



Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5 г. Надьма»

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического
совета школы
Протокол от 14.12.2020 № 04

УТВЕРЖДАЮ
директор МОУ «Средняя
общеобразовательная школа №5
г.Надьма»

Т.У. Гаттарова
Приказ от 03.02.2021 г. №58



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ
СТУДИЯ «МОДЕРН»

Автор: Бойко Л.А.,
педагог дополнительного
образования

г. Надьм
2021

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности СТУДИЯ «Модерн» является краткосрочной, предназначена для реализации в условиях смены пришкольной летней досуговой площадки.

Данная программа составлена в соответствии с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Минобрнауки от 18 ноября 2015 г. № 09-3242) и направлена на формирование общей культуры личности, адаптации личности к жизни в обществе, на создание основы для осознанного выбора и усвоения профессиональных образовательных программ.

Организация летнего отдыха один из важных аспектов образовательной деятельности. Организованная деятельность детей в летний период позволяет сделать педагогический процесс непрерывным в течение всего года. Летние каникулы самая лучшая и незабываемая пора для развития творческих способностей и совершенствования возможностей ребенка, вовлечения детей в новые социальные связи, удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

Летние каникулы — это период, когда дети могут «сделать свою жизнь» полной интересных знакомств, полезных увлечений и занятий, могут с пользой провести свободное время. Программа направлена на организацию социально - значимой деятельности учащихся, которая осуществляется в ходе практической работы по созданию комплекса танцевально - гимнастических упражнений и его показа во время смены пришкольной площадки.

Актуальность данной программы заключается в том, что она соответствует социальному заказу на формирование здорового образа жизни, духовного и физического развития современных детей.

Новизна, отличительные особенности данной программы от уже существующих образовательных программ.

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная программа «Модерн» является авторской. Целью ее создания является изменение содержания и методов обучения, направленных на организацию познавательной деятельности детей в летний период и поддерживающих деятельностный подход в образовании.

Краткосрочная программа предназначена для работы с детьми в рамках функционирования пришкольной летней досуговой площадки и позволяет учащимся пробовать свои силы в составлении, разучивании и проведении комплекса танцевальной гимнастики для всех участников лагерной смены.

В данной программе танцевальная гимнастика рассматривается как сфера социальной практики детей, в рамках которой они приобретают культурный, нравственный и социальный опыт.

Особенностью программы является ее практико-ориентированный характер. Учащиеся проходят обучение в процессе работы над составлением комплекса танцевально - гимнастических упражнений, такая работа имеет четкие сроки, накладывает на весь коллектив и каждого ребенка большую ответственность за выполнение взятых на себя обязательств.

В процессе обучения используются авторские движения, комбинации и танцы педагога, который в свою очередь активно привлекает учащихся к придумыванию упражнений танцевально- гимнастического комплекса, сюжета, к созданию костюмов и реквизита.

Педагогическая целесообразность данной программы состоит в том, чтобы дети осваивали различные способы выполнения комплексов упражнений с предметами и без предметов, направленные на развитие гибкости, координации, силы, быстроты и выносливости.

Учащиеся могут выступать в роли постановщика, инструкторов по проведению комплекса упражнений танцевальной гимнастики, звукооператора, художника по костюмам и реквизиту.

Цель программы – развитие творческих способностей учащихся.

Задачи:

- дать общее представление о технологии создания танцевально- гимнастического комплекса упражнений,
- создать условия для первых проб ребенка в качестве инструктора, постановщика,
- формировать умение работать в творческой группе;
- содействовать становлению индивидуального творческого воображения, наблюдения, фантазии.

Срок реализации краткосрочной общеобразовательной программы 10 дней.

В группы набираются дети, посещающие школьный лагерь дневного пребывания.

Возраст учащихся по программе 6 - 12 лет. Для учащихся, разных по возрасту, предусматривается дифференцированный подход при определении творческого задания.

В состав объединения включаются учащиеся, занимающиеся в течение учебного года по общеобразовательным программам хореографического направления.

Количество детей в группе 10 человек.

Продолжительность образовательного процесса – 10 дней (одна смена).

Режим занятий – ежедневно, по 30 минут. Уровень обучения - ознакомительный.

Форма занятий - очная.

Форма организации деятельности: практическое занятие, мастер - класс, тренинг, репетиции, беседы.

Планируемые результаты освоения общеобразовательной программы.

Личностные результаты

У учащихся будут сформированы:

- учебно-познавательный интерес, желание приобретать новые знания, умения, совершенствовать имеющиеся;
- эстетические чувства, стремление к красоте, желание участвовать в её сохранении, в творческом, созидательном процессе;
- установка на здоровый образ жизни;
- готовность к выбору направления профильного образования.

Метапредметные результаты.

Регулятивные универсальные учебные действия.

Учащийся должен уметь:

- самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;

Коммуникативные универсальные учебные действия.

Учащийся должен знать/уметь:

- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;

Познавательные универсальные учебные действия.

Учащийся должен уметь/знать:

- основы ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения.

Предметные результаты.

Учащийся овладеет навыками:

- импровизации в различных стилях хореографии;
- основ дыхания в танце;
- самостоятельного проведения отдельных частей танцевального занятия, гимнастических композиций;
- предупреждения травм и правила техники безопасности при выполнении сложных акробатических упражнений.

Учебно-тематический план

№ темы	Название темы	Кол-во часов
1	Введение в программу. Техника безопасности.	1
2	Гимнастика.	2
3	Современный танец. Основные движения джаз-модерн танца.	2
4	Сочинение и постановка танцевально-гимнастических композиций. Выбор темы (художественного замысла). Разучивание движений. Разводка танцевального рисунка. Размещение по точкам, ориентировка в пространстве. Определение сценической графики. Пластика образного содержания. Работа над эмоциональной выразительностью.	5
5	Всего	10

Содержание.

Тема 1. Введение в программу.

Теория. Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Основные правила этики, безопасности и гигиены. Правила поведения в лагере и на занятии. Определение физической подготовленности учащихся.

Тема 2. Гимнастика.

Теория: Общее понятие о шеренгах, флангах, интервалах. Упражнения для плечевого пояса и рук. Упражнения для ног. Упражнение для туловища. Упражнения для мышц и голени и стоп.

Практика: 1. Построение, выполнение команд, перестроение.

- Ходьба на месте, в движении, в колонне, по одному, парами
 - Ходьба на носках, пятках, в полуприседе
 - Переход с шага на бег
 - Бег по кругу, змейкой, по диагонали
2. Говорящие руки.
- Руки в стороны: сведение и разведение лопаток
 - Поочередное и одновременное движение плеч вперед и назад, круговые движения плеч
 - Круговые движения кистей в различном темпе, резко, плавно и т.д.
 - Плавные движения рук в основных и промежуточных плоскостях и направлениях с отстающей кистью
 - Движение рук по дуге и по кругу
3. Общее понятие о позициях ног.
- Позиция ног I, II, VI.
 - Движение ног из основной стойки, из позиции и на носках.
 - Полуприседания и приседания.
 - Полуприседание на одной ноге, с выставлением другой на носок и с подниманием ее (по всем направлениям)
 - Выставление ноги на носок и приставление
 - Маленькие и большие броски: махи ногами
 - Сгибание ноги вперед (скользя носком по опорной)
 - Сгибание ноги назад с наклоном назад
 - Поднимание ноги назад в переднее равновесие
 - Вставание на носки в различных стойках

- Высокое равновесие

4. Понятие «держи спину прямо».

- Наклоны вперед, назад, в стороны в стойках, стоя на одной ноге, ноги вместе, ноги врозь с различными положениями и движениями рук
- Круговые движения туловища.
- Из положения сидя наклоны вперед.
- Из положения лежа на спине прогибание туловища, поочередное и одновременное поднятие согнутых и прямых ног, группировка, поднятие ног до касания пола за головой.
- Из положения лежа на животе, опираясь руками, наклон туловища назад.
- Прогибание и сгибание спины
- «Змейка»
- В положении сидя на пятках, руки сцеплены сзади, прогибание и сгибание спины
- Наклоны вперед прогнувшись

Тема 3. Современный танец.

Теория. Основные понятия джаз-модерн танца.

Практика. Упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «деми плие» по II позиции, руки от плеч поднимаются вверх-вниз.

Наклоны: в сторону (рука над головой); вперед (руки в положении «мельница»).

Упражнения для ног: вперед; по диагонали; в сторону на 90° (влево и вправо), голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево.

Плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; твист плеч.

Грудная клетка: движение из сторон в сторону.

Пелвис (бедра): движение из стороны в сторону; hip lift.

Руки: движения прямыми руками вверх-вниз; круговые движения «локомотор»; движения с согнутыми локтями.

Ноги: движения стопы (релевэ); позиция ног – I параллельная, II параллельная.

Шаги: шаг на месте; шаг в сторону с приставкой.

Прыжки: по I параллельной; из I-ой во II параллельную.

Тема 4. Сочинение и постановка танцевально - гимнастических композиций, показ.

Теория. Определение стиля и характера музыки танцевально- гимнастических композиций, показ. Составление композиционного плана в соответствии с подобранным музыкальным сопровождением. Средства для создания образа: пространственный рисунок танца, язык танца - пластика тела, мимика, драматургия развития образа, актерское мастерство, музыка, костюм, художественное оформление сцены.

Практика. Выбор темы (художественного замысла). Разучивание движений. Разводка танцевального рисунка. Размещение по точкам, ориентировка в пространстве. Определение сценической графики. Пластика образного содержания. Работа над эмоциональной выразительностью. Изготовление костюма, подбор реквизита. Отработка отдельных частей и всего танца в целом.

Методическое обеспечение.

В программу занятий входят упражнения по развитию современной пластики: партерная гимнастика; упражнения для отдельных групп мышц.

При исполнении упражнений необходимо следить, чтобы те части тела, которые на данный момент не задействованы, оставались статичными. Это способствует не только постепенному разогреву, но и тренировке дифференцированного мышечного чувства, что позволяет совершенствовать пластику всего тела и овладевать исполнением сложных по координации движений.

В последней части занятия предлагаются танцевальные движения и комбинации различной координационной сложности, соответствующие стилям современным танцам.

Методика и основные принципы построения тренажа: все упражнения тренажа выстраиваются с учетом постепенного возрастания физической нагрузки – от легких движений к трудным, от простых к сложным, от медленного темпа к быстрому; постепенно варьируя известные элементы, осваиваются более сложные по координации движения.

Основными методами работы педагога являются показ движений и словесное объяснение.

На начальном этапе обучения показу придается исключительно большое значение, т.к. он дает первоначальное представление о движении. Показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе (правила исполнения).

Техническое обеспечение программы.

Танцевальный зал, музыкальная аппаратура, аудиозаписи, костюмы.

Список литературы

- 1.Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Л., 2013
- 2.Бабенкова Е.А. Как помочь детям стать здоровыми.- М.: Астрель, 2014
3. Барышникова Т. Азбука хореографии - М., 2000 .
4. Богаткова Л.Н. Танцы для детей. – М.: Детгиз, 1959.
5. Ваганова А. Основы классического танца. - С.-П.,2012.
6. Валькова Р.А. Методическая рекомендация по современному танцу. - Курган, 2007.
- 7 Вальков В.А. Поиски и решения. Методические рекомендации для руководителей хореографических коллективов. - Курган, 2010.
8. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев.- Ростов на Дону.: Феникс, 2013.
- 9.Волошина Л.Н. Играйте на здоровье: программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М.: АРКТИ,2004г.
12. Джазовые танцы./ Авт.-сост. Е.В. Диниц.-М.: АСТ, 2012.
- 10.Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников. М.: 2006.
- 11.Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Ростов на Дону: Феникс, 2013.
- 12.Ивлева Л.Д. Джазовый танец. - Челябинск, 2006.
- 13.Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.- М.: Гном-Пресс, 2010г.
- 14.Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. - М., 2011г.
- 15.Лисицкая Т.А. Хореография в гимнастике. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2013.
- 16.Никитин Н. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М., 2009.
- 17.Панферов В. Основы композиции танца.- Челябинск: ЧГАКИ, 2011.
18. Полетков С.С. Основы современного танца. - Ростов- на - Дону, 2005
19. Прутова Т.В., Беликова А.М., Кветная О.В. Учите детей танцевать. - М.,2003
20. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс.- С-П.,2007