

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Руководитель ШМО
_____ Н.В. Эстрина
протокол № __ от «__» __ 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Советник по воспитанию
_____ Ю. А. Хритonenко
«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СШ №16»
_____ Н.Ю. Смирнова
Приказ № 45-од
от «31» августа 2023 г.

Рабочая программа кружка «Танцевальный дивертисмент»

муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Средняя школа №16»

Составитель:

Корнеенкова Лидия Александровна
(Ф.И.О.)

учитель первой квалификационной категории
(должность)

2023-2024 учебный год
Смоленск

Пояснительная записка

Современная хореография - интегральное понятие, включающее изучение одновременно несколько танцевальных стилей и техник хореографического искусства, способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость. Занятия по хореографии влияют на воспитание внимания, трудолюбия, собранности. Благодаря систематическому образованию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Доказано, что двигательные упражнения развивают мозг, позволяют выразить эмоции, реализовать энергию. Занятия современной хореографией развивают творческие способности, координацию движений, чувство ритма, воспитывает вкус. Развивается умение ориентироваться в пространстве, формируется правильная осанка и красивая походка.

В тоже время происходит развитие психических процессов : восприятия, внимания, воли, памяти, мышления и общее оздоровление. Пленителен мир танца. Он богат разнообразием стилей, каждый из которого находит либо своего танцора, либо зрителя, но никак не равнодушного к этому искусству человека.

Основу данной программы составляет:

- формирование устойчивого интереса к предмету «современная хореография»
- развитие свободной творческой личности учащегося,
- укрепление здоровья,
- сохранение и совершенствование традиций современного танца,
- подготовка двигательного аппарата учащихся к исполнению танцев,
- воспитание трудолюбия,
- воспитание исполнительской культуры.

Определение цели, задач и содержания программы основывается на таких важнейших принципах как последовательность и доступность обучения, опора на интерес, учет индивидуальных особенностей ребенка. Соблюдение этих принципов позволяет определить перспективы развития не только каждого обучающегося, но и танцевального коллектива в целом..

Цель программы: развитие творческой личности ребенка средствами танцевального искусства.

Задачи : привить детям любовь к современному танцу, сформировать их танцевальные способности с учетом индивидуальных возможностей, развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус.

Программа рассчитана на 4 лет. Возраст обучающихся: от 5 до 14 лет.

Режим занятий:

1 год обучения: 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часов;

2 год обучения: 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часов;

3 год обучения: 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часов;

4 год обучения: 2 раза в неделю по 2 часа – 144 часов;

Основная форма занятий – групповой урок.

Урок состоит из 3-х частей: подготовительной, основной и заключительной.

Программа предусматривает различные средства подготовки, повышения навыков на всех этапах обучения:

1. Общая физическая подготовка;

2. Общеразвивающие упражнения (ОРУ);

3. Хореографические упражнения;

4. Упражнения на равновесие, координацию;

5. Имитационные упражнения (подводящие);

6. Танцевальные движения согласно программе;

7. Музыкально-образные, сюжетные танцы.

Для улучшения качества обучения программа предусматривает различные формы и методы обучения.

Методы обучения

1. Словесные методы: объяснение; разъяснение; дискуссия, пример.

2. Практические методы: упражнение; тренировка; репетиция; игра.

3. Наглядные методы: демонстрация.

4. Методы стимулирования: соревнование, создание ситуаций успеха.

Формы обучения

Программа обучения включает в себя коллективные, групповые и индивидуальные формы обучения: урок, концерт, конкурс, мастер-классы, индивидуальное творческое задание, консультация.

Ожидаемые результаты по программе:

1 год обучения

- умеют прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;

- знают подготовительные танцевальные движения и рисунки;

- знают основные позиции рук и ног классического танца;

- знают основные позиции рук и ног современного танца, движения по возрасту;

- умеют исполнять простые танцевальные номера;

- проявляют творческие способности и способность к самоорганизации, самостоятельности.

2 год обучения

- умеют прямо и стройно держаться, свободно двигаться под музыку;

- знают основные подготовительные танцевальные рисунки и движения;

- знают основы классического танца;

- знают основы современного танца;

- умеют соединять движения ;

-умеют исполнять образные танцевальные номера, основанные на простых движениях;

-проявляют творческие способности.

3 год обучения

-свободно двигаются под музыку, соединяя сложные движения, координированы;

- знают танцевальные рисунки, ориентируются в пространстве;

- знают основы классического танца, современного.

-исполняют танцевальные этюды различных направлений в хореографии.

4 год обучения

- раскрепощены, артистичны;

- имеют представление о сюжетной линии танца, о правильности соединения движений;

- знают основы классического, современного танцев, их особенности, манеру исполнения;

- свободно исполняют танцевальные композиции.

Требования к уровню подготовки учащихся:

- Знать и понимать базовые термины по предмету;
- Уметь согласовывать свои движения с музыкой;
- Давать характеристику музыкальному и танцевальному материалу;
- Иметь представление о назначении и области применения хореографии;
- Выполнять движения на пластику, ритмику, с простейшей координацией;
- Осуществлять выбор движений на заданную музыку;
- Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Результаты обучения:

- 1) учащиеся выступают с концертными номерами на мероприятиях разного уровня;
- 2) принимают участие с танцевальными номерами в конкурсах разного уровня;

Учебно-тематическое планирование

Учебно-тематический план 1-го года обучения

Наименование разделов и тем	1 год		
	Теория	Практика	Всего
Общая и специальная физическая подготовка	2	14	16
Упражнения классификационной программы	4	24	28
Хореография	2	16	18
Подвижные игры	1	7	8
Беседы по технике безопасности	2		2
Итого			72

Учебно-тематический план 2-го года обучения

Наименование разделов и тем	2 год		
	Теория	Практика	Всего
Общая и специальная физическая подготовка	2	12	14
Упражнения классификационной программы	4	22	26
Хореография	2	13	16
Подвижные игры	1	7	8
Концертная программа	0	6	6
Беседы по технике безопасности	2	0	2

Итого			72
--------------	--	--	----

Учебно-тематический план 3-го года обучения

Наименование разделов и тем	3 год		
	Теория	Практика	Всего
Общая и специальная физическая подготовка	2	14	16
Упражнения классификационной программы	4	24	28
Хореография	2	18	20
Концертная программа	0	6	6
Беседы по технике безопасности	2	0	2
Итого			72

Учебно-тематический план 4-го года обучения

Наименование разделов и тем	4 год		
	Теория	Практика	Всего
Общая и специальная физическая подготовка	2	14	16
Упражнения классификационной программы	4	24	28
Хореография	2	18	20
Концертная программа	0	6	6
Беседы по технике безопасности	2	0	2
Итого			72

СОДЕРЖАНИЕ

1 год обучения

Знакомство с коллективом, правилами поведения в учреждении и на занятиях, беседа по технике безопасности. Знакомство с музыкально-ритмическими рисунками танцев: медленный вальс, ча-ча-ча, самба. Изучение основных хореографических позиций, стойки. Комплекс общеразвивающих упражнений: прыжки, ходьба на носках, пятках, бег на месте на носках, упражнения для рук, корпуса, головы, перенос веса. Подвижные игры под музыку.

Самба. Изучение основных шагов танца самба: пружинка на месте, баунс на месте, баунс в сторону, баунс вперед-назад. Исполнение основных шагов под счет и под музыку. Постановка корпуса, позиции рук и ног.

Ча-ча-ча. Основные движения и шаги танца ча-ча-ча: основное движение на месте, основное движение в сторону. Исполнение основных шагов под музыку и под счет. Постановка корпуса, позиции рук и ног.

Медленный вальс. Основные движения и шаги медленного вальса: квадрат малый, квадрат большой, поступательное движение вперед и назад. Исполнение основных шагов под счет и под музыку. Постановка корпуса, позиции рук и ног.

Проверка знаний и умений в форме открытых занятий и отчетного концерта коллектива.

2 год обучения

Проведение уроков по технике безопасности в учреждениях, на уроках и на различных мероприятиях. Комплекс общеразвивающих упражнений, упражнения на координацию и на выносливость: лодочка, уголок, книжка, прыжки на месте, бег на месте на носках.

Хореография: позиции рук и ног, изучение новых элементов. Постановка корпуса. Умение двигаться по залу. Постановка в пару.

Подвижные игры под музыку. Самба. Основные движения и шаги: пружинка на месте, баунс на месте, баунс в сторону, баунс вперед-назад. Добавление новых элементов и ритмов: самба-ход на месте, виск. Движения под музыку и под счет по одному и в паре.

Ча-ча-ча. Основные движения и шаги: основное движение на месте, основное движение в сторону. Изучение новых движений и ритмов: нью-йорк, тайм-степ, рука в руке, чек, спот-поворот, закрытое основное движение. Исполнение движений под музыку и под счет по одному и в паре. Медленный вальс. Основные движения и шаги медленного вальса: квадрат малый, квадрат большой, поступательное движение вперед и назад. Добавление новых движений:

перемена назад и вперед, развернутый квадрат, правый поворот, виск. Исполнение движений под музыку и под счет по одному и в паре. Квикстеп. Ознакомление с новым танцем квикстеп: ритм и основное движение. Исполнение основного движения под музыку и под счет по одному и в паре. Джайв. Ознакомление с новым танцем джайв: ритм и основное движение, перемена мест. Исполнение основного движения под музыку и счет по одному и в паре.

Построение и отработка несложных композиций танцев.

Проверка знаний и умений в ходе соревнований, открытых уроков и отчетного концерта.

3 год обучения

Проведение уроков по технике безопасности в учреждении, на уроках и на различных мероприятиях. Комплекс общеразвивающих упражнений, упражнения на координацию, выносливость и растяжку: лодочка, уголок, книжка, полушпагат, «лягушка». Прыжки на месте, бег на месте на носках. Хореография: позиции рук и ног, изучение новых элементов. Постановка корпуса. Умение двигаться по залу. Умение двигаться в паре, поклон в паре.

Самба. Повторение изученных ранее движений и ритмов. Добавление новых элементов и ритмов: левый поворот, вольта с продвижением влево и вправо, ботафого с продвижением вперед, назад, крисс-кросс. Движения под музыку и под счет по одному и в паре. Ча-ча-ча. Повторение изученных ранее движений и ритмов. Изучение новых движений: алемана, поворот под рукой вправо и влево, лок степ, три ча-ча, хип твист. Исполнение движений под музыку и под счет по одному и в паре. Медленный вальс. Повторение изученных ранее движений и ритмов. Добавление новых движений: правый спин-поворот, шассе, правый поворот с хизетейшн, наружная перемена, лок-степ вперед, лок назад, левое корте. Исполнение движений под музыку и под счет по одному и в паре. Квикстеп. Основные движение и шаги квикстепа: основной шаг, четвертной поворот направо, лок вперед. Добавление новых движений и ритмов: правый поворот, спин-поворот, поступательное шассе, лок назад, правый спин-поворот, типпл шассе. Исполнение движений под музыку и под счет по одному и в паре. Джайв. Основные шаги джайва: основное движение, перемена мест. Добавление новых движений и ритмов: «кик-болл-чейндж», смена рук за спиной, американский спин, «стоп-энд-гоу», звено. Исполнение движений под музыку и счет по одному и в паре. Построение и отработка композиций танцев.

Проверка знаний и умений в ходе соревнований, открытых уроков и отчетного концерта.

4 год обучения

Проведение уроков по технике безопасности в учреждении, на уроках и на различных мероприятиях. Комплекс общеразвивающих упражнений, упражнения на координацию, выносливость и растяжку: лодочка, уголок, книжка, полушпагат, «лягушка». Прыжки на месте, бег на месте на носочках. Хореография: позиции рук и ног, изучение новых элементов. Постановка корпуса. Умение двигаться по залу. Умение двигаться и взаимодействовать в паре.

Самба. Повторение изученных ранее движений и ритмов. Добавление новых элементов и ритмов: закрытые роки, «корта джака», «самба локи», «коса», «раскручивание с руки», поворот в три шага, роки назад, смена ног, крузадо локи. Движения под музыку и под счет по одному и в паре. Ча-ча-ча. Повторение изученных ранее движений и ритмов. Изучение новых движений: «правый волчок», «турецкое полотенце», спираль, «лассо», роулл спиннинг, керл, смена ног, «хоккейная клюшка», кубинские брейки, веер. Исполнение движений под музыку и под счет по одному и в паре.

Медленный вальс. Повторение изученных ранее движений и ритмов. Добавление новых движений: левый поворот, импетус поворот. Исполнение движений под музыку и под счет по одному и в паре. Венский вальс. Ознакомление с новым танцем медленный вальс: ритм, счет, основное движение и шаги. Исполнение основного движения под музыку и под счет по одному и в паре. Квикстеп. Повторение изученных ранее движений и ритмов. Добавление новых движений и ритмов: ви-6, пивот-поворот, плетение, правый спин-поворот, левый шассе поворот. Исполнение движений под музыку и под счет по одному и в паре. Джайв. Повторение изученных ранее движений и ритмов. Добавление новых движений и ритмов: «хлыст», «Ход (медленный и быстрый)», «Простой спин», «Раскручивание от руки», «Флики», «Перекрученная перемена мест слева направо», «цыплячий ход», «Левый хлыст», «Испанские руки», мельница, вишповорот, кик. Исполнение движений под музыку и счет по одному и в паре. Построение и отработка композиций танцев.

Список используемой литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.- М.: Рольф, 1999.
2. Диниц Е.В., Ермаков Д.А., Иванникова О.В. Азбука танцев.- М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2005.
3. Ермаков Д.А. От фокстрота до квикстепа.- М.: ООО «Издательство АСТ»; Донецк: «Сталкер», 2004.
4. Иванникова О.В. Латиноамериканские танцы: Румба и ча-ча-ча.- М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2005.
5. Машков А.В., А.М. Машкова и др. Спортивные танцы. – М., 2003.
6. Пин Ю. Пересмотренная техника исполнения латиноамериканских танцев. Джайв. – Лондон – СПб., 1996.
7. Пин Ю. С. Пересмотренная техника исполнения латиноамериканских танцев. Самба. – Лондон – СПб., 1996.
8. Пин Ю. С. Пересмотренная техника исполнения латиноамериканских танцев. Ча-ча-ча. – Лондон – СПб., 1996.
9. Пин Ю. С. Пересмотренная техника исполнения латиноамериканских танцев. Румба. – Лондон – СПб., 1996.
10. Пин Ю. С. Пересмотренная техника исполнения латиноамериканских танцев. Па-содобль. – Лондон – СПб., 1996.
11. Программы для учреждений дополнительного образования детей. Выпуск №12. – М.: ГОУ ЦРСДОД, 2004.

12. Смит Л. Танцы. Начальный курс.- М.: ООО «Издательство АСТ», 2001.
13. Орлова С.В., Салимгареева Е.Г. Теория и методика танцевального спорта. Учебно-методическое пособие.– Иркутск: ООО «Мегапринт», 2011.
14. Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции по проблемам развития танцевальных видов спорта.-М. 2003 г.