

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕН
Приказом ДТДиМ
от 30 мая 2023г. № 307-ОД

Рабочая программа
по дополнительной общеразвивающей программе
«Совершенствование танцевального мастерства»
Возраст обучающихся: 8-11 лет
Младшая категория

Авторы-составители:
Порофиева Екатерина Олеговна
педагог дополнительного образования
отдела художественного воспитания
Кустарёва Марина Геннадьевна
методист отдела художественного
воспитания

Особенности организации образовательного процесса младшей категории

Учащийся приобретает углубленные танцевальные навыки: совершенствует растяжку, подъем, гибкость, индивидуальное танцевальное мастерство, овладевает искусством сольного исполнения концертных танцевальных композиций, приобретает начальный навык профессиональных проб.

Теоретические и практические занятия по программе могут проводиться аудиторно и внеаудиторно. Внеаудиторные занятия проводятся преимущественно с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, обеспечивающих его доступность, вариативность, индивидуальный подход к каждому ребенку в соответствии с личностными особенностями восприятия учебного материала.

Наполняемость учебных групп – индивидуальные занятия.

Сроки реализации программы - 36 часов.

Режим занятий - 36 часов: 1 раз в неделю по 1 часу.

Условия набора и формирования групп младшей категории

В реализации программы принимают участие дети от 8 до 11 лет, учащиеся хореографической студии, на основе предварительного просмотра. Учащиеся занимаются индивидуально.

Задачи обучения младшей категории

Обучающие:

- формирование углубленного навыка индивидуального выполнения гимнастических элементов для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема, шага, укрепления мышц пресса;
- формирование углубленного навыка индивидуального исполнения классического и экзерсиса;
- формирование углубленного навыка сольного исполнения трех программных танцевальных композиций на основе классической и современной хореографии;
- формирование устойчивого навыка успешных сольных сценических выступлений;
- формирование первоначального навыка профессиональных проб.

Развивающие:

- развитие углубленных специальных танцевальных способностей: координации, гибкости, пластики, общей физической выносливости;
- углубленное развитие артистичности и эмоциональности;
- углубленное развитие творческой активности, самостоятельности;
- углубленное развитие внимания, мышления, воображения, коммуникативности;
- углубленное развитие художественно-эстетического вкуса;
- углубленное развитие и укрепление физического здоровья учащихся.

Воспитательные:

- воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопонимания и стремления к самообразованию;
- воспитание на основе сольной творческой деятельности лидерских качеств, целеустремленности, ответственности, инициативности;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и

- способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- формирование основ гражданской идентичности и мировоззрения.

Содержание обучения

Тема 1. Введение в танец.

Теория 1 час

Цели и задачи на предстоящий учебный год; правила поведения и танцевального этикета на занятиях и концертах; правила техники безопасности в залах, раздевалках.

Принципы выполнения разминочных упражнений.

Практика 1 час

Выполнение разминочных и тренировочных упражнений.

Тема 2. Партерная гимнастика.

Теория 1 час

Последовательность и техника выполнения упражнений для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема.

Практика 5 часов

Выполнение упражнений для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема, шага; укрепление мышц пресса из положений: сидя, лежа, на боку, на четвереньках; упражнения «Руки на талии», «Кошечка», «Лодочка», «Змея», «Тик-так», «Повороты корпуса»;

выполнение упражнений: «Гусеница», «Прищепка», «Уголок», «Нога к себе», «Буква М», «Подготовка к plie»;

выполнение упражнений: «Подготовка к battement tendu», «Наклоны в стороны и вперед», «Качалка», «Разножка», «Relevé» вперед,

выполнение упражнений: «Подготовка к 1-й позиции», махи вперед лежа на спине, махи назад и в сторону на четвереньках, «Самолет».

Тема 3. Классический танец.

Теория 1 час

Танцевальная терминология. Последовательность и техника исполнения классического экзерсиса.

Практика 4 часа

Позиции рук: позиции классического танца (I, II, III);

позиции ног: «классические позиции» (I, II, III, IV), без тщательной выворотности, позиции рук: I, II, III;

исполнение движений экзерсиса: батман тандю (Bt. tendu), плие – релеве (Plie-releve) с р. ногой на 45°, 4/4 - 1т.;

пор де бра (Port de bras) с малой растяжкой, муз. размеры 3/4, 4/4 релеве лян (Releve lent); положение ноги на passe (выворотное и невыворотное).

Самостоятельное изучение информации по теме в сети Интернет, обсуждение: www.dic.academic.ru, yandex.ru/video/.

Тема 4. «Хобби или призвание. Часы профориентации».

Теория 1 час

Понятия: «Личностные особенности», «темперамент». Влияние особенностей характера на выбор профессии. Типы профессий.

Понятие: «наставник», «наставничество». Необходимые качества учащегося-наставника, понятия: «личностные качества», «показатели в обучении», «индивидуальные достижения по направленности», «трудолюбие», «выдержка».

Практика 3 часа

Деятельность наставника с младшими учащимися танцевальной студии под педагогическим наблюдением: выполнение блока разминочных, гимнастических, упражнений, репетиционно-постановочная работа.

Тема 5. Современный танец.

Теория 1 час

Последовательность и техника исполнения движений современного танца. Принципы правильного дыхания – диафрагмальное дыхание.

Практика 6 часов

Развитие подвижности позвоночника: в положении сидя «contraction» и «release»;
расслабление и дыхание: диафрагмальное дыхание, упражнение «Надуй мяч»;
изоляция и музыкально-ритмическая координация: изолированные движения различных частей тела в определенной последовательности сверху – вниз;
разучивание и исполнение координационных упражнений под простой ритм, упражнения;
Основные танцевальные шаги и прыжки: приставной шаг в сторону и вперед.
«Плетенка», твист, элементы взаимодействия и партнеринга: игра «Притяжение».
Самостоятельное изучение информации по теме в сети Интернет, обсуждение:
<http://ru.dance.wikia.com/>.

Тема 6. Репетиционно-постановочная деятельность.

Теория 1 час

Связь движения с музыкальным оформлением. Роль костюма в хореографической постановке.

Практика 11 часов

Прослушивание и разбор музыкального материала изучаемого номера (размер, части, фразы, характер);
разучивание движений танцевальных композиций;
поэтапное проучивание комбинаций по элементам (движения головы, корпуса);
поэтапное проучивание комбинаций по элементам (движения руки, ног);
поэтапное проучивание комбинаций по элементам (промежуточные позы);
последовательное соединение выученных движений в единую композицию;
работа над эмоциональной выразительностью и синхронностью движений;
развитие силы и грации в исполнении танцевальных композиций, отработка элементов танцев;
формирование навыков актерского мастерства и сценической раскрепощенности;
формирование навыков выразительности, освоение новых темпов, ритмов, техники движений;
выразительное исполнение всего танцевального номера в соответствующем характере и образе.

Разучивание двух танцевальных в течение учебного года.

Примерный репертуар:

1. «Волшебный сон»,
2. «Пока мамы дома нет»,
3. «На корте»,
4. «По дороге к бабушке»,
5. «Рисуя этот мир»,
6. «Танец барабанщицы».

Планируемые результаты обучения младшей категории

Личностные:

- мотивация к занятиям танцевально-хореографическим творчеством;
- потребность в здоровом образе жизни;
- умение творческого самовыражения: выразительность, раскрепощенность, эмоциональность, фантазия, воображение, психологическая устойчивость, способность сценического перевоплощения, физическая выносливость;
- владение эмоциональной культурой: способностью распознавать собственные эмоции;
- умение использовать в своей деятельности волевые ресурсы для достижения поставленной индивидуальной творческой цели;
- ценностно–смысловые установки, осознание российской идентичности;
- трудолюбие, старательность, аккуратность, уважительное отношение к результатам собственного труда и труда окружающих.

Метапредметные:

Коммуникативные

- умение с достаточной полнотой выражать свои мысли в соответствии с задачами в различных видах танцевально-исполнительской деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально, формулировать свое мнение.

Регулятивные

- овладение способами определения цели предстоящей танцевальной деятельности, планирования последовательности действий;
- умение планировать, анализировать учебную деятельность в процессе разучивания программных танцевальных композиций посредством активизации внимания;
- знание способов эмоциональной регуляции деятельности, проявляющейся в общении;
- умение выделять необходимую информацию из различных источников, включая электронные средства обучения.

Познавательные

- познавательный интерес к предметам сферы танцевального исполнительства;
- умение объяснять процессы, связи, выявляемые в ходе танцевальной деятельности;
- умение оценивать достигнутые результаты и адекватно их формулировать в устной форме;
- умение эмоционально оценивать танцевальные композиции;
- умение использовать информационно-коммуникационные технологии в образовательных целях.

Предметные:

- владение углубленным навыком индивидуального выполнения гимнастических элементов для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема, шага, укрепления мышц пресса;
- владение углубленным навыком индивидуального исполнения классического и народно-характерного экзерсиса, прыжков;
- владение углубленным навыком сольного исполнения трех программных танцевальных композиций на основе классической и современной хореографии;
- владение навыком успешного творческого взаимодействия с педагогом;
- владение устойчивым навыком подготовки к успешным сольным сценическим выступлениям;
- владение начальным опытом профессиональных проб посредством наставнической деятельности.