

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Петрозаводского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа №38»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы:

«19» июня


А.Г.Примаков
2020 г.

Рабочая программа по хореографии

«Красота и здоровье»

Возраст – 10 – 15 лет
Срок реализации – 3 года

Разработчик:
Антипенко Е.В.,
педагог дополнительного образования

Обсуждена и согласована на
методическом объединении
Протокол № 5
от «15» июня 2020 г.

Принята на
педагогическом совете
Протокол № 26
от «19» июня 2020 г.

Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Учебно-тематическое планирование.
3. Содержание изучаемого курса.
4. Методическое обеспечение
5. Список литературы.

Пояснительная записка

Данная программа является продолжением образовательной программы «Красота и здоровье», следующим этапом развития студии танца «Новый день», созданной на базе СОШ №38. За пятнадцать лет своего существования студия танца сформировалась, как единый творческий коллектив, в котором созданы условия для развития и самовыражения личности ребёнка, побуждения его к творческой деятельности.

Занятия в студии оказывают большое влияние на формирование внешней и внутренней культуры детей. Выдержка, выносливость, внимание к окружающим, доброжелательность – те черты характера, которые воспитываются у учащихся в процессе обучения и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни.

Занятия в студии проходят систематически, по установленному расписанию. Это обстоятельство влияет на качество обучения и развитие мастерства детей.

«Новый день» - коллектив, в котором уже есть свои традиции. Это - и общие праздники для детей и родителей, прогулки по городу, походы в кафе – мороженое, на выставки, в театр. Такие моменты дают возможность сплотить детей в коллективе, а также заинтересовать их родителей. Родители участников студии в свою очередь оказывают большую помощь руководителю в подготовке к различным мероприятиям.

Коллектив ведет активную творческую работу. За время существования в студии накоплен большой танцевальный репертуар. Дети обучаются таким направлениям хореографии, как основы классического, народного, современного танца. Все это отражается в разнообразии исполняемых танцевальных номеров. Появился основной концертный состав, который имеет свой репертуар и участвует не только в школьных, окружных, но и в городских мероприятиях.

Необходимость написания этой программы возникла потому в коллективе есть группы детей, которые уже закончили обучение по прежней программе. Теперь для их дальнейшего роста требуются новые знания, новый, более сложный материал.

Программа предусматривает преподавание по “восходящей спирали”, то есть каждый год в определенных темах мы возвращаемся к пройденному материалу на более высоком уровне.

Вторая часть программы рассчитана на 3 года и направлена на дальнейшее развитие и достижение еще более высоких результатов.

Цель и задачи программы.

Цель:

Развитие творческой личности, творческого мышления и творческой активности, как обогащение возможностей, заложенных в ребенке. Воспитание чувства Прекрасного через познание естественной природы движения.

Задачи:

Образовательные –

совершенствовать творческие способности.
решать постановочные и художественные задачи средствами сценической и пластической выразительности.

Развивающие –

развивать музыкально-ритмическую координацию, мышечное чувство, осанку, музыкально-двигательную память.
совершенствовать навыки и технику движения, пробудить образное мышление.

Воспитательные –

воспитать чувство ответственности, стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания, что в свою очередь требует организованности, активности, внимания.

воспитать личностные качества, такие как воля, целеустремленность, создать творческий коллектив единомышленников.

. сформировать осознанное отношение к занятиям.

Данная программа рассчитана на детей 10-15 лет.

Этот период жизни ребенка характеризуется, как **подростковый** период, главное содержание которого составляет переход от детства к взрослости. Все стороны развития подвергаются качественной перестройке. Возникают и формируются новые психологические образования. Появляются элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, отношений со взрослыми и товарищами, способов социального взаимодействия с ними, интересов, познавательной и учебной деятельности, содержания морально-этических норм.

Важное направление в развитии взрослости связано с развитием содержательных интересов и стремлением строить планы на будущее. Это стремление появляется как следствие желания что-то знать, что-то уметь делать «по-настоящему». Поэтому с развитием взрослости связаны и изменения в познавательной деятельности подростка, содержание которой выходит за пределы школьной программы. Такая деятельность может касаться науки, техники, искусства.

Особенностью этого возраста является любознательность, стремление к восприятию нового и интересного. На основе совпадения интересов устанавливаются контакты с товарищами, находят темы для разговора, интересные для них. Знания, их глубина и объем в подростковом возрасте становятся существенным критерием в оценке взрослого, своих сверстников и себя.

Учитывая вышесказанное) педагог должен помогать подростку в дальнейшем развитии через самовыражение, опираясь на его желание самостоятельно мыслить и принимать активное участие в образовательном и творческом процессе. В то же время в этот период как никогда важно внимательное и чуткое отношение к ребенку.

Актуальность этой программы в том, что в условиях созданной в СОШ№38 системы физического воспитания, образования и оздоровления школьников регулярные занятия хореографией способствуют более высоким показателям состояния здоровья детей. Многие из участников студии за время обучения были сняты с учета у ортопеда, перешли из специальных медицинских групп в основные.

Возможность заниматься хореографией на базе школы приветствуется родителями и детьми, потому что не все имеют возможность посещать городские учреждения дополнительного образования в других районах города.

Педагогическая целесообразность программы заключается в поддержке ребенка, укреплении его самооценки, создании условий для его успешности.

Танец оказывает большое влияние на формирование внешней и внутренней культуры человека. Занятия танцем органично связаны с усвоением норм этики, немислимы без выработки культурного общения между детьми.

Выдержка, выносливость, внимание к окружающим, доброжелательность – вот черты, которые воспитываются у учащихся в процессе обучения и становятся неотъемлемыми в повседневной жизни. Регулярность занятий дисциплинирует, помогает воспитывать характер человека, тренирует его волю, развивает умение общаться в коллективе. Занятия в студии позволяют решать проблемы социализации ребенка.

Основные принципы работы

Принцип сознательности и активности – предусматривает воспитание сознательного и заинтересованного отношения к занятиям и способности к самооценке своих действий.

Принцип наглядности – в процессе обучения используются различные приемы наглядности: прослушивание музыки, показ движений, словесный разбор средств музыкальной выразительности в сочетании с описанием техники движений.

Принцип доступности - требует постановки задач, соответствующих их возможностям.

Принцип воспитывающего обучения - формирование благоприятной культурной среды саморазвития и самовыражения ребенка.

Формы работы

Используются групповая и индивидуальная форма, а также работа с частью коллектива.

Формы проведения занятий.

- учебные занятия;
- открытые занятия;
- беседы;
- экскурсии;
- спектакли;
- концерты;
- конкурсы;
- фестивали.

Методы:

1. Словесный метод используется при беседе, рассказе, чтении книги, при анализе музыкального или художественного произведения.
2. Наглядный метод используется при показе репродукций, фотографий, видеоматериалов.
3. Практический – это упражнения, тренинг, репетиции, мастер-классы.

Формами оценки успешности овладения данной программой являются:

- наблюдение педагога за детьми во время индивидуального и группового исполнения;
- умение ребенка оценить ошибки и достижения участников творческого коллектива;
- личностная оценка результатов и объективная оценка результатов работы группы и коллектива в целом.
- полугодовые и годовые открытые уроки (декабрь, май), которые демонстрируют уровень освоения пройденного материала
- индивидуальные беседы
- анкетирование
- общение в коллективе
- общение с родителями (собрания, встречи)

Участие в концертах, конкурсах, фестивалях показывает положительные результаты занятий, развивает творческий потенциал детей, вызывает заинтересованность родителей.

Срок реализации программы 3 года

Режим работы:

- четвертый год обучения – 3 раза в неделю по 2 ч.
- пятый год обучения – 3 раза в неделю по 2 ч.
- шестой год обучения – 3 раза в неделю по 2 ч.

Учебно-методический план

4-й год обучения

Месяц	Тема занятия	Количество часов
Сентябрь	организационное собрание; ознакомление с правилами техники безопасности; повторение пройденного материала; репетиционная и постановочная работа- подготовка к Дню учителя.	24ч.
Октябрь	стрейчинг- упражнения на полу; уроки классического танца – новые комбинации движений у станка и на середине зала; уроки народного танца - веревочка с выносом ноги на каблук (позже с работой рук), Дробь с двойным ударом, Дробь "ключ отбой". Молоточки - удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге, на месте, в продвижении; уроки пластики – пружинные упражнения для рук, плавные для корпуса, маховые для корпуса и ног, пластические “вълны”. Постановочная и репетиционная работа; Беседы об искусстве.	24ч.
Ноябрь	уроки классического танца - battement frappe на 45, 4-е roue de bras ; уроки народного танца - дробная дорожка (мелкая непрерывная дробь).основные движения украинского танца, этюд на основе выученных движений; уроки пластики – упражнения на координацию; постановочная и репетиционная работа;	24ч.
Декабрь	подготовка к контрольному уроку; подготовка к новогодним выступлениям; открытый урок ; новогодний праздник для участников студии;	24ч.
Январь	уроки классического танца - roud de jamb en lair, арабески 1, 2, 3 на 45; уроки народного танца – лирические ходы и перестроения русского и украинского танца, работа рук; постановочная работа.	20ч.
Февраль	уроки классического танца – введение в экзерсис у станка поднятия на полупальцы; уроки народного танца – веревочка (разновидности); уроки пластики – создание художественного образа на заданную музыку;	24ч.

	постановочная и репетиционная работа.	
Март	подготовка к весенним праздникам; уроки классического танца – подготовка к пируэтам, jete с продвижением; уроки народного танца – бегунок, основные движения белорусских танцев; уроки пластики – комбинации на слитность движений; постановочная и репетиционная работа.	24ч.
Апрель	уроки классического танца –tour lent у станка уроки народного танца – вращения, этюды на основе выученных движений; уроки пластики – повторение пройденного, мастер класс по направлению современного танца. постановочная и репетиционная работа.	24ч.
Май	стрейчинг- упражнения на полу; уроки классического танца – повторение; уроки народного танца – повторение; постановочная и репетиционная работа; подготовка к контрольному уроку и отчетному концерту. выступления на Последних звонках у 9-х и 11-х классов.	24ч.
Итого:		212ч.

К концу четвертого года обучения дети получают следующие знания, умения и навыки:

обучающие –
владение танцевальной терминологией;
выполнение более сложных элементов классического и народного танца;

развивающие –
умение правильно владеть приемами музыкального движения, средствами пластики выражать задаваемый образ;

воспитательные –
умение сопереживать и помогать в творческом процессе.

5-й год обучения

Месяц	Тема занятия	Количество
-------	--------------	------------

		<i>часов</i>
Сентябрь	организационное собрание; ознакомление с правилами техники безопасности; повторение пройденного материала; репетиционная и постановочная работа- подготовка к Дню учителя.	24ч.
Октябрь	стрейчинг- упражнения на полу; уроки классического танца – grand battement с поворотом корпуса, pas ballote; уроки народного танца – основные движения молдавского танца, комбинации движений и этюды; постановочная и репетиционная работа; беседа об искусстве.	24ч.
Ноябрь	уроки классического танца – grand battement jete с быстрым developpe (мягкий батман), pas balance с продвижением вперед и назад; уроки народного танца – вращения из угла (блинчик) и на месте; уроки пластики - выразительность движений (ходьбы, бега, прыжков и др.) в зависимости от особенностей музыки; постановочная и репетиционная работа;	24ч.
Декабрь	подготовка к контрольному уроку; подготовка к новогодним выступлениям; открытый урок ; уроки пластики – комбинации и этюды, мастер класс по направлению современного танца. новогодний праздник для участников студии;	24ч.
Январь	уроки классического танца - tour lent на середине из 4-й позиции, комбинации adagio на середине; уроки народного танца – выстукивания, дробь, комбинации и этюды; уроки пластики - комбинации и этюды, работа над созданием образа; постановочная и репетиционная работа	24ч.
Февраль	уроки классического танца - grand battement ballone, petit battement на полупальцах; уроки народного танца- grand battement с tombe; уроки пластики- импровизация; постановочная и репетиционная работа	24ч.
Март	подготовка к весенним праздникам;	24ч.

	уроки классического танца – танцевальные комбинации; уроки народного танца – разучивание движений цыганского танца; уроки пластики – комбинации и этюды, мастер класс по направлению современного танца. постановочная и репетиционная работа	
Апрель	стрейчинг- упражнения на растяжку и силу мышц; уроки классического танца – повторение; уроки народного танца – повторение; постановочная и репетиционная работа;	24ч.
Май	повторение пройденного материала; подготовка к контрольному уроку и отчетному концерту. выступления на Последних звонках у 9-х и 11-х классов.	24ч.
Итого:		216ч.

К концу пятого года обучения дети получают следующие знания, умения и навыки:

обучающие –

овладение элементами современного танца;

участие в концертной деятельности;

совершенствование исполнительского мастерства;

развивающие –

умение выражать эмоционально-зримые образы музыки посредством танцевальных этюдов, композиций;

воспитательные–

умение строить взаимоотношения с педагогом и детьми в коллективе;

умение самостоятельно действовать и создавать;

6-й год обучения

Месяц	Тема занятия	Количество часов
Сентябрь	организационное собрание;	24ч.

	ознакомление с правилами техники безопасности; повторение пройденного материала; репетиционная и постановочная работа- подготовка к Дню учителя.	
Октябрь	стрейчинг- упражнения на растяжку и силу мышц; уроки классического танца – sissone tombe. уроки народного танца – основные движения венгерского танца, упражнения для корпуса и рук; постановочная и репетиционная работа; беседа о балетных композиторах.	24ч.
Ноябрь	уроки классического танца – танцевальные комбинации; уроки народного танца – танцевальные комбинации и венгерский этюд уроки пластики – комбинации и этюды, мастер класс по направлению современного танца. постановочная и репетиционная работа	24ч.
Декабрь	подготовка к контрольному уроку; подготовка к новогодним выступлениям; открытый урок ; уроки пластики – комбинации и этюды, посещение открытых уроков младших групп; новогодний праздник для участников студии;	24ч.
Январь	уроки классического танца – комбинации на основе пройденного материала уроки народного танца – повороты на 360 в прыжке, работа рук в испанском танце; уроки пластики – импровизация; постановочная и репетиционная работа	24ч.
Февраль	уроки классического танца – комбинации на основе пройденного материала уроки народного танца –испанские выстукивания; уроки пластики – мастер класс по направлению современного танца. постановочная и репетиционная работа	24ч.
Март	уроки классического танца – усложнение ранее изученных комбинаций; уроки народного танца – соединение работы головы, рук и ног в исполнении комбинаций испанского танца; уроки пластики – работа над созданием образа;	24ч.

	постановочная и репетиционная работа	
Апрель	стрейчинг- упражнения на растяжку и силу мышц; уроки классического танца – повторение; уроки народного танца – повторение; постановочная и репетиционная работа;	24ч.
Май	повторение пройденного материала; подготовка к контрольному уроку и отчетному концерту. выступления на Последних звонках у 9-х и 11-х классов.	24ч.
Итого:		216ч.

К концу шестого года обучения дети получают следующие знания, умения и навыки:

обучающие –

совершенствование исполнительского мастерства;
умение работать с музыкальным материалом;

развивающие –

умение владеть элементами сценического действия как средствами выражения своих мыслей, чувств и физических ощущений;

воспитательные-

умение общаться в коллективе, проявлять творческую инициативу;
- умение доказывать свою точку зрения на обсуждаемую тему, правильно оценить увиденный художественный результат.

Содержание изучаемого курса

Содержание изучаемого курса

1. Стрейчинг. (упражнения на полу).

Занятия стрейчингом дают возможность укрепить и растянуть мышцы, развить гибкость, выворотность, подготовить детей к правильному исполнению танцевальных движений.

2. Основы классического танца.

Основой хореографии является классический танец. Именно он позволяет сохранить чистоту, пластику, мастерство исполнения. Классический танец дает

правильную постановку корпуса, головы, рук, ног. Обучение основам классического танца прививает учащимся чувство формы, хореографическое образное мышление, художественный вкус.

3. Основы народного танца.

В процессе обучения основам народного танца учащиеся развивают суставно-связочный аппарат, эластичность и силу мышц, координацию и выразительность движений, постигают характер, стиль и манеру народных танцев.

4. Уроки пластики и современных направлений хореографии.

Освоение техники пластического движения и сценического мастерства формирует расширенное представление об искусстве и стиле "свободного" пластического танца "модерн" и последующих танцевальных направлений.

Занимаясь пластическим танцем, ребенок знакомится с шедеврами танцевального, музыкального, художественного искусства. Накопление опыта восприятия высокохудожественных произведений различных видов искусства и развитие эмоциональной отзывчивости на них является необходимым условием формирования основ танцевальной культуры детей.

Творческие способности детей формируются в опоре на развитие эстетического сознания - эстетических эмоций, чувств, интереса, вкуса, потребностей, представлений о красоте движения, звука, линии, цвета, формы. Именно в детстве у детей формируются эталоны красоты, накапливается опыт деятельности, от которого во многом зависит их последующее общее развитие.

5. Постановочная и репетиционная работа.

Постановочная работа играет огромную роль в формировании хореографического коллектива. Эта работа включает в себя не только постановку танцев, но и разучивание движений, танцевальных комбинаций, этюдов, что дает возможность развивать танцевально-техническую память, эмоциональное исполнение разножанровых танцев. Постановка танцев является итогом всей работы коллектива. Репетиции танцевальных номеров, подготовка к выступлениям дают возможность добиться более отточенного и более выразительного исполнения танца. Чем лучше отрепетирован и отработан танец, тем увереннее дети чувствуют себя на сцене.

Методическое обеспечение

Для реализации данной программы необходимы следующие условия:

- Специальный хореографический зал, оборудованный станками и зеркалами, имеющий хорошее освещение;
- Для проведения занятий по классическому и народному танцу необходим аккомпанемент (фортепьяно). Нагрузка аккомпаниатора определяется количеством часов классического и народного танца в учебном плане;
- Для проведения занятий современного и пластического танца, репетиций танцевальных номеров и выступлений требуется музыкальный центр.

Формы подведения итогов:

1. Контрольный урок.
2. Открытый урок.
3. Постановка и показ этюдов.
4. Танцевальные комбинации.
5. Постановка танцевального номера.

Итог работы данной программы – создание единого творческого коллектива, как среды для развития и самовыражения личности ребёнка; побуждение его к творческой деятельности, а также формирование у него общей музыкально-хореографической культуры, навыков основами классического, народного и эстрадного танца, совершенствование танцевальной техники, общее физическое развитие.

Результат деятельности коллектива — пополнение танцевального репертуара, участие в концертах, фестивалях, конкурсах.

Список литературы

1. Базарова Н. П. Классический танец/ Н.П. Кузнецов - Л.: Искусство,1975. – 184 с.
2. Буренина А. И.Ритмическая пластика/ А.И. Буренина. – СПб.: Камертон.,2000 – 200 с.
3. Захаров Р. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта/ Р.Захаров. - М.: Искусство, 1954. – 224 с.
4. Константиновский В. Учить прекрасному/ В. Константиновский – М.: Молодая гвардия., 1973. – 176 с.
5. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца/ В.Костровицкая А.Писарев – Л.: Искусство, 1986. – 262 с.
6. Кох И.Э., Основы сценического движения/ И.Э. Кох. – Л.: Искусство, 1970. – 240 с.
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца/ Г.П. Гусев. – М.: Владос, 2002. – 208с.
8. Петрова О.О., Умнова Т.В. Возрастная психология – Ростов-на- Дону: Феникс, 2005. – 224с.
9. Преображенская-Николаенко Т.С. Авторская система пластики “Школа гармоничной Пластики и Танца”/ Т.С.Преображенская – Николаенко// Танец, - 1997. - №1. – С. 27-38
10. РотерсТ.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика/ Т.Т. Ротерс – М.: Просвещение, 1989. – 175с

Литература для учащихся:

1. Г.Х.Андерсен «Сказки» (любое издание)
2. Легенды и мифы Древней Греции (любое издание)
3. Книги о творчестве композиторов классической музыки
4. Альбомы по искусству (живопись, скульптура)