Шумов Анатолий Ильич
МАОУ СШ №48
2022-08-10 15:45:00

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 48 г.ЛИПЕЦКА

Принята
педагогическим советом МАОУ СШ №48
Протокол №9 от 26.05.2022

Утверждена
Приказом №315 от 01.08.2022

Дополнительная общеразвивающая программа

художественной направленности

«Just dance-3»

Возраст детей, на которых рассчитана программа, 7-18 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Филиппова А.И.

Липецк, 2022

Содержание.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА…….3

1.1 Цели и задачи реализации Программы……3

2.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ……..…4
3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН……..….6
4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК……...…7
5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ……..…8
6.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ……11
7. ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ
ПО ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ……12
8. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ……..15

9. ПРИЛОЖЕНИЕ
1.Рабочая программа «Just dance-3»

1. Пояснительная записка.

Танец — вид искусства, в котором художественные образы создаются средствами пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела. Движение под музыку - неотъемлемая часть пластической культуры человека, которая формируется с раннего детства

В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телеэкрана, занятия хореографией становятся особенно актуальными.

Во-первых, танец — это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру.

Во-вторых — искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. В связи с этим значительно вырос интерес к занятиям хореографией. Направленность Дополнительной общеразвивающей программы «Just- dance-3, «Танцы»» (далее – Программа)по содержанию является художественной; по функциональному предназначения – досуговой, и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой, для самодеятельных коллективов, общедоступной.

Программа реализуется на бесплатной основе.

Данная Программа разработана на основании нормативных документов:

1. Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Постановлений Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"», от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"», от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"»

3 Приказ Минобрнауки России от 11.12.18 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4.Устава Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней школы №48 города Липецка.

1.1. Цели и задачи Программы.

Цель.

-формирование и развитие творческих способностей детей;

-удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании;

-формирование культуры здорового, безопасного образа жизни, укрепления здоровья;

-организация свободного времени детей и подростков.

Задачи:

-создать условия для формирования системы общечеловеческих ценностей, повышения уровня внутренней культуры подростков.

-создать условия для удовлетворения потребности в самовыражении, самореализации и самоутверждении

-оказывать педагогическую поддержку в решении проблемных ситуаций подростков и молодежи.

-развить устойчивый интерес к изучению различных областей хореографического искусства;

-способствовать развитию у воспитанников навыков самоконтроля, самооценки, рефлексии.

-научиться придумывать самостоятельно связку к предложенному музыкальному сопровождению;

-пропагандировать здоровый образ жизни посредством проводимых занятий и мероприятий.

- развитие мотивации к самосовершенствованию, к творческой деятельности.

2. Планируемые результаты.

По окончании реализации Программы обучающиеся должны:

Изучить:

- основные правила движений у станка, понятие о поворотах ан деор и ан дедан;
- комплекс упражнений экзерсиса у станка классического и народного танца;
- основные позиции ног;
- ритмические рисунки в движении (сочетание четвертей и восьмых);
- основные позиции рук ;
- дробные движения русского танца;

Развить:

- координацию, гибкость, пластичность, выразительность, точность движений;
- творческое воображение;
- музыкальный вкус и кругозор;

Уметь:

- различать вальс, польку, марш;

- определять чередование сильной и слабой долей такта;
- научиться исполнять «полочку», «моторчик», «цепочку», «веревочку», «моталочку», «качели», «змейку», «распашонку», припадания, ходы;
- выучить танец «Кузнецы»;
- научатся выполнять Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Стирка», музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

3. Учебный план

ДОП «Just dance-3»

Наименование курса	Количество занятий в неделю	Количество занятий в год	Формы промежуточной аттестации
«Just dance-3»	1	**32**	Танец «Кузнецы»
Итого		**32**	

4. Календарный учебный график.

«Just dance-3»

Начало обучения: 06.09.2022
Окончание периода обучения: 16.05.2023
Продолжительность периода обучения: 32 недели
Продолжительность учебных периодов:

Учебный период:		Каникулы:
05.09.2022– 28.10.2022	*8 недель*	29.10.2022-06.11.2022
07.11.2022 – 30.12.2022	*8 недель*	31.12.2022-08.01.2023
09.01.2023 – 17.03.2023	*10 недель*	10.03.2023-26.03.2023
27.03.2023 – 16.05.2023	*6 недель*	

Программа предназначена для детей 7-18 лет.
Срок реализации Программы – 1 год.
Форма организации занятий – групповая –группа по 7-17 человек.
Режим занятий – 1 раз в неделю по 45 минут.
Промежуточная аттестация проводится по окончании реализации Программы, на последнем занятии.

5. Содержание программы.

Тема 1: Вводное занятие

Занятие проводится в форме беседы. Инструктаж по технике безопасности.

Тема 2: Партерный экзерсис. Гимнастика. «Улитка».

Упражнение для улучшения гибкости позвоночника.

И.П. – сидя на коленях. На счет «раз-два-три-четыре» голова опустилась вперед, за ней опустились плечи, затем округлилась спина. На счет «пять-шесть-семь-восемь» медленно выпрямились, стараясь, как бы, «развернуться» – «улитка показала рожки». Затем все выполняется в обратном порядке: сначала медленно округляется спина, плечи, затем голова, стараясь, как бы, «свернуться» - «улитка спряталась в домик».

Тема 3: Партерный экзерсис. «Медвежонок».

Упражнение для улучшения гибкости позвоночника.

И.П. – сидя на полу, прижав колени руками к груди, лоб касается коленей.

Лечь на спину в группировке, затем вернуться в И.П. – «качаться» на спине».

Тема 4: Азбука музыкального движения.

Изучение основных музыкальных размеров. Размер 2/2 состоит из двух долей, каждая из которых по длительности равна половинной ноте; размер 3/4 состоит из трёх долей, каждая из которых по длительности равна четвертной ноте; размер 4/4 состоит из четырёх долей, каждая из которых по длительности равна четвертной ноте.

Тема 5: Азбука музыкального движения. Закрепление изученного материала.

Изучение основных музыкальных размеров.

Тема 6: Азбука музыкального движения. Изучение сильной и слабой долей такта.

Чередование сильной и слабой долей такта. Акцентирование на сильную долю такта в шагах. Музыкальная структура движения: половинный каданс - полный каданс. Вступительные аккорды. Заключительные аккорды.

Тема 7: Азбука музыкального движения.Марш.Вальс.Полька.

Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные). Меленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Марши, польки, вальсы в медленном и среднем темпе.

Тема 8: Азбука музыкального движения. Марш. Вальс. Полька.

Закрепление.

Танцевальная музыка: марши (спортивные, военные), вальсы (быстрые, медленные). Меленные хороводные, быстрые плясовые русские танцы. Марши, польки, вальсы в медленном и среднем темпе.

Тема 9: Элементы классического танца. Основные правила движений у станка. Понятие о поворотах ан деор и ан дедан. Эпольман. Основные правила движений у станка.

Тема 10: Элементы классического танца. Основные позы классического танца.

Эстетика, логика и техника смены эпольман (круазе, анфас) в позах классического танца.

Тема 11: Элементы классического танца. Батман тандю, батман жете.

Батман тандю с 5-й позиции, во всех направлениях. С затактовым построением. Размер 2/4, темп — модерато (средний). Батман тандю жете по 1-й позиции (вперед и назад).

Тема 12: Элементы классического танца. Рон де жамб пар тер, батман фраппэ.

Рон де жамб пар тер - ан деор и ан дедан (с остановками спереди и сзади). Размер $^{3}/4$, темп - модерато.

Батман фраппэ - по всем направлениям. Размер 2/4, 4/4, (затакт 1/8, темп — модерато).

Тема 13: Элементы классического танца. Релеве лян. Па де буре.

Релеве лян с 5-й позиции - во всех направлениях (держась за станок одной рукой). Размер 3/4, 4/4 темп - анданте. Па де бурре - с переменой ног (стоя лицом к станку). Размер 2/4, темп -модерато.

Тема 14: Элементы классического танца. Шанжман де пье.

Шанжман де пье (большое) - прыжок с 5-й позиции с переменой ног (лицом к станку). Размер 2/4, темп - аллегро (подвижно).

Тема 15: Элементы классического танца. Закрепление изученного материала. Экзерсис у станка и на середине зала.

Тема 16: Элементы народно-сценического танца.

Русские ходы. Знакомство с русскими ходами:

а) простой вперед с каблука, с носка;

б) назад через полупальцы на всю стопу;

в) с притопом с продвижением вперед и назад;

г)тройной шаг на полупальцахс ударом на четвёртый всей стопой в пол;

д) боковой шаг на всей стопе, на полупальцах

Тема 17: Работа над репертуаром.

Изучение движений танца- «Кузнецы».

Упражнения «моторчик», «полочка», «воротца», «ковырялочка», «цепочка», «ручеек», «змейка», «распашонка».

Тема 18: Работа над репертуаром. Танец «Кузнецы».

Изучение движений танца- «Кузнецы» и упражнений на гибкость, пластичность, растяжку.

Тема 19: Работа над репертуаром. Танец «Кузнецы». Повторение.

Расстановка танцующих по рисункам в танце.

Тема 20: Работа над репертуаром. Отработка движений танца «Кузнецы».

Тема 21: Работа над репертуаром. Исполнение танца «Кузнецы». Отработка движений. Закрепление изученного материала.

Тема 22: Музыкально-танцевальные игры.

Изучение танцевально-ритмических упражнений – «Нарисуй себя», «Стирка». Музыкальные игры – переноска мяча, воротца, змейка, запомни мелодию.

Тема 23: Музыкально-танцевальные игры. Закрепление изученного материала.

Изучение танцевально-ритмических упражнений – «Зеркало», «Повтори-ка».

Тема 24: Творческая деятельность.

Повторение репертуара коллектива. Подготовка к концертной деятельности.

Тема 25: Творческая деятельность. Концерт к международному женскому

дню.
Выступление на школьном концерте.
Тема 26: Творческая деятельность. Отработка репертуара коллектива.
Повторение репертуара коллектива. Подготовка к концертной деятельности.
Тема 27: Творческая деятельность. Повторение изученного материала.
Репетиционный прогон репертуара коллектива. Повторение изученного материала.
Тема 28: Творческая деятельность. Закрепление всего материала.
Повторение репертуара коллектива и всего изученного материала.
Тема 29: Творческая деятельность. Подготовка к промежуточной аттестации.
Отработка движений танца «Кузнецы».
Тема 30: Актерское мастерство. Этюд
Упражнение на развитие творческого воображения. Этюд – упражнение, в котором есть содержание. Он может длиться тридцать секунд и полчаса, это не принципиально, важнее, есть ли в нем жизненное содержание.
Тема 31: Актерское мастерство. Этюд «Зеркало»
Упражнение на развитие творческого воображения. Этюд на развитие навыков взаимодействия и взаимозависимости партнеров. Обучающие разбиваются на пары, становятся друг напротив друга и по очереди в точности копируют движения.
Тема 32: Промежуточная аттестация. Танец «Кузнецы».
Показать уровень освоения детьми пройденного хореографического материала, представление танца «Кузнецы», где заняты все дети группы.

6.Организационно-педагогические условия.

1. **Материально-техническое обеспечение.**
   Наличие оборудованного хореографического зала для занятий.
   Раздевалка для обучающихся.

В зале есть:
-зеркала
-хореографический станок
- аудиоаппаратура
- ноутбук.
-наличие у детей специальной формы для занятий, ковриков для гимнастики
- наличие сборника аудио записей для музыкального сопровождения занятий
-наличие сценических костюмов для концертных номеров.
Актовый зал: сцена, аудиоколонки, видеоаппаратура, ноутбук.
Спортивный зал: аудиосистема, большое пространство для репетиций и подготовки к концертам.

2. **Кадровые условия.**

Занятия проводятся педагогом-хореографом Филипповой Алиной Ивановной.

Образование: высшее, ЛГПУ им. Семенова-Тян-Шанского г. Липецк, год окончания 2015, специальность: руководитель хореографическим любительским коллективом.

Курсовая подготовка по теме: Методика преподавания музыки и хореографии в системе общего и дополнительного образования в условиях реализации ФГОС, 2019г.

7. Оценочные материалы по промежуточной аттестации.

Цель: анализ пройденного материала и усвоение детьми постановки танца «Кузнецы», проверка хореографических навыков, предусмотренных курсом «Just dance-3».

Оснащение: костюмы, реквизит, музыкальное сопровождение.

Ход занятия:

Вступление

На 1-2 такта. Выходит мальчик с молотом на плече останавливается, делает поворот вокруг себя, и зовет своих ребят.

3-4 такта. Ребята выбегают друг за другом с правой стороны к центру и выстраиваются в шахматный порядок.

Рис. 1

5-6 такта. Ставят молот, а левая рука через вверх опускается до уровня плеча. Приветствуют.

7-8 такта. Поочередно начиная с правой ноги ставят на каблук. Одновременно держа молот обеими руками за пазуху с правой стороны.

9-10 такта. Молот держат обеими руками ставят на пол и упираясь на него поднимаются с пятки на носок раскачиваясь смотрят вправо, смотрят влево потом снова вправо.

11-15 такта. Идут параллельно в два круга, высокими шагами ноги вперед, сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90гр. Ступня параллельно полу с **продвижением вперед**. Положа молот, в правое плечо, держа обеими руками. Останавливаются в два ромбика параллельно.

Рис. 2

16-20 такта. Кладут молот, делают силовые упражнения, отжимание от пола, упираясь в пол ладонями и носками, руки ноги выпрямлены, сразу же обе ноги собирают в колено и встают с прыжком, в позу (вытягивая прямую правую *(левую)* ногу, поставить ее на каблук, обе руки на ширине плеч). Делают 2 раза по 2 такта.

21-22 такта. Положение упор-присев сзади. Ноги часто,

резко *«выбрасываются»* поочередно ноги на ногу.

23-24 такта. Поза, положение упор-лежа боком на левой руке, правая рука вытянуто.

25-26 такта. Положа молот, на правое плечо, высокими шагами ноги вперед, сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90гр. Ступня параллельно полу с **продвижением** выстраиваются в одну прямую линию.

Рис. 3

27-29 такта. Молот держат руками ставят на пол, и упираясь на него поднимаются с пятки на носок раскачиваясь смотрят вправо, смотрят влево потом снова вправо.

30-32 такта. Левой ногой ритмично притоптывают ступней параллельно пол.

33-35такта. Положа молот, на правое плечо, высокими шагами ноги вперед, сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90гр. Ступня параллельно полу с **продвижением**. Перестраиваются в центре.

Рис. 4

36-38такт. Идет имитация **движения** удара молотом вперед назад, а один смотрит пристально и наблюдает, а тем временем другие меряются с силами, держатся крепко за обеими, руками перетягивают вес, кто перетянет к себе, тот и сильнее, а другие ребята наблюдают, и болеют за них

39-41 такта. Положа молот, на правое плечо, высокими шагами ноги вперед, сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90гр. Ступня параллельно полу с **продвижением**. Заходят впереди центра, перестраиваются в одну прямую линию.

Рис. 5

Концовка. 42 такта. Встают боком, правой рукой высоко поднимают молот, и направляются к выходу, положа молот, на правое плечо, высокими шагами ноги вперед, сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90гр. Ступня параллельно полу с **продвижением вперед**.

Педагог наблюдает и оценивает: музыкальность (ритмичность), умение воспринимать музыку, синхронность; исполнительское мастерство: взаимодействие танцоров друг с другом, контакт со зрителем, артистизм.

8. Методические материалы.

1.Л.В. Бухвостова, Н.И. Заикин, С.А. Щекотихина «Балетмейстер и коллектив», 2007,Орел;
2.Н.И. Заикин, Н.А. Заикина «Русский народный танец», часть 1, 2014, Орел.