

Специализированное структурное образовательное подразделение - средняя общеобразовательная школа с углублённым изучением иностранного языка при Постоянном представительстве Российской Федерации при ООН в Нью-Йорке, США

355 West 255 Street,
BRONX, NY 10471

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор школы

 И.И. Моногарова

от « 2 » сентября 2019 года

«ПРИНЯТО»

Педагогический совет средней общеобразовательной школы с углублённым изучением иностранного языка при Постоянном представительстве России при ООН в Нью-Йорке

Протокол № 1

от « 30 » августа 2019 года

ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЭСТРАДНЫЕ ТАНЦЫ».

Срок реализации программы 1 год.
Возраст обучающихся 7-11, 12-15 лет.

Составитель программы: Богатырева Ю.А.

Нью-Йорк
2019 год

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Хореография - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям. Танец обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Соединение движения, музыки и игры, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, делают его движения естественными и красивыми. На занятиях хореографией дети развивают слуховую, зрительную, мышечную память, учатся благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Необходимо продолжать развивать у школьников творческие способности, заложенные природой. Музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям.

Хореографическое воспитание имеет важное значение – как в физическом, так и в нравственном становлении личности ребенка, которая является важнейшей целью всего процесса обучения и эстетического воспитания. Без формирования способности к эстетическому творчеству невозможно решить важнейшую задачу всестороннего и гармоничного развития личности.

Танец – это вид искусства, в котором художественные образы создаются посредством пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела из чего и формируется техника танцев. Познав красоту в процессе творчества, человек глубже чувствует прекрасное во всех проявлениях и в искусстве, и в жизни. Его художественный вкус становится более тонким.

Душой танца является музыка. Она создает эмоциональную основу, определяет характер танца. Умению слышать музыку, понимать ее язык, разбираться в основных формах и выразительных средствах, легко и непринужденно двигаться в ритме определенной музыки, получать удовольствие от ее красоты – всему этому учит танец.

Еще в Древней Греции полагали, что в процессе обучения такие дисциплины как музыка и танцы не менее важны, чем точные науки. Учителя того времени были твердо убеждены, что для формирования творческой, гармонически развитой личности необходимо всесторонне образование.

В начале XX века эти положения оформились в концепцию. Швейцарский композитор и педагог Эмиль Жак Далькроз разработал систему музыкально-ритмического (хореографического) воспитания. Э.Ж. Далькроз справедливо полагал, что посредством общения с музыкой и танцем дети учатся познавать мир и самих себя, а занятия танцами не только развивают музыкальность, но и помогают воспитать внимание, волю и коммуникабельность. Это доказывают и недавно проведенные исследования американских ученых, подтвердивших, что дети, занимающиеся танцами несколько лет, опережают своих сверстников в развитии, добиваются больших успехов в учебе и гораздо увереннее чувствуют себя в кругу сверстников.

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статистической позы (долгого сидения за школьной партой) нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону

головы. На занятиях танцами увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.

Цель программы.

Прививать интерес школьников к хореографическому искусству.

Задачи.

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные.

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создать атмосферу радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие.

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- Укреплять здоровье детей.
- Развивать физические способности ребенка (выносливость, гибкость).

Срок реализации программы: 1 год

Возраст детей от 7-11, 12-15 лет

Количество часов в неделю: 2+2

Количество групп: 2.

Количество часов в год – 136.

Виды занятий:

Основными видами учебных занятий являются комбинированные, практические занятия, репетиция.

Форма занятий: групповые.

- Демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- Демонстрация вариаций;
- Отработка движений;
- Постановка танца;
- Репетиции;
- Просмотр видеоматериалов и прослушивание аудиокассет;

Прогнозируемые результаты освоения программы.

Участники кружка должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь результатов.

Итогом занятий является танец. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность.

Результат отслеживается в участии в мероприятиях школьного уровня, в концертах, фестивалях, конкурсах.

Способы проверки результатов.

Участие в различных школьных мероприятиях.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Содержание программы зависит от тематики мероприятия и может варьироваться в течение года.

Тематическое планирование.

№	Тема	Количество часов	
		Младшая группа	Старшая группа
1.	Тренировочные занятия	34	34
	Ритмика	10	10
	Элементы классического танца	6	6
	Элементы русского народного танца	6	6
	Элементы бального танца	6	6
	Элементы национального танца	6	6
2.	Постановочно – репетиционная работа	34	34
	Всего часов	68	68

Содержание тренировочных занятий.

Раздел	Содержание тем программы
1. Ритмика	1. <u>Ритмические упражнения:</u> - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. 2. <u>Упражнения на ковриках:</u> - лежа на животе – поднимание рук и ног одновременно и поочередно, покачивание;

	<ul style="list-style-type: none"> - лежа на спине – поднимание ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. <p><u>3. Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - движения в образах; - пантомима. <p><u>4. Упражнения на пластику и расслабление:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц тела. <p><u>5. Пространственные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. <p><u>6. Ритмические комбинации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация.
<p>2. Элементы классического танца</p>	<p><u>1. Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - плие; - пор-де-бра. <p><u>2. Упражнения на середине зала:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания и полуприседания; - поднимание стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. <p><u>3. Прыжки, верчения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; - верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали. <p><u>4. Комбинации движений классического танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; - координация рук и ног в исполнении движений на середине.
<p>3. Элементы русского народного танца</p>	<p><u>1. Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</u></p> <p><u>2. Основные танцевальные движения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. <p><u>3. Комбинации русского народного танца «Плясовая».</u></p>

4.Элементы бального танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение).</u></p> <p>2. <u>Основные элементы бального танца:</u> - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты.</p> <p>3. <u>Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» - связка отдельных элементов в хореографические комбинации.</u></p>
5. Элементы национального танца	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения.</u></p> <p>3. <u>Композиции национального танца (ирландский танец)</u> - связка отдельных элементов в свободные композиции.</p>
6. Постановочно-репетиционная работа	<p>1. <u>Изучение движений танцевального номера;</u></p> <p>2. <u>Отработка движений танцевального номера;</u></p> <p><u>Соединение движений в комбинации;</u></p> <p><u>Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;</u></p> <p><u>Репетиционная работа.</u></p>

III. МАТЕРИАЛЬНО ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО –МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Оборудование.

- «Зеркальный зал» (специальное напольное покрытие, зеркальная стена).
- Ноутбук.
- Колонка.

Методическая литература.

1. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998. – 150 с.
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2001. – 154 с.
3. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992. – 300 с.
4. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985. – 260 с.
5. Гиршон А.С. Импровизация и хореография, статья в альманахе «Танцевальная импровизация» М, 1999 г.
6. Бахто С.Е. Ритмика и танец. М, 1984 г.
7. Руководство по растяжке связок и мышц. М, 1990 г.