

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ГАПОУ СО «КУПК»)**

Принята
на заседании методического совета
от «26» августа 2024г.
Протокол № 1



Токарева Н.Х.
2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

Ансамбль стилизованного танца «Импульс»

Возраст обучающихся: 16-19 лет

Срок реализации 1 год

Каменск-Уральский
2024

Организация-разработчик: ГАПОУ СО «Каменск-Уральский политехнический колледж»

Разработчики: Мехонцева Кристина Александровна, педагог-организатор.

Мухина Владлена Вячеславовна, педагог дополнительного образования,
руководитель ансамбля стилизованного танца «Импульс».

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ
 - 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
 - 1.2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
 - 1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ
 - 2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
 - 2.2. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
 - 2.3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ
ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
 - 2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ. ПРИЛОЖЕНИЕ. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танцы – один из любимых и популярных видов искусства- дают широкие возможности в деле физического, эстетического и этического воспитания учеников. Танцы развивают естественную грацию, музыкальную ритмичность. Занятия в танцевальном коллективе приучают учеников к самодисциплине, ответственности, раскрывают индивидуальные возможности. Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал студентов. Актуальность программы связана с необходимостью развития танцевального потенциала обучающихся и расширения знаний

Программа отличается от вышеперечисленных программ тем, что обучение доступно большему кругу студентов и (нет профессионального отбора), значительно меньше объем изучаемого материала, ниже уровень требований к способностям и физическим данным обучающихся.

В коллектив принимаются практически все желающие студенты, без каких-либо особых ограничений на основании допуска к занятиям медицинского работника. Предполагает принятие всех желающих, независимо от степени одаренности и уровня хореографической подготовки детей. По данной программе могут обучаться и дети с физическими недостатками (низкое зрение, сколиоз, плоскостопие).

Программа «» для обучающихся 15-19 лет, увлекающихся танцевальным искусством, рассчитана на год обучения.

Занятия организованы в академической форме, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Стилизованный танец - вид сценического танца, небольшая танцевальная сценка (танцевальная миниатюра), чаще игрового, развлекательного характера. Построен на лаконичных средствах хореографической выразительности. Современный стилизованный танец характеризуется созданием больших концертных программ, он многонационален по своему составу и органично сочетает в себе разные танцевальные направления. В нем могут присутствовать элементы классического танца, народного и народно-стилизованного танца.

Современный эстрадный танец - это несколько наборов определенных движений в том или ином танцевальном направлении с возможностью собственного сочинительства, импровизации. Современный танец выбран в качестве взгляда на современного человека, потому что танец - это возможность самопознания и самовыражения на уровне ума, души и тела.

Актуальность программы заключается в ценностно-ориентированном, художественном подходе к обучению детей и к дальнейшей здоровой в физическом, нравственном и культурном отношении жизни.

Педагогическая целесообразность. Обучение танцу совершенствует координацию движений, способствует укреплению мышечного аппарата, развивает различные группы мышц, даёт возможность обучающимся овладеть манерой исполнения различных танцев, сложностью их темпов и ритмов, развивает их кругозор.

«Я хочу танцевать» - это желание ребенка есть главный девиз данной программы. И это желание будет решающим и определяющим при принятии ребенка в коллектив.

Призвание это или каприз покажет время, но позволить реализовать себя в этой сфере искусства может каждый, тем более что обучение танцевальному искусству предполагает большие физические и моральные нагрузки и здесь без желания и стремления не обойтись. Ведь не редко, дети, обладающие прекрасными профессиональными данными, в процессе обучения пасуют перед трудностями и, не желая утруждать себя, прерывают учебу. Дети же, не имеющие явных фактурных данных и вызывающие порой недоумение специалистов по поводу выбранного ими вида деятельности, но обладающие сильным желанием и стремлением, преодолевая свои физические недостатки путем самостоятельных занятий, добиваются блестящих результатов. Данная программа направлена на удовлетворение потребностей ребенка в его желании танцевать, приобщение его к искусству хореографии, развитие художественного вкуса, постижение прекрасного посредством танца, развитие творческих способностей детей.

Занятия направлены не на возвращение танцора - профессионала, а стремятся:

- способствовать эстетическому и физическому развитию подрастающего поколения;
- дать учащимся начальное танцевальное образование;
- создать условия для развития танцевальных способностей, самораскрытия детей.

1.2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 семестр 2024-2025 учебный год

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная работа	
1	Организационное занятие	2	2	-		Лист по ТБ
2	Разминка (изоляция)	5	1	4		Отметка в журнале
3	Экзерсис на середине	5	2	3		Контрольный урок
4	Растяжка (стрейчинг)	4	1	3		Контрольный урок
5	Кросс	5		4		Контрольный урок
6	Народный – сценический танец	10	1	10		Концерт
7	Разучивание танцевальных связок в разных танцевальных направлениях	10	1	9		Контрольный урок
8	Репетиционно - постановочная работа.	10	4	6		Контрольный урок
9	Концертная деятельность.	5	1	4		Контрольный урок
10	Итого	56	13	43		

2 семестр 2024 -2025 учебный год

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное занятие	4	4	-	Лист по ТБ
2	Разминка (изоляция)	10	2	8	Отметка в журнале
3	Экзерсис на середине	10	3	7	Контрольный урок
4	Растяжка (стрейчинг)	6	1	5	Контрольный урок
5	Кросс	10		10	Контрольный урок
6	Народный – сценический танец	9	3	6	Концерт
7	Разучивание танцевальных связок в разных танцевальных направлениях	10	1	9	Контрольный урок
8	Репетиционно - постановочная работа.	10	4	6	Контрольный урок
9	Концертная деятельность.	15	2	13	Контрольный урок
10	Итого	84	20	64	

1.2.1 Учебный план программы

Совершенствуется умение детей целенаправленно находить и изменять движения для более выразительного воплощения музыкально-двигательных образов.

Музыкально-двигательные образы делаются более значительными, глубокими по содержанию, более точными и сложными по форме. Работа над ними способствует росту творческой активности детей.

Тема 1. Организационное занятие.

Знакомство с учащимися. Объяснение важности изучения современного эстрадного танца. Расписание занятий. Правила поведения. Дисциплина на занятиях. Внешний вид. Инструктаж по технике безопасности. Восстановление материала прошлого года обучения.

Тема 2. Разминка (изоляция).

Проводится на каждом уроке в течение 10 минут стоя на середине зала.

Прыжковый разогрев всего организма.

Изоляция головы:

1. наклоны вперед, назад, в стороны
2. крест
3. поворот
4. круг

Изоляция плеч:

1. подъем плеча вверх
2. шейк (волнообразное движение плеч)
3. крест
4. полукруг
5. круг

Изоляция грудной клетки:

1. движение из стороны в сторону
2. движение вперед – назад
3. полукруги
4. круги

Изоляция бедер:

1. движение из стороны в сторону
2. подъем одного бедра
3. shimmy (спиральное закручивание бедер)
4. полукруг
5. круг
6. восьмерка

Изоляция ног:

1. круговые движения стоп
2. сокращения стоп

На основании основных упражнений составляются комбинации.

Задача - научить учащихся изолировать каждую часть тела по отдельности, развить координацию движения.

Тема 3. Экзерсис на середине.

Проводится на каждом уроке в течение 25 минут, на середине зала.

1. demi – plie , grand – plie (деми, грандплие)
2. battement tendu (батман тандю)
3. battement tendu jete (батмантандюжете)
4. адажио
5. grand battement jete (грандбатманжете)

На основании всех упражнений составляются комбинации.

Задача – развитие мышц стопы, предельно вытянутых ног, выворотности тазобедренного сустава, подтянутой спины, равновесия, ловкости, постановки корпуса и рук.

Тема 4. Растяжка (стрейч).

Проводится на каждом уроке в течении 10-15 минут, на середине зала.

Растяжка строится из расчета подготовки учащихся, направлена на все мышцы тела.

Задача - растянуть по мере возможности все группы мышц, придать им эластичность, упругость.

Тема 5. Кросс

Проводится на каждом уроке в течении 10 минут.

И.П.: Стоя на середине зала, лицом в анфас.

Прыжки:

1. soute (соте) по 6, 1, 3 позиции
2. поджатый
3. разношка
4. assemble (ассамблее)

Кросс:

1. hop (хоп)
2. jump (джамп)
3. Шоссе

Туры:

1. tourchaines (тур шене)

Задача – развитие силы мышц ног, координаций, легкости, выворотности, точных поворотов головы.

Тема 6. Народный сценический танец

Задачами обучения по народно-сценическому танцу является дальнейшее развитие силы ног, навыков координации и танцевальности. Большое значение придается воспитанию у учащихся музыкальности, умению раскрыть в народном танце характерную манеру исполнения.

Изучаются элементы русского и вводятся элементы русского стилизованного:

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение).
2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-ю и 5-ю позиции.
3. Бытовой шаг с притопом («Шаркающий шаг»: каблуком по полу, полупальцами по полу. «Переменный шаг» с притопом и продвижением вперед и назад. «Девичий ход» с переступаниями).
4. Боковое «припадание»:
 - а) с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.
 - б) с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.
5. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест - накрест на носок или ребро каблука. На месте и с отходом назад.
6. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
7. «Веревочка»:

- а) с двойным ударом полупальцами,
- б) простая с поочередными переступаниями.
8. «Ковырялочка» с подскоками
9. «Ключ» простой на подскоках.
10. Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).

Тема 7. Разучивание танцевальных связок в разных танцевальных направлениях

Разучиванию и отработке уделяется по 10 минут на каждом уроке. Берутся элементы из разных танцевальных направлений, таких как: джаз, модерн, хип – поп и т.д. На основании элементов строятся различные комбинации.

Задача - познакомить учащихся с различными направлениями современного танца, дать необходимые начальные навыки.

Тема 8. Репетиционно - постановочная работа.

Занятия по этому разделу предполагают работу над этюдами в разных видах хореографии, входящих в программу обучения, танцевальными номерами для сценического исполнения и включают в себя разучивание движений танца, разведение хореографического рисунка, отработку танцевальных постановок, работу над образом в танце. Репертуар коллектива планируется в соответствии с актуальными потребностями учебного заведения, города и творческим состоянием той или иной группы, учитываются интересы учащихся. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

При подготовке танцевальных постановок учитываются интересы учащихся, их подготовленность к восприятию произведения. Идея постановки имеет воспитывающее значение, оказывает влияние на формирования сознания учащихся.

Задача - увлечь, заинтересовать, удовлетворить их потребность в движений.

Тема 9. Концертная деятельность.

Обучающиеся коллектива являются постоянными участниками общеколледжных и городских мероприятий. Во время выступлений и подготовки к ним дети учатся сценической культуре:

- правилам поведения на сцене, во время танца, репетиции;
- культуре одежды, причёски на сцене;
- умению соотносить свои действия с действиями товарищей по танцу;
- умению держаться в обществе.

Детям дается понятие, что танец - это коллективный вид искусства, эффект которого зависит от действий каждого исполнителя. Во время выступления у учащихся формируется отношение к публичному выступлению. Это еще для них и способ самоутверждения.

Подготовка к выступлениям, изготовления деталей костюмов. Знакомство со сценой. Правила поведения при участий в культурно-массовых мероприятиях. Этикет в танце. Участие в праздничных концертах. Обсуждений выступлений с коллективом.

Задача- развитие ответственности, собранности, внимания.

Тема. 10 Воспитательная работа.

Посещение концертов, фестивалей.

Получение нового опыта, заряда эмоций, сравнения себя с другим коллективом.

Задача - научить справляться с чувством « живой» конкуренций, делать определенные выводы, к стремлению стать лучше.

Просмотр видео материала. Видео материал подбирается, учитывая подготовленность учащихся их восприятия. Несет за собой обучающий характер. Это могут быть как личные выступления, так и выступления других коллективов.

1.3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Развитие музыкальности, ритмичности;
2. Ответственность, самостоятельность;
3. Умение работать в коллективе.

2.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация программы требует наличия учебного кабинета (актовый зал)

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся, гимнастические коврики.

Технические средства обучения: музыкальная аппаратура.

2.2 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов.

2.3 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Гимнастические коврики – 6 штук,
2. Музыкальная аппаратура.

2.4.МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Настоящий раздел представляет краткое описание методики работы по программе и включает в себя:

- особенности организации образовательного процесса – очно, дистанционно, в условиях сетевого взаимодействия и др.;
- методы обучения (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично поисковый; игровой и др.) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);
- формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая;
- категории обучающихся (дети-инвалиды, дети с ОВЗ) и др.;
- формы организации учебного занятия - беседа, встреча с интересными людьми, товарищеская игра, мастер-класс, наблюдение, олимпиада, праздник, практическое занятие, презентация, соревнование, турнир, чемпионат;
- педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология, и др.
- алгоритм учебного занятия – краткое описание структуры занятия и его этапов;
- дидактические материалы – раздаточные материалы, инструкционные, задания, упражнения и т.п.

3. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- 1.Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999.
2. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
- 3.О.А.Вайнфельд Музыка, движение, пение, фантазия. - Санкт-Петербург, 2002.
- 4.В.В.Емельянов Развитие голоса и координация. Тренаж.- Санкт-Петербург, 1996.
- 5.В.В.Емельянов Интонационно-фонетические упражнения, - Санкт-Петербург, 1996.
- 6.В.В.Емельянов Развитие показателей певческого голосообразования. Артикуляционная гимнастика.- Санкт-Петербург, 1996.
- 7.В.В.Емельянов Певческое вибрато. Дыхание. Охрана голоса.
- 8.Ресурсы Интернета