

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
Государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение города Москвы
«Школа № 1516»

107589, г. Москва, ул. Хабаровская, д.4А; тел(факс) 8-495-460-4366;

<http://gym1516.mskobr.ru>; E-Mail: 1516@edu.mos.ru

ИНН 7718792108

КПП 771801001

ОГРН 1107746022560

Принята на заседании
Педагогического совета
от «31» 08 2018 года
Протокол № 1



Утверждаю
Директор ГБОУ Школа №1516
Н.Л. Буканова
от «31» 08 2018 года

**Дополнительная общеобразовательная программа
общеразвивающая программа
«СТУДИЯ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА»
(НП-НОР)**

Направленность: ХУДОЖЕСТВЕННАЯ

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 11 - 16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:

Наумова Е.А.

Педагог дополнительного образования

Москва, 2018 г.

Пояснительная записка

Программа студии современного танца в гимназии №1516 рассчитана на обучение детей 11-16 летнего возраста, проявляющих интерес к современному искусству хореографии. Программа предусматривает общую физическую и танцевальную подготовку учащихся, а также работу над индивидуальным обучением детей, в зависимости от постановки их целей.

Программа включает в себя знакомство с базовыми движениями следующих танцевальных направлений: hip-hop, jazz-funk, vogue, house, зародившихся в середине XX века в Америке и Европе как часть социальной культуры. Этот современный танцевальный пласт не просто содержит в себе стремление создать новую хореографию, отвечающую запросам социального общества XX-XI века: он позволяет учащимся искать ответы на вопросы современной истории, вопросы социальных проблем общества, обращать внимание на важные детали современной культуры. Благодаря современному искусству танца и практике танцевального движения, учащиеся работают над контролем собственного тела, над своими физическими возможностями. Развивая сигнальную систему, они укрепляют нейронные связи, способствуют улучшению физического здоровья, а также наполняют мировоззрение, приобретают широту взгляда, терпимость и толерантность по отношению к другим людям, уважение к своей культуре и культуре других народов.

Актуальность данной программы заключается в систематизации принципов работы с участниками студии современного танца. В течение последних 20 лет современные танцевальные стили стали очень популярны и интересны для детей с 11 до 16 лет в связи с доступностью музыкальных и видеоматериалов в сети Интернет, а также вследствие активной трансляции современных танцевальных направлений средствами массовой информации. Именно поэтому основная **цель программы** – научить учащихся новому способу самовыражения через танцевальное движение на основе доступных и актуальных материалов, помочь ребенку в достижении гармонии со своим телом и внутренним миром.

Художественная направленность данной программы прослеживается в том, что изучение воспитанниками современного танца проходит неразрывно с изучением истории современного танцевального искусства, знакомства с постановками современных хореографов и мировой музыкальной культуры. У детей формируются творческие способности на основе эстетического воспитания: оценки музыкального и танцевального материала, развития вкуса, проявления эмоций, чувств, интересов, формирования представлений о красоте движения, красоте музыки, создания новых визуальных форм.

Новизна данной программы заключается в ее комплексном подходе: она направлена не только на формирование умений и навыков ребенка в искусстве танца, но и на развитие творческого аспекта личности ребенка, на формирование здорового психологического климата внутри коллектива, а также на физическое развитие учащихся для поддержки тонуса и здоровья.

Задачи

1. Образовательные:

- Расширить кругозор учащихся в области танцевального искусства и хореографии;
- Познакомить с особенностями народной культуры в области танца, духовно нравственных ценностей;
- Познакомить с различными стилями исполнения современного танца;
- Сформировать основные умения, навыки в области танцевального искусства;
- Сформировать у учащихся музыкально-ритмические навыки правильного и выразительного движения в области современной хореографии, актерского мастерства, самостоятельной и коллективной деятельности.
- Научить применению различных танцевальных движений в жизни и на сцене.

2. Воспитательные:

- Развить эстетический вкус, интерес к творческой деятельности;
- Сформировать общую культуру поведения ребенка в обществе, навыки самоконтроля и взаимоконтроля;
- Научиться проявлению уважения, терпимости, толерантности по отношению к людям, культурам.

3. Развивающие:

- Развить у учащихся мотивацию к получению новых знаний, к собственным успехам и достижениям, к поиску новых познавательных ориентиров;
- Развить музыкально-ритмические способности, творческое мышление, воображение, фантазию;
- Развить внимание, память, пространственное мышление;
- Развить творческие способности;
- Развить аналитическое мышление;
- Познакомить с основами анатомии, с теорией и практикой нагрузок на организм, с техниками безопасности при физических нагрузках.

4. Психологические:

- Преодоление психологических барьеров: стеснения, страха, зажатости, проблем с коммуникацией;
- Проработка способа самовыражения, работа над раскрытием себя и принятием другого.

5. Физические:

- Развитие гибкости, работа над мышечным тонусом;
- Развитие физических возможностей тела;
- Развитие физической культуры: умения подготавливать тело к нагрузкам, умение грамотно подходить к растяжке;
- Развитие сигнальной системы.

Особенности программы

Программа предназначена для детей 10-16 лет, проявляющих интерес танцевальному искусству. Программа рассчитана на 1 год. Зачисление в группы происходит автоматически, с первого года обучения, поскольку программа включает в себя базовый курс и подходит для учащихся с любой танцевальной подготовкой.

Программа состоит из 4 основных блоков: введение в современный танец (1), базовый курс тренировок по выбранным стилистическим направлениям (2), подготовка сценического номера (3) и практика импровизации (4).

При введении в современный танец (1) учащиеся знакомятся со стилями танца различных культур, приобретают способность визуально разбираться в материале, анализируют причинно-следственные связи возникновения тех или иных стилей. На этом этапе они также начинают готовить тело к физическим нагрузкам: знакомятся с техникой безопасности при любых нагрузках, с техникой растяжки, учатся контролировать свое тело в пространстве и использовать физические возможности тела для танцевального движения. В этом же блоке происходит практическое знакомство учащихся с базой 4 танцевальных направлений (hip-hop, jazz-funk, house, vogue).

Блок базового курса тренировок (2) по выбранным стилистическим направлениям позволяет учащимся, исходя из своих предпочтений, проявить интерес к одному из стилей и, благодаря этому выбору, физически и морально углубиться в искусство танца. Ученик запоминает предложенных хореографический материал, состоящий из танцевальных связок, исполняет его, учится компоновать из предложенных движений новые, работает над геометрией своих движений. На этом этапе развиваются новые физические возможности тела, появляется стремление к достижению собственного успеха, самоидентификация и самореализация, возможность посмотреть на себя с новой стороны.

В процессе подготовки сценического номера (3) учащиеся начинают работать сообща, учатся договариваться, наблюдать и принимать окружающих людей. Вырабатывается умение проявлять терпимость и уважение, умение поддерживать. Работа над сценическим номером также раскрывает физические способности ребенка, поскольку появляется необходимость работать на выносливость, чистоту движения и его амплитуду.

В основе блока импровизации (4) лежит использование всего усвоенного материала предыдущих блоков для раскрепощения и нового самовыражения учащегося. Ученик избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются движенческие привычки. В повседневной жизни учащийся начинает лучше ориентироваться в пространстве, вырабатывает новые поведенческие привычки, приобретает физическую гармонию (включая красивую осанку, гибкость, стойкость, тонус). Впоследствии участники курса получают удовольствие от выражения собственных эмоций и свободы мысли через пластику своего танца.

Занятия проходят в общей группе учащихся 11-16 лет. Планируются групповые и индивидуальные занятия в рамках программы работы с солистами. Режим занятий: от 2 до 4 часов в неделю. Применяются следующие методы обучения: словесный, наглядный, практический.

Формы обучения

Теория преподносится в форме беседы, видеообзора и т.п. Практические занятия проходят в форме тренировки, репетиции, тренинга, мастер-класса и т.п.

Количество часов и сама структура программы может быть изменена в зависимости от уровня подготовки учащихся, усвоения ими нужного материала, а также достижения определенных индивидуальных целей учащихся в рамках программы.

Прогнозируемый конечный результат

К концу обучения формируется гармоничная, творческая, дружелюбная личность со своей жизненной позицией и мироощущением, с приоритетами здорового образа жизни, проявляющая уважение к культуре и традициям своей страны и других народов, с развитой мотивацией к познанию и творчеству. В процессе реализации программы участники научатся взаимодействовать, сотрудничать друг с другом и взрослыми в процессе решения творческих задач, принимать решения и отвечать за собственные действия и поступки. Терпимо относиться к чужому мнению и отстаивать свое. Учащиеся получают практические навыки для развития памяти, внимания, творческого мышления, художественно-эстетического вкуса, у них расширится кругозор в области хореографического искусства. Полученные знания помогут учащимся организовать свой досуг, реализоваться в творчестве, посредством танца. Эта программа необходима для того, чтобы лучше развить возможности тела исполнителя, закрепить и усовершенствовать свои физические навыки, изучить другие принципы движения и координации.

Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации программы необходимы следующие средства обучения:

- хореографический класс (светлый и просторный зал, деревянный настил пола, зеркальная стенка);
- аудио- и видеоматериалы;
- аудио- и видеоаппаратура.

Учебно-тематический план программы студии современного танца

Название блока	№	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов
Блок «База»	1	Знакомство	Знакомство с коллективом, с общими представлениями о современном танце, с построением будущих тренировок. Общая техника безопасности на занятиях	1
	2	Физическая подготовка	Знакомство с общей кардионагрузкой, разминкой, работа с дыханием, техника растяжки	2
	3	Стилистики	Теория стилистик	1
	4	Стиль «Hip-hop»	Базовые движения, история стиля, основа музыкального материала, тренировка, общая кардионагрузка, растяжка	8
	5	Стиль «Jazz-funk»	Базовые движения, история стиля, основа музыкального материала, тренировка, общая кардионагрузка, растяжка	2
	6	Стиль «House»	Базовые движения, история стиля, основа музыкального материала, тренировка, общая кардионагрузка, растяжка	2
	7	Стиль «Vogue»	Базовые движения, история стиля, основа музыкального материала, тренировка, общая кардионагрузка, растяжка	1
	8	Изоляция	Работа над умением изолировать разные части тела, координировать движения	1
	9	Танцевальные связки	Запоминание сложного танцевального материала с использованием всех изученных стилистик	10
	10	Использование изученного материала	Перекомпоновка выученных связок, добавление изученного материала из базы, собственное исполнение подготовленного танца	2

Название блока	№	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов
	10	Работа соло, в парах, тройках и т.д.	Взаимодействие в паре, тройке с танцевальной и моральной точки зрения, обмен танцевальной информацией, применение «своего» танца в рамках выбранной стилистики	2
	11	Работа с темпами и ритмами	Упражнения на попадание в музыкальный темп и ритм: наложение придуманной собственной связки на различный музыкальный материал	1
	12	Музыкальность	Упражнение на умение подстраиваться под музыку и умение отключаться от нее	1
	13	Выступление	Демонстрация собственной хореографии в тесном кругу учеников, друзей танцевальной студии, беседы об уважении, танцевальной поддержке, умении сопереживать и принимать	1
Подготовка сценического номера	14	Запоминание танцевального материала	Изучение общей танцевальной связки для сценического номера, общая кардионагрузка, растяжка	4
	15	Репетиционный блок	Распределение выученного материала, сведение, расстановка, чистка материала, репетиции на сцене, общая кардионагрузка, растяжка	4
	16	Выступление	Демонстрация танцевального номера перед аудиторией гимназии	1

Название блока	№	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов
Импровизация	17	Теория импровизации	Теоретический материал, видеообзор, беседа	1
	18	Поиск своего танца	Физическая подготовка к импровизации, упражнения на поиск новых движений	2
	19	«Проба пера»	Упражнения по преодолению стеснения, умению абстрагироваться, развитию танцевальной памяти, визуальное копирование материала и перенесение его на пластику тела	1
	20	«Jam session»	Знакомство с баттлами и jam-сессиями, умение преподнести себя на танцполе, умение слушать музыку, вливаться в ритм	1
	21	Геометрия движения	Тренировка амплитуды, развитие логики движения, применение физической силы, умение делать точки, остановки, рывки, пародировать движения, преобразовывать чужую стилистику в свою естественную пластику	1
	22	Пластичность	Волны, «передача» движения из одной части тела в другую, непрерывность движения	1
	23	Парная импровизация	Работа в паре над созданием импровизации, взаимодействие с помощью пластики без использования речи	2
	24	Freestyle	Применение импровизации в выученных ранее связках	2
	25	Подведение итогов	Импровизация, выступление каждого учащегося, беседа о результатах, обмен информацией	1
ИТОГО:				56