемый ритм и темп.

Практика. Комплексы изоляций. Разогрев с использованием различных Levels в соединении в единой комбинации. Разминка для стоп, коленей, тазобедренных суставов, контракция - расслабление, длинные линии, упражнения для укрепления мышц пресса и спины. Развёрнутые комбинации со сменой levels использованием contraction, releas, спирали и твиста торса, движений изолированных центров, движений позвоночника. Упражнения в партере: изучение положения суставов, твисты, растяжки, нетрадиционные способы передвижения-кувырки, перекаты, колёса и другие. Комбинации упражнений в различном темпе и ритме. «Настройка» тела через расслабление. Упражнения на полу. Падения и подъёмы.

3. Упражнения у станка.

Теория: знакомство с техникой выполнения упражнений.

Практика: *plie, battement tendu, jete, releve, rond de jam be par terre, pliereleve, Grand battement jete* по позициям ног: выворотные и параллельные. Переходы из параллельной позиции в выворотную и обратно. Комбинации. Растяжка.

4. «Кросс». Перемещения в пространстве.

Теория: знакомство с техникой выполнения упражнений.

Практика. Мультипликация и джаз шаги, джаз бег и прыжки, шаги со сменой направления и простыми вращениями, использование contraction и releas во время продвижения. Соединение шагов с изолированными движениями двух центров. Комбинации шагов с использованием шагов, смены уровней, прыжков, вращений, смены направления и элементами в партере. Игровые тренинги по теме; перемещения в группе.

5. Джаз-вращения. Комбинации.

Теория: знакомство с техникой выполнения упражнений.

Практика. Вращения переступанием на одной ноге - внутрь, в круг и наружу, из круга (понятия *endedans* и *endehors*). Вращения со сменой уровней (простые). Вращения со сменой плоскости и перемещением в

пространстве. Вращение с прыжком. Комбинации вращений с использованием смены levels, перемещениями и элементами в партере

РАЗДЕЛ №2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.2. Условия реализации программы

1. Материально – техническое обеспечение включает в себя наличие:

- оборудованного зала для занятий. В зале должны быть: зеркала, станок.
- Раздевалки для мальчиков и девочек, душевая;
- аудио и видео техника;
- специальной формы у обучающихся: у мальчиков – черные шорты и белая футболка, балетки, у девочек – черный купальник, черные лосины, белая юбка, балетки.
- сценических костюмов для концертных номеров.

2. Дидактический материал включает в себя наличие:

- методических разработок, литературы по хореографическому искусству;
- литературы по педагогике и психологии;
- методические видеоматериалы по современной хореографии.

3. Методы и технологии, используемые на занятиях реализуемой программы:

- **Наглядный метод.**

Наглядная подача материала самим педагогом, знакомство с новыми танцевальными движениями на основе видеоматериала, просмотр идеальных образцов танцевальной культуры.

- **Словесный метод.**

Объяснение правил выполнения движений с учетом возрастных особенностей детей.

- **Практический метод.**

Разучивание и проработка движений, закрепление путем многократного повторения, тренировка мышечной памяти.

- **Технология обучения в сотрудничестве.**

Технология обучения в сотрудничестве на уроках включает индивидуально-групповую работу. Учащиеся разбиваются на группы по несколько человек. Это чрезвычайно эффективная работа для усвоения нового материала каждым ребенком.

- **Здоровье сберегающие технологии.**

1. Организация работы с наибольшим эффектом для сохранения и укрепления здоровья;
2. Создание условий ощущения у детей радости в процессе обучения;
3. Мотивация на здоровый образ жизни;
4. Формирование у детей устойчивого понимания, что занятия хореографией – способ поддержания здоровья, развития тела.

- **Информационные технологии.**

1. Демонстрировать обучающий материал;
2. Накапливать и хранить фото-, видео-, аудио-файлы;
3. Менять темп, звуко - высотность музыкального произведения;
4. Производить монтаж, компоновку музыкального произведения;
5. Активно использовать доступ в глобальную сеть Интернет;
6. Эффективно осуществлять поиск и переработку информации;
7. Пользоваться почтовыми услугами Интернета;
8. Поддерживать контакты с коллегами и осуществлять деловое общение.

2.3. Формы аттестации

Система оценивания обучающихся включает в себя текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестацию. Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом. Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы в течение года обучения. Итоговая аттестация обучающихся осуществляется в конце обучения.

2.4 Календарно – тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теория	Практика
Сентябрь	1. Понятие модерн . Модерн в наши дни. Исполнители современной хореографии в Америке. 2. Комплексы изоляций. 3. Разогрев с использованием различных levels в соединении в единую комбинацию. 4. Разминка для стоп, коленей, тазобедренных суставов.	4	1	1 1 1
Октябрь	1. Контракция – расслабление, длинные линии, упражнения для укрепления пресса и спины. 2. Развернутые комбинации со сменой levels с использованием contraction, release. 3. Спирали, твист торса, движения изолированных центров, движения позвоночника. 4. Упражнения в партере: изучение положения суставов, твисты, растяжки.	4		1 1 1
Ноябрь	1. Комбинации упражнений в различном темпе и ритме. 2. Упражнения у станка: плие, батман тандю. Упражнения на полу. 3. Упражнения у станка: жете, релеве.	3		1 1 1
Декабрь	1. Мультипликация и джаз шаги. 2. Мультипликация и джаз шаги. 3. «Настройка» тела через расслабление.	5		1 1

	4. Закрепление пройденного материала. Промежуточная аттестация. 5. Упражнения у станка.			1 1 1
Январь	1. Падения и подъемы. 2. Упражнения на полу. 3. Вращения на одной ноге – внутрь, в круг и наружу.	3		1 1 1
Февраль	1. Соединение шагов с изолированными движениями 2-х центров. Игровые тренировки. 2. Вращения со сменой уровней. 3. Вращения со сменой уровней. 4. Комбинации шагов, смены уровней.	4		1 1 1
Март	1. Растяжка. Игровые тренировки. Перемещения в пространстве. 2. Растяжка. Игровые тренировки. Перемещения в пространстве. 3. Падения и подъемы. 4. Падения и подъемы. 5. Упражнения на полу.	5		1 1 1 1 1
Апрель	1. Игровые тренировки по теме. Перемещения в группе. 2. Комбинация шагов, смены уровней, прыжков, вращений. 3. Вращение с прыжком. 4. Комбинации вращений с перемещениями и элементами в партере.	4		1 1 1 1

Май	1. Игровые тренинги. Растяжка.	4		1
	2. Перемещения в группе.			1
	3. «Настройка» тела на расслабление.			1
	4. Упражнения в партере.			1
	Падения и подъемы.			1

2.5 Список литературы

1. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д. : Феникс, 2003.
2. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца / Никитин В, издательский дом «Один из лучших», Москва, 2006 г.
3. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец : История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М. : ГИТИС, 2000.
4. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М. :Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002.
5. Психология и педагогика. Схемы и комментарии. Издательство «Владос-пресс». – М., 2001.

