

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Москвы «Школа № 1514»
(ГБОУ Школа № 1514)

УТВЕРЖДАЮ



Директор

ГБОУ Школа № 1514

А.В. Белова

№ 2017 от «21» 08 2017 г.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

Направленность программы: художественно-эстетическая

«Современный танец»

Возраст детей, на которых рассчитана программа: 7-12 лет

Срок реализации программы: 2 года

Уровень программы: ознакомительный

Программу составили:

Пижонкова А.А.,

педагог дополнительного образования

Москва

2017

Пояснительная записка

Программа дополнительного образования «Современный танец» имеет художественно – эстетическую направленность.

В последние годы среди детей и подростков стало заметно проявление интереса к современной хореографии.

Хореография - это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, го эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус, помогают учащимся выплеснуть свою энергию, сбросить накопившийся негатив и одновременно с этим совершенствовать себя физически и научиться свободно двигаться и танцевать. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье.

С каждым годом по всей стране возрастает количество фестивалей, концертов, всевозможных конкурсов, театрализованных представлений – неотъемлемой частью которых является хореография. Эти мероприятия дают детям проявить свои способности, увидеть способности других и выявить таланты.

Новизна и актуальность данной программы.

Основным направлением программы является изучение танца Джаз-Модерн.

Танец Джаз – модерн - это своеобразный пласт в искусстве хореографии, не похожий не на классический балет, не на бальные танцы. Как и все эти направления, он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой. Прежде всего, джаз-модерн развивает пластику тела, гибкость, вырабатывает координацию, чувство ритма, музыкальность, силу и ловкость. Применение джазового танца в настоящее время достаточно многообразно: театральная практика, варьете и эстрада(мзиклы), кино. Танец

джаз - модерн органически соединяет движения, характерные для танцевальных систем – антагонистов, какими на первый взгляд являются джазовый танец и классический балет. Именно эта «всеядность» позволяет создать свой богатейший, выразительный язык движений, характерный именно для модерн-джаз танца.

В программу так же входит ознакомление с другими стилями и направлениями современной хореографии.

Цель программы – развитие танцевальных и творческих способностей детей. Развитие техники, мастерства и манеры исполнения. Воспитание музыкальности и повышение общего культурного уровня.

Задачи программы:

1. Овладение определенным запасом знаний, умений и навыков современного танца.
2. Познакомить с танцевальной техникой танца джаз – модерн и другими направлениями современной хореографии.
3. Соблюдать системность в процессе обучения (от простого к сложному).
4. Учитывать возрастные особенности учащихся.
5. Развивать общий эмоциональный фон учащихся, свободное общение, уверенность, силу духа.

Новизна программы состоит в том, что занятия сочетают в себе обучение основам современной хореографии с занятиями стретчингом и пластикой. Этот раздел программы является обязательным, так как хорошо и свободно владеть своим телом в танце может человек физически подготовленный, гибкий и достаточно пластичный. Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году воспитанники овладевают определенными хореографическими навыками и решают определенные задачи для достижения основной цели

Отличительные особенности программы.

Кроме освоения базовых танцевальных движений, обучающимся предоставляется возможность развивать свои творческие способности. Особое внимание уделяется импровизации, умению работать в группе. Обязательная часть программы – проведение открытых уроков и участие в концертной деятельности.

Возраст учащихся –7-11 лет

Срок реализации программы – 2 года

Формы и режим занятий

1-й год обучения – 2 раза в неделю по 1 часу.

2-й год обучения – 2 раза в неделю по 1 часу.

Методическое обеспечение программы

Методы обучения:

-объяснительно – иллюстративный;

-практический показ;

Методические приемы: беседа, конкурс на уроке (кто выразительнее и лучше сделает движение), сравнение.

Формы обучения: - занятия, постановка танцевальных номеров, репетиции в зале и на сцене в актовом зале. Прослушивание музыкального материала с комментариями педагога, просмотр видеоматериала.

Задачи 1 года обучения:

1. Развитие творческих способностей детей.
2. Изучение основных элементов танца (шаги, положения корпуса, головы, ног, рук, позы и т.д.).
3. Ознакомление с основными элементами современного танца.
4. Развитие пластичности, свободы и легкости движения.

Задачи 2 года обучения:

1. Совершенствование двигательных, танцевальных и творческих способностей детей.
2. Ознакомление с различными стилями современного танца.
3. Разучивание и исполнение более сложных движений и комбинаций танца джаз – модерн и других стилей современной хореографии.

Ожидаемые результаты и способы проверки.

К концу 1 года обучения:

- иметь общее представление об основах современной хореографии.
- научиться исполнять основные движения танца джаз-модерн.
- свободно и скоординировано исполнять разученные комбинации. Проверка результатов обучения после 1-ого года обучения определяется по итогам открытого урока в конце 1-ого полугодия, по выступлениям группы на концертах и запланированных мероприятиях.

К концу 2-ого года обучения:

- умение свободно двигаться и импровизировать в соответствии с музыкальным материалом.
- умение исполнять танцевальные комбинации современного танца - овладеть навыками группового танца на сцене.

Проверка результатов после 2-ого года обучения определяется по итогам открытого урока и выступлению группы на концертах, и мероприятиях школы и округа.

Учебный план

(1 год обучения)

№ п/п	Название темы	Всего	Теоретич.	Практич.
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Организационная работа	1	-	1
3.	Танцевальная культура	1	1	-
4.	Танцевально- музыкальные основы	8	2	6
5.	Партерная гимнастика	4	1	3
6.	Стретчинг	6	1	5
7.	Пластика	8	-	8
8.	Изучение основ современного танца	7	1	6
9.	Изучение основных движений джаз-модерн танца	4	1	3
10.	Прослушивание и обсуждение музыкального	1	-	1

	материала			
12.	Танцевальные композиции и концертные номера	3	-	3
13.	Повторение и отработка выученного материала	3	-	3
14.	Подведение итогов	1	1	-
	Итого:	48		

Учебный план
(2 год обучения)

№ п/п	Название темы	Всего	Теоретич.	Практич.
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Организационная работа	1	-	1
3.	Танцевальная культура	1	1	-
4.	Танцевально музыкальные основы	2	1	1
5.	Партерная гимнастика, прыжки, вращение	8	-	8
6.	Стретчинг	5	-	5
7.	Пластика	4	-	4
8.	Повторение пройденного материала	4	-	4
9.	Изучение нового материала по джаз-модерн танцу	8	1	7
10.	Изучение элементов и комбинаций в стилях джаз-модерн и хип-хоп	6	1	5
11.	Прослушивание и обсуждение музыкального материала	1	-	1
12.	Просмотр и обсуждение видео материала	1	-	1
13.	Танцевальные композиции и концертные номера	3	1	2
14.	Повторение и отработка выученного материала	5	1	4
15.	Подведение итогов	1	-	1
	Итого:	48		

Содержание программы

1 год обучения

1. Вводное занятие.

Знакомство с учащимися рассказ о предстоящей работе, техника безопасности на занятиях.

2. Организационная работа.

Организация прихода учащихся на занятия и ухода; поведение родительских собраний, организация дежурства до и после занятий; организация проведения открытых занятий и запланированных мероприятий.

3. Танцевальная культура.

Беседы об общей танцевальной культуре, истории хореографии, о направлениях и стилях мировой танцевальной культуры, о происхождении различных танцевальных направлений.

4. Танцевально- музыкальные основы.

Теоретическая часть: объяснение понятий правильной постановки корпуса, позиции рук и ног. Выразительности и точности движений; объяснение понятий музыкального ритма, темпа; рассказ о том, как строится музыкальное произведение (вступление, части, фразы, акценты).

Практическая часть: обучение исполнению движений в разном темпе, ритме, под разную музыку, работа над выразительностью и точностью исполнения движений.

5. Партерная гимнастика.

Проработка на полу положений ног – flex, point. Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям.

6. Стретчинг (растягивание).

Комплекс упражнений на растягивание отдельных групп мышц. Упражнения stretch-характера в положении лежа и сидя. Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя. Выходы на маленькие мостики.

7. Пластика.

Комплекс упражнений на развитие пластичности, гибкости тела, слитности и мягкости движений. Выполнение волнообразных движений туловищем, руками, плавные движения бедрами, круговые движения головой.

8. Изучение основ танца джаз-модерн.

Теоретическая часть: о характере и стиле исполнения движений.

Практическая часть: Основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр. Основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-роз; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз. Изолированная работа головы в положении стоя. Изолированная работа плеч в положении стоя. Изолированная работа рук в положении стоя. Изолированная работа грудной клетки в положении стоя. Изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя. Изолированная работа ног, стоп в положении стоя. В разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест. В разделе изоляция проучиваем новое понятие – квадрат. Использование разно ритмических музыкальных произведений при исполнении движений. Проучивание flat back вперед из положения стоя. Введение элементарных акробатических элементов:

- выход на большой мостик из положения стоя;
- стойка на лопатках «березка»;
- кувырки вперед, назад;
- перекаты.

9. Знакомство с основными стилями современного танца.

Теоретическая часть: рассказ о характере и стиле исполнения движений в стиле хип-хоп, хаус, латина и т.д.

Практическая часть: разучивание характерного положения тела в танце, разучивание основных танцевальных движений. Положение рук и ног. Разучивание танцевальных комбинаций и элементов в стиле джаз-модерн.

10. Прослушивание и обсуждение музыкального материала.

Прослушивание музыкальных произведений. Определения стилистики, жанра, музыкального размера, начало и конец музыкальной фразы. Выявить кульминационную часть. Сочинение художественного образа, после прослушивания материала.

10. Просмотр и обсуждение видео материала.

Просмотр видео материала: концертных выступлений известных государственных ансамблей, балетов отечественных и западных постановщиков, шоу-программ. Изучение биографии по видео материалу известных хореографов и артистов балета.

11. Танцевальные композиции и концертные номера.

Теоретическая часть: рассказ о правилах выступления на концертах. Симметричность и синхронность выполнения движений в группе.

Практическая часть: по мере изучения танцевальных движений в разных стилях, составляются композиции движений в группе. Композиции раскладываются на определенную музыку. Разучивается выход на площадку и уход. Композиции постепенно отрабатываются и усложняются. Разучивается одна основная композиция танца джаз-модерн.

12. Повторение выученного материала.

Повторение выученных элементов и комбинаций. Отработка движений, работа над манерой и характером исполнения.

Содержание программы

2 год обучения

1. Вводное занятие.

Рассказ о предстоящей работе, запланированных мероприятиях, техника безопасности на занятиях. Распределение обучающихся по группам.

2. Организационная работа.

Организация прихода учащихся на занятия и ухода; проведение родительских собраний, организация дежурства в зале до и после занятий; организация и проведения открытого урока и участие в запланированных мероприятиях.

3. Танцевальная культура.

Содержание темы раскрывается на занятиях по разучиванию основ танцевальных движений в беседах об общей танцевальной культуре, о направлениях и стилях хореографии, о происхождении различных танцевальных стилей.

4. Танцевально-музыкальные основы.

Теоретическая часть: закрепление понятий правильной постановки корпуса, позиций рук и ног, выразительности и точности движения. Так же закрепления понятий основ музыкальных знаний.

Практическая часть: закрепление и совершенствование исполнения движений в разном темпе, ритме под разную музыку. Отработка исполнительности и точности исполнения движений.

5. Партерная гимнастика.

Работа над стопами сидя на полу. Работа над организацией тела лежа на животе и спине. *Batman tendus* и *batman tendus jete* вперед с сокращенной ногой от колена, в положении лежа. Подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – point. *Grand batman* вперед, из положения, лежа на спине. *Grand batman* в сторону из положения, лежа на боку. *Grand batman* в сторону, назад из положения, стоя на четвереньках.

6. Стретчинг (растяжка).

Комплекс упражнений на растягивание отдельных групп мышц. Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону. Растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц. Упражнения stretch-характера из положения *frog-position* с использованием рук.

7. Пластика.

Комплекс упражнений на развитие пластичности, гибкости тела, слитности и мягкости движений. Выполнение волнообразных движений туловищем, руками, плавные движения бедрами, круговые движения головой.

8. Повторение пройденного материала.

Повторение пройденного материала за 1 год обучения, для дальнейшего изучения более сложных элементов и связок танца джаз-модерн.

9. Изучение нового материала по джаз-модерн танцу.

Теоретическая часть: о характере и стиле исполнения движений.

Практическая часть: Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса. Паховые и боковые растяжки. Flat back в сторону. Flat back вперед в сочетании с работой рук. Подготовка к пируэтам. Пируэты на 180 градусов со 2 позиции. Пируэты на 180 градусов с 4 позиции. Трехшаговый поворот по прямой. *Все упражнения разложены на четко ритмическом рисунке, свойственном джазовому танцу. Проучивание танцевальных этюдов на основе изученных движений.*

10. Изучение элементов и комбинаций разных стилей современной хореографии (джаз-модерн, хип-хоп).

Теоретическая часть: рассказ о характере и стиле исполнения движений в стиле хип-хоп, джаз, афро- джаз.

Практическая часть: разучивание характерного положения в танце, основных танцевальных движений, позиции рук, положения корпуса. Разучивание движений и танцевальных комбинаций в стилях хип-хоп, джаз и афро-джаз.

11. Прослушивание и обсуждение музыкального материала.

Прослушивание музыкальных произведений. Определения стилистики, жанра, музыкального размера, начало и конец музыкальной фразы. Выявить кульминационную часть. Сочинение художественного образа, после прослушивания материала.

12. Просмотр и обсуждение видео материала.

Просмотр видео материала: концертных выступлений известных государственных ансамблей, балетов отечественных и западных постановщиков, шоу-программ.

Изучение биографии по видео материалу известных хореографов и артистов балета.

13. Танцевальные композиции и концертные номера.

Теоретическая часть: рассказ о правилах выступления на концертах, праздниках и других запланированных мероприятий. Симметричность и синхронность выполнения движений в группе, расположение на площадке.

Практическая часть: по мере изучения танцевальных движений в разных стилях, составляются композиции движений в группе. Композиции раскладываются на определенную музыку. Разучивается выход на площадку и уход. Композиции постепенно отрабатываются и усложняются. Разучиваются две основные композиции, основанные на движениях танца джаз-модерн. И несколько связок в различных стилях современной хореографии (по желанию учащихся).

14. Повторение выученного материала.

Повторение выученных элементов и комбинаций. Отработка движений и танцевальных связок, работа над манерой и характером исполнения.

15. Подведение итогов.

Подведение итогов работы, анализ выступлений. Устный опрос по пройденному материалу. Определение уровня знаний и мастерства. Разбор ошибок на итоговом открытом уроке.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Для успешной реализации программы необходимо создание оптимальных условий для проведения занятий, достаточное методическое и материальное обеспечение. Исходя из этого, применяются следующие **формы организации занятий:**

Основная форма занятий - групповая.

В зависимости от способности учащихся может применяться индивидуально – групповая форма занятий, когда педагог уделяет внимание нескольким ученикам (как правило, отстающим) в то время, когда другие работают самостоятельно.

При разучивании композиций и подготовке к выступлениям применяется дифференцировано – групповая форма работы, когда учащиеся разделяются на небольшие группы в зависимости от способностей.

Структура занятий.

В основном занятия имеют комбинированную структуру, сочетая ознакомление с новым материалом, закрепление и совершенствование ранее изученных движений и комбинаций. После определенного этапа обучения проводятся занятия повторения.

Методы работы.

1. При организации образовательного процесса используются методы: наблюдение, убеждения, стимулирования, создание ситуации успеха для каждого ребенка.
2. Основой для совершенствования движений и воспитанию у детей необходимых двигательных навыков является воздействие музыки. Подбор музыкального материала для ведения танцевальных занятий играет большую роль.
3. Словесное объяснение используется на занятиях и включает в себя основные рабочие и профессиональные термины, точные определения.
4. Показ движений применяется педагогом для передачи ученикам характера движений. Показ помогает ученикам выразительнее, эмоциональнее и технически правильно исполнить любое движение, упражнение, танцевальные комбинации.
5. Поощрение. Необходимым в процессе обучения является поддержка учащихся педагогом. Поощрение может быть в виде устной похвалы, грамот, похвальных листов за участие в концертах и праздниках.

Список литературы:

1. Дополнительное образование детей: учебное пособие. Под ред. О. Е. Лебедева – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002.
2. Танец на эстраде. Шереметьевская Н. В. Изд. «Искусство» 1985.
3. «Классический танец» Н. Базарова.
4. «Модерн-Джаз танец» В. Никитин.
5. «Школа танца для юных» Бурмистрова И., Силаева К.

Список литературы для детей:

1. Володина О. В. Самоучитель клубных танцев.
2. Полятков С.С. Основы современного танца.