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 11:04:42
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 9-11 ЛЕТ»

НАПРАВЛЕННОСТЬ: ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ

Уровень: Ознакомительный

Возраст обучающихся: 9-11 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…… 7

Организационно-педагогические условия реализации программы… 8

Список литературы…….. 9

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. Развитие навыков:

- Движения изолированных центров;
- Взаимосвязь дыхания и движения;
- Упражнения stretch-характера;
- Развитие грудной клетки, тазобедренного сустава, коленного сустава, голеностопа.

Упражнения в партере:

- Проработка на полу положений ног – flex, point.
- Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.
- Закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца.
- Изолированная работа мышц в положении лежа.
- Изолированная работа мышц в положении сидя.
- Изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа.
- Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя.
- Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям.
- По очередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н – flex, Л.Н. – point и наоборот.
- Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.
- Выходы на маленькие мостики.
- Упражнения stretch-характера в положении лежа.
- Упражнения stretch-характера в положении сидя.
- Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.

Упражнения на середине зала:

- Основные позиции ног в джаз-танце.
- Основные позиции рук в джаз-танце.
- Изолированная работа головы в положении стоя.
- Изолированная работа плеч в положении стоя.
- Изолированная работа рук в положении стоя.
- Изолированная работа грудной клетки в положении стоя.
- Изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя.
- Изолированная работа ног, стоп в положении стоя.

Категория учащихся:

Дети в возрасте от 9 до 11 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 каждого класса:

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

Ожидаемый результат на данном этапе освоения программы - правильное выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся:

- Движения изолированных центров;
- Взаимосвязь дыхания и движения;
- Упражнения stretch-характера;

- Подвижность грудной клетки, тазобедренного, коленного суставов, голеностопа.

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	Введение и знакомство с направлением «Модерн – джаз»	1	Движения изолированных центров;
		1	Взаимосвязь дыхания и движения;
		2	Упражнения stretch-характера;
	Упражнения в партере.	2	Проработка на полу положений ног – flex, point.
		3	Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.
		2	Закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца.
		4	Изолированная работа мышц в положении лежа.
		3	Изолированная работа мышц в положении сидя.
		4	Изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа.
		2	Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя.
		3	Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям.
		2	По очередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н – flex, Л.Н. – point и наоборот.

		2	Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.
		3	Выходы на маленькие мостики.
		4	Упражнения stretch-характера в положении лежа.
Декабрь-февраль	Упражнения в партере.	4	Упражнения stretch-характера в положении сидя.
		3	Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.
	Упражнения на середине зала.	2	Основные позиции ног в джаз-танце.
		2	Основные позиции рук в джаз-танце.
		3	Изолированная работа головы в положении стоя.
		3	Изолированная работа плеч в положении стоя.
		3	Изолированная работа рук в положении стоя.
		4	Изолированная работа грудной клетки в положении стоя.
		4	Изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя.
		4	Изолированная работа ног, стоп в положении стоя.
Март-май	Закрепление положений на середине зала	3	Развитие подвижности позвоночника (body roll).
		4	Проучивание flat back вперед.
		3	Квадрат и крест в разделе изоляция.
		8	Акробатические элементы (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты)
		3	Проучивание batman tendus jete вперед с сокращенной ногой от колена, в положении лежа.
		3	Contraction, release на четвереньках.
		3	Body roll в положении круазе сидя.
		3	Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону.
		3	Растяжки из положения сидя, включая поясничную работу мышц.

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.