МАКАРОВ МАТВЕЙ ГРИГОРЬЕВИЧ

Подписан: МАКАРОВ МАТВЕЙ ГРИГОРЬЕВИЧ
DN: ОГРНИП=320774600482907, СНИЛС=18035587280, ИНН=771917051266, C=RU, CN=МАКАРОВ МАТВЕЙ ГРИГОРЬЕВИЧ, G=МАТВЕЙ ГРИГОРЬЕВИЧ, SN=МАКАРОВ
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2023-05-18 11:04:43
Foxit Reader Версия: 10.0.1

Индивидуальный предприниматель Макаров Матвей Григорьевич

УТВЕРЖДАЮ

ИП Макаров М.Г.

«___»_____2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ХОРЕОГРАФИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ 10-13 ЛЕТ»

НАПРАВЛЕННОСТЬ: ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ

Уровень: Ознакомительный

Возраст обучающихся: 10-13 лет

Срок реализации: 9 месяцев

Составитель (разработчик):

Капранова О.А.,

педагог дополнительного образования

г. Москва 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка…….. 3

Цель и задачи……. 3

Планируемые результаты……. 5

Содержание программы…….. 6

Учебный (тематический план) и содержание…… 6

Формы контроля и оценочные материалы…… 9

Организационно-педагогические условия реализации программы… 9

Список литературы…….. 10

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность и педагогическая целесообразность программы:

Модерн-джаз танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, не похожий не на классический балет, не на бальные танцы. Как и все эти направления, он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом энергетикой.

Актуальность применение джазового танца в настоящее время достаточно многообразно: театральная практика, варьете и эстрада, кино и шоу-бизнес. Модерн-джаз танец органически соединяет движения характерные для танцевальных систем – антагонистов, какими на первый взгляд являются джазовый танец и классический балет. Именно эта «всеядность» позволяет создать свой богатейший, выразительный язык движений.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на всестороннее и гармоничное развитие детей дошкольного возраста.

Цель программы:

Освоение особенностей происхождения Модерн-джаз и афро-джаз танцев а так же ознакомление с основами Модерн-джаз и афро-джаз танцев (их характером и особенностями).

Задачи программы:

1. Овладение определенным запасом знаний, умений и навыков джазового танца.
2. Познакомить с танцевальной техникой Модерн-джаз и афро-джаз танцев.
3. Соблюдать системность в процессе обучения (от простого к сложному).
4. Учитывать возрастные особенности учащихся.
5. Развивать общий эмоциональный фон учащихся, свободное общение, уверенность, силу духа.
6. Развитие техники и манеры исполнения джазового танца.
7. Воспитание музыкальности, культуры и поведения в обществе.
8. Упражнения у станка:

- Demi и grand plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот.
- Demi и grand plie в сочетании с releve.
- Batman tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.
- Batman tendus с использованием brash.
- Batman tendus с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска.
- Batman tendus jete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот.
- Batman tendus jete с использованием brash.
- Batman tendus jete с подъемом пятки опорной ноги во время выноса на носок или броска.
- Rond de jambe par terre с подъемом ноги на 45 градусов.
- Rond de jambe par terre с подъемом на 90 градусов.
- Grand batman jete с подъем пятки опорной ноги во время броска.

9. Упражнение на середине зала:
   - Позиции рук характерные для джаз танца: 8 позиция джаза, позиция V, позиция L.
   - Flat back назад.
   - Проработка deep body bend, side stretch.
   - Изгибы торса: curve, arch, roll down и roll up.
   - Овладение системой растяжки stretch.
   - Овладение характером и особенностями классического, традиционного джаза.
10. Вращения:
   - Вращения из релаксационного раскрытия до 2 позиции в контракцию по 6 позиции.
   - Штопорные вращения.
   - Пируэты.
   - Шене по диагонали.
11. Кросс:
   - Grand batman jete по всем направлениям.
   - Сиссон ферме по всем направлениям.

- Сиссон уверт по всем направлениям.

Категория учащихся:

Дети в возрасте от 10 до 13 лет.

Срок реализации программы:

Программа рассчитана на 9 месяцев обучения. Общее количество часов составляет 103 часа.

Формы и режим занятий:

Форма проведения занятий – групповая.

Занятия проводятся 3 раза в неделю. Продолжительность занятия 1 занятия 50 минут.

Количество детей в группах - от 5 до 13 человек в соответствии с возрастом детей.

Форма организации итоговых занятий - открытый урок, концертное выступление.

Планируемые результаты:

Ожидаемый результат определяется в зависимости от возрастной группы и этапа освоения программы.

По окончанию учебного процесса учащиеся должны грамотно исполнять все проученные движения и упражнения, уметь составлять танцевальные комбинации на основе изученного материала.

Основной показатель работы-выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся:

- физическое развитие;
- техническое развитие (технически правильно выполнять движения, танцы);
- теоретическое развитие (знание теории);
- музыкальное развитие;
- эстетическое развитие.

Правильное исполнение следующих движений: штопорные вращения, пируэты, шене, вращения из релаксационного раскрытия до 2 позиции в

контракцию по 6 позиции; Deep body bend, side stretch. Grand batman jete, сиссон ферме, сиссон уверт.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

На первых 2-х занятиях предусмотрено обучение мерам пожарной безопасности (по 15 минут на каждом занятии).

Содержание образовательной программы основывается на положениях культурно-исторической теории Л.С. Выготского и отечественной научной психолого-педагогической школы о закономерностях развития ребенка в дошкольном возрасте и обеспечивает в целом:

- сохранение и укрепление здоровья воспитанников;
- развитие позитивного эмоционально-ценностного отношения к окружающей среде, практической и духовной деятельности человека;
- развитие потребности в реализации собственных творческих способностей.

Учебный (тематический план) и содержание:

Период	Тема	Часы	Содержание
Сентябрь-ноябрь	Упражнение на середине зала	3	Разминочная часть урока (партер).
		3	Позиции рук: 5, 6, 7 джаз позиции.
		3	Упражнения свингового характера.
		3	Упражнения для расслабления позвоночника.
		4	Проработка движений: drop u swing roll down u roll up.
		2	Twist торса.
		3	Скручивание в 6 позицию.
		2	«Восьмерка» корпусом с позиции скручивания одновременно.
		4	Пируэты на 180 градусов со 2 позиции.
		3	Flat step в сочетании с работой плеч.
		3	Flat step в сочетании с «восьмеркой» тазом.
		2	Grand batman с двумя шагами по диагонали.

		6	Подготовка и Выступление на отчетном концерте
Декабрь-февраль	Овладение системой растяжки stretch	24	Упражнения у станка: - Demi и grand plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот. - Batman tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот. - Batman tendus с использованием brash. - Batman tendus с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска. - Batman tendus jete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. - Rond de jambe par terre с подъемом ноги на 45 градусов. - Rond de jambe par terre с подъемом на 90 градусов. - Grand batman jete с подъем пятки опорной ноги во время броска.
		12	Упражнение на середине зала: - Позиции рук характерные для джаз-танца: - 8 позиция джаза, позиция V, позиция L. - Flat back назад. - Проработка deep body bend, side stretch. - Изгибы торса: curve, arch, roll down и roll up. - Овладение системой растяжки stretch. - Овладение характером и особенностями классического, традиционного джаза.
	Вращения	8	Вращения из релаксационного раскрытия до 2 позиции в контракцию по 6 позиции: - Штопорные вращения. - Пируэты. - Шене по диагонали.
Март-май	Кроссы	4	Grand batman jete по всем направлениям.
			Сиссон ферме по всем направлениям.
			Сиссон уверт по всем направлениям.

	Этюды с использованием всех проученных движений в сочетании классических и джазовых позиций ног и корпуса	4	Подготовка и выступление на конкурсе
	Разучивание изоляции	4	Полиритмия и полицентрия. Движения трех четырех и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.
	Развитие изоляции	8	Упражнения для позвоночника: - Торсовая работа корпуса twist, twill на закрепление мышечных ощущений спины и бока. - Соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, high release, наклоны торса во всех направлениях) в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге. - Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contraction release, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д. - Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъемы, а так же переходы из уровня в уровень.
	Вращения	6	Пируэт со 2 позиции на 180, 360, 720 градусов.
			Пируэт из 4 позиции на 180, 360, 720 градусов.
			Пируэт в позах (efacce, croisee).
	Кроссы	4	Шаги с координацией трех, четырех и более центров.

			Шаги с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов. Па эшапе с поворотом. Па шассе как подготовка к большим прыжкам. Соединение шагов, прыжков в вращении в единые комбинации. Вращения по кругу.
	Комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами	3	Подготовка и показ класс- концерта для родителей
			Итого: 103 часа

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формой контроля являются - открытые уроки, отчетные концерты, участие в фестивалях районного и городского значения.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия реализации программы:
Занятия проводятся в музыкальном зале.

1. Технические средства обучения (звуковые):
- Музыкальный центр;
- Мультимедийная система;
- Пианино;
- Микрофон.
2. Учебно-наглядные пособия:
- Детские музыкальные инструменты;
- Костюмы;

- Литература по хореографии для детей.

3. Набор CD-дисков с записями мелодий.

4. Атрибуты: кегли, обручи, мячи разных размеров, скакалки, платочки.

Методическое обеспечение программы:

При организации образовательного процесса используются методы: наблюдение, убеждения, стимулирования, создание ситуации успеха для каждого ребенка.

Основой для совершенствования движений и воспитанию у детей необходимых двигательных навыков является воздействие музыки. Подбор музыкального материала для ведения танцевальных занятий играет большую роль.

Словесное объяснение используется на занятиях и включает в себя основные рабочие и профессиональные термины, точные определения.

Показ движений применяется педагогом для передачи ученикам характера движений. Показ помогает ученикам выразительнее, эмоциональнее и технически правильно исполнить любое движение, упражнение, танцевальные комбинации.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Танцы» Люси Смит, Москва «Астель» 2001г.

2. «Основы современного танца» С.С. Полятков, Ростов-на-Дону «Феникс» 2006г

3. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника» В.Ю. Никитин.

4. «Линия, уходящая в бесконечность: Субъективные заметки о современной хореографии» Ю.М. Чурко, Мн.: Полымя, 1999. 224 с.

5. Волконский С. М., Выразительный человек, СПВ, 1913

6. Шторк К., Далькроз и его система Л---М., 1924

7. Милль А. де, Танец в Америке

8. Дункан А., Танец будущего, М.. 1908

9. Энциклопедия БАЛЕТ.

10. Сарабьянов Д.В. "Стиль модерн". М. 2000.

11. Сироткина Ирина. Свободное движение и пластический танец в России. М.: Новое литературное обозрение, 2011. - 319 с.