
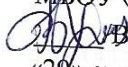


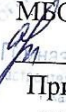
«Рассмотрено»

Руководитель МО
 А.Ю. Шерстнева
Протокол № 1 от
«29» августа 2019 г.

«Согласовано»

Зам. директора по УВР
МБОУ «Гимназия №33»
 Ф.В.Халилова
«29» августа 2019 г.

«Утверждаю»

Директор
МБОУ «Гимназия №33»
 Н.Н.Шаяхметова
Приказ № 229 от
«31»августа 2019 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественно-эстетической направленности**

«Студия современной хореографии «Action»

Возраст обучающихся: 7-14 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Шкурихина А.В.

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от
«29» августа 2019г.

2019 -2020 уч. год

Программа разработана в соответствии с основными положениями ФГОС НОО второго поколения (утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 года №373).

Дополнительная общеобразовательная программа составлена на основании образовательной программы МБОУ «Гимназия №33» Авиастроительного района г. Казани в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", принятым в соответствии с ч.3 ст.30 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Федерального государственного образовательного стандарта НОО и ООО второго поколения, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 сентября 2011 года № 2357 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального и основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009г. № 373».

4. Санитарно- эпидемиологическими правилами и нормативами СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

5. Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

6. Основной образовательной программы начального и основного общего развития МБОУ «Гимназия №33» Авиастроительного района г. Казани.

Программа рассчитана на 162 часа для 1 группы ,15 человек 3 раза в неделю по 1,5 часа.

Направленность программы: художественно-эстетическая.

Возраст учащихся: 7-14 лет.

Планируемые результаты: В процессе изучения программы учащиеся расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок. Программа

обеспечивает достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- укрепление культурной, этнической и гражданской идентичности в соответствии с духовными традициями семьи и народа;
- наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;
- формирование личностного смысла постижения искусства и расширение ценностной сферы в процессе общения с ритмикой и хореографией.
- развитие мотивов танцевальной — учебной деятельности и реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) творчества.
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных творческих задач, в том числе танцевальных.
- развитие духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание уважительное отношение к историко-культурным традициям других народов.

Предметные результаты:

- развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевально — творческой деятельности;
- развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов хореографических искусств, размышлять о танце и ритмике как о способе выражения духовных переживаний человека;
- общее понятие о роли ритмики в жизни ребенка и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;
- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;

- использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно-образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;
- готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности.
- участие в создании театрализованных и танцевально-пластических композиций, импровизаций, театральных спектаклей, танцевальных фестивалей, концертов, конкурсов и др.

Метапредметные результаты:

- наблюдение за различными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности, понимание их специфики и эстетического многообразия;
- ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни микро — и макросоциума (группы, класса, школы, города, региона и др.);
- овладение способностью к творческой реализации собственных творческих замыслов через понимание целей, выбор способов решения проблем поискового характера;
- применение знаково-символических средств для решения коммуникативных и познавательных задач;
- готовность к логическим действиям: анализ, сравнение, синтез, обобщение, классификация по стилям и жанрам танцевального искусства;
- планирование, контроль и оценка собственных учебных действий, понимание их успешности или причин неуспешности, умение корректировать свои действия;
- участие в совместной деятельности на основе сотрудничества, поиска компромиссов, распределения функций и ролей;
- умение воспринимать окружающий мир во всем его социальном, культурном, природном и художественном разнообразии.

Содержание учебного плана

1. Вводное занятия.

Теория:

Правила поведения в хореографическом зале. Введение в программу «Современная хореография»

Объяснение целей и задач года обучения. Танец- как искусство.

2. Просмотр видеозаписей известных балетмейстеров про историю танца.

Теория:

- «Основы современной хореографии»

- «Основы классического танца»

3. Музыкально-ритмическое воспитание

Практика:

- ритмико-гимнастические упражнения;

- двигательная разминка;

- гимнастика для развития мышц и суставов;

- нормализация мышечного тонуса;

- тренировка отдельных групп мышц;

- партерная гимнастика;

- упражнения на развитие координации в пространстве.

- полиритмия и полицентрия.

4. Экзерсис на середине зала.

Практика:

- основные позиции рук и ног,

- музыкальный размер,

- вальс,

- кружение "лодочкой",
- постановка корпуса и осанки,
- упражнения на равновесие,
- характерные перестроения.
- Battement frappé.
- Battement Fondu.
- Battement Soutenu
- Battement Releve Lent
- Battement Developpe
- Adagio
- Balancoire
- Petit Battement

5. Экзерсис у станка.

Практика:

- Demi и grand plie.
- Demi и grand plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот.
- Demi и grand plie в сочетании с releve.
- Battements tendus.
- Battements tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.
- Battements tendus с использованием brash.
- Battements tendus с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска.
- Battements tendus jetes.
- Battements tendus jetes с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот.
- Battements tendus jetes с использованием brash.
- Battements tendus jetes с подъемом пятки опорной ноги во время выноса на носок или броска.
- Rond de jambe par terre. .
- Rond de jambe par terre с подъемом ноги на 90°
- Grands battements jetes.
- Grands battements jetes с подъем пятки опорной ноги во время броска.

6. Упражнения на развитие силы рук и ног, кросс по диагонали.

Практика:

- проработка движений: drop,
- проработка движений: swing,
- проработка движений: roll down, roll up.
- проработка движений: Twist торса
- проработка движений: flat back вперед из положения стоя
- проработка движений: flat back по сторонам
- позиции рук и ног в современном танце
- движения трех четырех и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.
- изолированная работа головы, плеч, рук, стоп, бедер, ног в положении стоя.
- изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса и ног в современном танце.
- в разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест.
- в разделе изоляция проучиваем новое понятие – квадрат.
- дыхательная гимнастика с использованием contraction
- дыхательная гимнастика с использованием release
- дыхательная гимнастика с использованием с добавлением работы рук в положении стоя.
- дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя.

7. Партерная гимнастика.

Практика:

- упражнения свингового характера верхней части туловища
- упражнения свингового характера нижней части туловища
- упражнения для расслабления позвоночника.
- проработка deep body bend,

- проработка side stretch.
- изгибы торса: curve, arch, roll down и roll up.
- овладение системой растяжки stretch.
- штопорные вращения
- штопорные вращения со 2 позиции на 180, 360, 720 градусов.

Акробатика:

- упоры (присев, лежа, согнувшись);
- седы (на пятках, углом);
- группировка, перекаты в группировке;
- стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги);
- кувырок вперед (назад);
- «мост» из положения лежа на спине,
- «шпагаты» и складки;
- начальное обучение акробатическим прыжкам.
- «колесо» на одной руке, на локтях
- рандат
- переворот на локтях

8. Основные элементы современного танца

Теория:

- первоначальные сведения по историческому танцу
- происхождение эстрадного танца

Практика:

- эстрадный танец, основные базовые принципы
- танцевальные комбинации эстрадного танца
- уличный танец, основные базовые принципы
- танцевальные комбинации уличного танца
- современный танец, основные базовые принципы

- танцевальные комбинации современного танца
- перестроения в колонны и круги
- музыкально-пространственные композиции
- основные движения исторического танца
- эстрадный танец
- перестроения в колонны и круги
- музыкально-пространственные композиции
- танцевальные комбинации
- уличный танец
- современный танец
- упражнение на развитие и тренировку внимания
- этюды и упражнения на физическое действие
- развитие эмоциональной и двигательной памяти

9. Импровизация

Теория

«Сущность исполнительского творчества танцора»

«Основы актерской технологии в танце»

Практика:

- станцуй свое имя
- предмет-действие
- «Зеркало»
- «Снежный ком»
- джемы
- медленные движения
- «следуй за мной»
- чтение книг и изображение сюжета

10. Постановочная работа

Теория:

« Раскрытие темы танца»

« Развитие эмоциональной и двигательной памяти»

Практика:

- совместный выбор музыки, сюжета
- ассоциативный рисунок по теме танца (защита)
- подбор учащимися движений для танца – квадрат
- постановка танца
- «ЭМОЦИЯ»
- «яркая личность»
- импровизация отдельных частей тела
- актерское мастерство
- основы актерской технологии в танце
- тренировка мимических мышц
- мышечная свобода
- работа с дыханием
- снятие телесных зажимов
- снятие телесных зажимов: «Почувствуй себя...»
- упражнение на развитие и тренировку внимания
- этюды и упражнения на физическое действие
- развитие эмоциональной и двигательной памяти
- постановка групповых немых сказок
- постановка основных движений
- постановка ролей
- изучение начало танца
- изучение кульминации

11. Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Практика:

- линейка первого сентября
- набор и знакомство с новичками
- день матери
- новый год
- международный женский день
- день «Action»
- мастер-классы
- три раза в год
- «мисс Action»
- танцевальный лагерь

12. Итоговые занятия

Практика:

- открытый урок в середине года
- открытый урок в конце года
- отчетный концерт в середине года
- отчетный концерт в конце года

13. Работа в каникулы

Практика:

- конкурсы
- экскурсии
- поездки

№ п/	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		теория	практ.	всего
1.	Вводное занятие	2	-	2
2.	Просмотр видеозаписей известных балетмейстеров	2	-	2
3.	Музыкально-ритмическое воспитание		8	8
4.	Экзерсис на середине зала	-	15	15
5.	Экзерсис у станка	-	15	15
6.	Упражнение на развитие силы рук и ног: кросс по диагонали	-	16	16
7.	Партерная гимнастика	-	20	20
8.	Основные элементы современного танца	2	18	20
9.	Импровизация	-	8	8
10.	Постановочная работа	2	22	24
11.	Мероприятия воспитательно - познавательного характера	-	10	10
12.	Итоговые занятия	-	4	4
13.	Работа в каникулы		18	
	Итого	8	154	162

