МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ

«КУЛЬТУРНО – ДОСУГОВЫЙ ЦЕНТР»

МУХИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

(МКУК «КДЦ» ММО)

УТВЕРЖДЕНА

Главой администрации

Жилочкиной С.В

Приказ № от \_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор МКУК «КДЦ» ММО

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.В. Евсюнина

ПРОГРАММА

СОВРЕМЕННАЯ ХОРЕОГРАФИЯ

«МАНДАРИНКА»

Возраст обучающихся: 10 - 14 лет

Срок реализации: 3 года

Автор программы: Евсюнина О.В

Мухино

2020 год

**Пояснительная записка**

Хореография, являясь одним из синтетических видов творчества, включает в себя основы различных видов искусств: музыкального и театрального, декоративно-прикладного и художественного творчества, современного эстрадного танца и пластики. Занятия танцами способствуют не только развитию внешних данных ребенка, но и формированию его внутреннего мира. Искусство танца - искусство коллективное.

Программа «Современная хореография» - это программа обучения, посвящённая развитию и коррекции физических качеств детей, раскрытию их творческих способностей средствами хореографического искусства. Программа имеет художественно-эстетическую направленность.

Главное отличие и новизна данной программы состоит в том, что дети с 10 лет принимаются в коллектив без предварительного отбора с целью использования компенсаторных возможностей детей в подростковом возрасте. Как правило, в хореографические коллективы набираются физически здоровые дети, которые имеют: развитой музыкальный слух, чувство ритма, физические и внешние данные. Практика последних лет показала, что среди детей, пришедших в танцевальный коллектив, распространены такие болезни, как сколиоз, косолапее, плоскостопие, нарушение координации движений, нервной системы. Реализация данной программы дает ребенку возможность раскрыть себя в танце под музыку, укрепить здоровье, культурно обогатиться и развиться. В этом и заключается актуальность и целесообразность программы.

Цель программы:

* развитие танцевальных способностей, детей и любви к хореографическому искусству с помощью народно-сценического и современного танца.

Задачи программы:

* формировать специальные знания, умения и навыки в области хореографического искусства;
* укреплять физическое состояние детей;
* способствовать формированию общего культурного уровня развития воспитанников, развитию чувства прекрасного через соприкосновение с миром музыки, хореографии, фольклора;
* воспитывать в детях настойчивость, целеустремлённость, дисциплинированность, трудолюбие, коллективизм, толерантность.

Отличительной особенностью программы «Современная хореография» является её ориентированность и направленность на занятия с детьми, не имеющим ярко выраженной склонности к занятиям хореографией, имеющим некоторые проблемы физиологического развития.

Программа является долговременной, так как рассчитана на 3 года. Комплексной, так как направлена не только на постижение искусства танца, овладение его выразительными средствами, но и на воспитание ребенка, его художественного вкуса, индивидуальности, коррекцию недостатков психофизического развития.

Данная программа предназначена для занятий детей школьного возраста, принятых в хореографический коллектив без специального отбора.

В группе занимаются дети 10-14 лет. Продолжительность занятий 1 раз в неделю по 1 часу.

Каждый год обучения предполагает свой минимум специальных знаний, умений и навыков, овладев которыми дети переходят на следующий, более сложный этап.

Ожидаемый результат данной образовательной программы – подготовка детей к концертно-сценической деятельности. После двух лет обучения дети приобретают статус концертной (творческой) группы и совершенствуют свои навыки. Систематические занятия современной хореографией обеспечат формирование духовно богатой, свободной, физически здоровой, творчески мыслящей личности, способной адаптироваться к условиям современной жизни, воспитание потребности в непрерывном совершенствовании и самообразовании, осознание ее общественной и личностной значимости, т.е. максимальноеразвитие личности.

Реализация программы обеспечит эффективные сдвиги в совершенствовании спортивной подготовки детей. Овладение хореографическим искусством поможет достичь художественного совершенства в исполнении творческих программ, так как очарование выступления детей не только в сверкающей технике, но и в стремлении через нее и музыку, сопровождающую движение, передать зрителям поэзию человеческих чувств. Все это в конечном итоге повлияет на результативность выступлений.

**Прогнозируемые результаты и способы их проверки**

|  |  |
| --- | --- |
| Год обучения | Требования по завершению этапа |
| 1-ый год | Дети должны знать о понятии танцевального искусства, его влиянии на физическое развитие; понятия и элементы современного танца. Овладеть основными навыками азбуки современного, народно-сценического и джаз- модерн танца. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, владеть движениями стоп. |
| 2-ой год | Дети должны знать понятие танцевальной композиции, ее структуры; танцевальный темп и его роль в хореографии; выполнять все простейшие элементы, современного и народно-сценического танца, совмещать танцевальные движения и реализовывать их в танцевальной композиции под любой музыкальный темп, владеть навыками актерского мастерства. |
| 3-ий год | Дети владеют современным экзерсисом, элементами народно-сценического танца, джаз-модерн танца. Исполняют хореографические номера в репетиционных и концертных вариантах. |

**Формы подведения итогов**

Диагностика специальных хореографических способностей – в течение года

Концертная деятельность, участие в конкурсах - в течение года

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Год обучения** | **Кол-во**  **часов в неделю** | **Количество часов** | | | **Кол-во**  **детей** | **Возраст детей** |
| всего | теория | практика |  |  |
| 1 | 1 | 1 | 48 | 8 | 40 | 6 | 10-14 |
| 2 | 2 | 1 | 48 | 8 | 40 | 6 | 10-14 |
| 3 | 3 | 1 | 48 | 8 | 40 | 6 | 10-14 |

**Содержание первого года обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Количество часов** | | | **Теоретическое содержание** | **Практическая работа** | **Прогнозируемый результат** | **Воспитательный аспект** |
| Теория | Практика | Всего |  |  |  |  |
| Ритмическая гимнастика | 1 | 8 | 9 | Знакомство с понятием «музыкальный размер» 2/4, 4/4, с ритмом и темпом музыки | Постановка корпуса, головы; упражнения для рук, для плеч, для корпуса, ходьба, шаг, бег, подскоки,, притопы, прыжки, хлопки; комбинированные упражнения | Через образное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, ног, спины, увеличить степень подвижности суставов, укрепить мышечный аппарат, ориентироваться в зале, выполнять команды | Воспитание в ребенке целеустремленности, выносливости, жизнерадостности, трудолюбия, пунктуальности |
| Партерная гимнастика | 2 | 8 | 10 |  | Комплекс упражнений для коррекции осанки, нарушений свода стопы. Упражнения, направленные на растягивание связок в тазобедренном суставе, а также позволяющие растянуть подколенные связки ног и суставов, развивающих подвижность | Через образное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, ног, спины, увеличить степень подвижности суставов, укрепить мышечный аппарат. Дети выполняют простейшие партерные экзерсисы |
| Элементы народно-сценического танца | 1 | 8 | 9 | Знакомство с основными понятиями народно-сценического танца, манеры их исполнения, основы актерского мастерства | Топающий шаг, приставной шаг, переменный шаг тройной шаг, шаг польки, вальсовая дорожка, шаг-подскок, ковырялочка | Исполнение базовых элементов народно-сценического танца. | Развитие у детей интереса к народно-сценическому танцу, привить чувство красивого и возвышенного, развитие сознательного вдумчивого отношения к занятиям |
| Элементы джаз-модерн танца | 2 | 8 | 10 | История возникновения джаз-модерн танцев. Джаз-модерн танец в театральном искусстве (под танцовка к театральным номерам - учитывать характер персонажа и драматическую ситуацию). Терминология современной хореографии. | Джаз-модерн танец в сочетании с вокалом (двигаться и петь одновременно- контролировать дыхание). Выполнение творческих заданий.  Направления и виды современных танцев (латино-американские танцы, бродвейский джаз, стэп, и т.д.).  Выполнение танцевальных шагов по квадрату. Прыжки на месте и в продвижении. Выполнение танцевальных элементов на полу пальцах, например повороты или батманы.  Умения двигаться под динамичную музыку. | Выполнение упражнений, качественная отработка каждого танцевального элемента (парные элементы, танцевальные упражнения на полу -перекаты, стойки, вертушки, несложные перевороты на спину. Умение передавать репертуар зрителю. | Развитие у детей интереса к джаз-модерн танцу; формировать чувство ритма, умение слышать музыку, чувствовать темп и ритм, двигаться в такт с музыкой; способствовать развитию артистизма и эмоционального восприятия в танце |
| Современный танец | 2 | 8 | 10 | Понятие танцевальной композиции, репертуара. | Изучение танцевальных комбинаций, соединение их в танцевальную композицию. | Умение передать репертуар зрителю. | Развитие артистичности (перевоплощение в разные образы), воображения, взаимодействия друг с другом. Развитие техники и артистизма исполнения. |
| ИТОГО | 8 | 40 | 48 |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание второго года обучения** | | | | | | | |
| **Разделы** | **Количество часов** | | | **Теоретическое содержание** | **Практическая работа** | **Прогнозируемый результат** | **Воспитательный аспект** |
| Теория | Практика | Всего |  |  |  |  |
| Ритмическая гимнастика | 1 | 8 | 9 | Беседы о музыке и искусстве, понятия о хореографии | Совершенствовать умения анализировать форму и содержание музыкального произведения, слышать и видеть разнообразные варианты исполнительской интерпретации через восприятие изменения характера музыки | Развитие музыкальности, формирование восприятия музыки, развитие чувства ритма и лада, обогащение музыкально-слухового представления, совершенствованное выполнение всех видов движений | Воспитание умения вести себя в группе во время движения со сверстниками, формирование чувства такта |
| Партерная гимнастика | 2 | 8 | 10 |  | Исполнение движений в положении лежа на полу. Движения на закрепление мышц, спины, выворотности, на развитие гибкости. Упражнения на развитие шага, различного вида шпагаты. Упражнения, корректирующие физические недостатки, Упражнения, направленные на растягивание связок в тазобедренном суставе, а также позволяющие растянуть подколенные связки ног и суставов, развивающих подвижность. Растяжка | Развитие выворотности, гибкости, растяжки у учащихся; четкое и грамотное исполнение упражнений, знание простейших партерных экзерсисов | Воспитание в ребенке целеустремленности, выносливости, жизнерадостности, трудолюбия, сознательное управление мышцами тела |
| Элементы народно-сценического танца | 1 | 8 | 9 | Знакомство с основными понятиями народно-сценического танца, манеры их исполнения | Припадания по VI, III позиции ног, переменный ход с ударом, верёвочка, присядки, простейшие дроби, дробный ключ | Исполнение элементов народно-сценического танца, | Развитие у детей интереса к народно-сценическому танцу, привить чувство красивого и возвышенного, развитие сознательного вдумчивого отношения к занятиям, совершенствов-ние актерского мастерства |
| Современный танец | 2 | 8 | 10 | Сюжетность в хореографической постановке. | Совершенствование танцевальных композиций за счет усложнения  комбинаций. | Умение передать репертуар и сюжет постановки зрителю. | Развитие артистичности и техники исполнения |
| Элементы джаз-модерн танца | 2 | 8 | 10 | Значение джаз модерн танца, его роль в современной хореографии, сюжетность постановки | Ролл ап, ролл даун, свинг корпусом, падебурэ, пируэты из 2 параллельной, 6 позиций, на вытянутых ногах, и на плие, позиции рук 1, 2, 3, L-позиция, V-позиция. | Развитие пластики и легкости движений, гибкости и подвижности | Развитие артистичности и техники исполнения |
| ИТОГО | 8 | 40 | 48 |  |  |  |  |

**Содержание третьего года обучения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы** | **Количество часов** | | | | **Теоретическое содержание** | **Практическая работа** | **Прогнозируемый результат** | **Воспитательный аспект** |
| Теория | Практика | Всего |  |
| Элементы народно-сценического танца | 2 | 8 | 10 | Знакомство с фольклорным колоритом танцев народов мира, правила исполнения движений народно-сценического танца | | Припадания (комбинации); верёвочка с проскоком, с переступанием; ковырялочка в комбинации; «гармошка»; дроби; молоточки хлопушки (одинарные) - в ладоши, по бедру, по колену; ключ - дробный простой;вращения на месте; бегунок | Умение детьми грамотно исполнять изученные движения, распознавать принадлежность упражнения к национальности | Воспитание любви и уважения к своему народу, к народно-сценическому танцу, привитие чувства единства и сплоченности |
| Прыжки | 2 | 8 | 10 | Понятие «прыжка», изучение механического принципа его грамотного исполнения | | Рas echappe на II позицию; прыжки по VI позиции - мелкие и высокие; прыжки по VI позиции - с поджатыми ногами к груди и под себя | Умение детьми выполнять легкие и высокие прыжки, укрепление и развитие силы ног |
| Современный танец | 2 | 8 | 10 | Знакомство с музыкальным сопровождением будущей танцевальной композиции, знакомство с понятием реквизита в танцевальной композиции | | Совершенствование танцевальных композиций за счет усложнения  Комбинаций, постановочная работа под различные виды музыкальных композиций и использованием реквизита | Исполнение хореографических этюдов, развитие фантазии ребенка, закрепление программных требований в композиционно-постановочной работе образных танцев, участие в конкурсах и концертных выступлениях | Развитие артистичности (перевоплощение в разные образы), воображения, взаимодействия друг с другом ,развитие техники и артистизма исполнения |
| Джаз-модерн танец | 2 | 8 | 10 | Значение джаз модерн танца в современной хореографии. | | Прыжки, вращения, растяжка, батманы, комбинации на координацию, комбинации адажио, постановочная работа(постановка танцевальных композиций) | Развитие пластики и легкости движений, гибкости и подвижности | Совершенствование актерского мастерства |
| **ИТОГО** | **8** | **40** | **48** |  | |  |  |  |

**Методическое обеспечение**

Формы занятий: репетиции, беседы об искусстве, открытые занятия, итоговые занятия, генеральный прогон, концертные выступления, участие в конкурсах.

Методы, на которых основывается процесс обучения детей в хореографическом коллективе следующие: активности, единства теории и практики, наглядности, доступности, систематичности занятий, прочности усвоения знаний и индивидуального подхода.

Приемы: прослушивание музыкальных произведений, демонстрация упражнений, словесный разбор танцевальных движений, изучение схем, рисунков, наглядных пособий.

Данная программа сочетает в себе тренировочные упражнения на полу, у станка, на середине, упражнения на растяжку, танцевальные движения народно-сценического танца, что способствует развитию танцевальности детей. Некоторые простейшие теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками.

Подведение итогов по каждой теме или разделу проводится в следующих формах контроля: визуальный контроль, индивидуальная отработка движений, проверка терминологии.

Контроль на занятии проводится с целью проверки степени усвоения каждым обучающимся изучаемого материала, практических навыков, своевременное выявление возникающих проблем с целью их устранения. Поэтапный контроль осуществляется по окончании изучения определенного объема тематического материала, в течение месяца, полугода, года. Цель: получение контрольного среза - качество освоения программы.

**Условия реализации программы**

1. Хореографический зал, оснащенный станками и зеркалами.

2. Техническое оснащение:

- магнитофон CD;

- MD проигрыватель;

- DVD проигрыватель;

-TV;

- CD диски, мини диски.

3. Форма и соответствующая обувь для занятий.4. Сценические костюмы.

**Требования к уровню подготовки обучающихся (выпускников)**

После двух лет обучения воспитанники приобретают статус концертной (творческой) группы и совершенствуют свои навыки.

Обучающиеся (выпускники) четко и легко повторяют все комбинации и экзерсисы, свободно компонуют их в разных композициях и постановках, выполняют сложнейшие элементы и комбинации классического, народно-сценического и современного танца, демонстрируют свои навыки на различных сценических площадках, а также применяют их в других видах искусства(актерское мастерство, физическая культура и т.д), находят и подбирают материалы для развития коллективной деятельности, применяют навыки музыкально-ритмической координации в повседневной жизни.

**Литература**

1. Барышева Т. «Азбука хореографии» - Москва.,2006г;

2. Бекина С.И. «Музыка и движение» - С.Петербург., 2007г;

3. Блок Л.Д. «Классический танец» - Москва., 2006г;

4. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика» - Москва.,2007г;

5. Буренина А.И. «Ритмическая пластика для школьников» - Москва.,2006г;

6. Брэгг П.С. «Позвоночник – ключ к здоровью» - Калининград.,2008 г;

7. Горшкова Е.В. «Учимся танцевать. Путь к творчеству» - Москва.,2008г;

8. Захаров Р. «Сомнение танца» - Москва.,2007г;

9. Костровицкая В., Писарев А. «Школа классического танца» - Москва.,2008г;

10. Костровицкая В. «100 уроков классического танца» - Москва.,2006г;

11. Корхин М.А., Рабинович «Лечебная физкультура в домашних условиях» - Москва.,2007г;

12. Ручма В.Р.,Раенгулов Б.М. «Физическое развитие, состояние здоровья и образ жизни детей Приполярья» - Салехард., 2008г;

13. Рогозин И.В. «Танец в коллективе художественной самодеятельности» - С.Петербург.,2006 г;

14. Ткаченко Т. «Народный танец» - Москва., 2007г;

15. Университет имени Рауля Валленберга «Умей расслабиться» - Самара.,2006г;

16. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. «Физическое воспитание школьников» - Екатеринбург.,2006г;

17. Щуркова Н.Е. «Воспитание детей в школе» - Москва., 2008г;

18. Эльмц Н. «Образы танца» - Москва.,2007г.

**Для родителей**

1. Евладова Е.Б. Логинова Л.Г., Михайлова Н.Н. Дополнительное образование детей. М.: «Владос», 2002.
2. Куинджи Н.Н. Валеология: пути формирования здоровья школьников. Методическое пособие. М.: «Аспект Пресс», 2001.
3. Медведь Э.И. Эстетическое воспитание школьников в системе дополнительного образования. Учебное пособие. М.: Центр гуманитарной литературы «РОН», 2002.
4. Озеров В.П. Психомоторные способности человека. Дубна, «Феникс+», 2002.
5. Арзямова Г.В. Нравственно-эстетическое воспитание младших школьников средствами искусства. Начальная школа. – 2000 г.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М. – 2000 г.

**Для детей**

1. Барышникова Т.К. «Азбука хореографии», 1996
2. Роот З.Я. «Танцевальный калейдоскоп» 2004
3. Зарецкая Н.В. «Танцы для детей», 2005
4. 4. Богаткова Л. Танцы и игры пионеров «Детгиз» 1961 г.
5. Школа народного танца Москва 1994 г.
6. Я познаю мир: Дет. Энцикл.; Музыка\авт. А.С. Кленов. Под общ. Ред. О.Г. Хинн.- М.; Издательство АСТ-ЛТД, 1998
7. Пасютинская В., Волшебный мир танца, М., «Просвещение» 1985 г.
8. Жданов Л., Вступление в балет, М., «Планета», 1986 г.
9. Жариков Е. , Крушельницкий Для тебя и о тебе. – М. : Просвещение, 1991. – 223 с.
10. Ненецкие сказки и эпические песни «сюдбабц», «ярабц» Сост. Н.М. Янгасова Томск Изд-во Том. унив-та 2001.
11. Северная энциклопедия Европейские издания. Северные просторы 2004

**Видеоматериал**

1. «Современная хореография», МГУКИ 2009г
2. «Курсы по хореографии» - Санкт-Петербург 2008 г.
3. «Курсы по хореографии по методу М.Бежара», Москва 2005г
4. Международный фестиваль современного танца
5. Записи эстрадного балета «Экситон»,2004-2010г.

**Информационная карта**

**«Современная хореография»**

**Детское объединение**: «Солнышко» (хореография).

**вид программы**: модифицированная

**направленность**: художественно- эстетическая

**образовательная область**: искусство

**цель программы**: развитие танцевальных способностей учащихся и любви к хореографическому искусству с помощью народно-сценического танца.

**формы реализации программы:** групповая

**возраст детей**: 10 – 14 лет

**срок реализации программы:** 3 года

**количество часов в неделю**: 1 раза по 1 часу.

**ожидаемые результаты**: воспитание любви и уважения к своему народу, к народно - сценическому танцу, привитие чувства единства и сплоченности, развитие артистичности, воображения, владение элементами народного танца.

|  |
| --- |
| **Оборудование**  1. Музыкальный центр.  2. Видеомагнитофон.  3. TV.  4. Набор аудиозаписей.  5. Набор видеозаписей.  6. Набор иллюстративного материала: журналы «Балет», книги по хореографии,  7. Станки хореографические.  8. Скамейки хореографические.  9. Зеркала. |