

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

УТВЕРЖДЕНА
приказом ДТДиМ
от 07 июня 2024 г. № 330-ОД

Рабочая программа
по дополнительной общеразвивающей программе
«Танцевальный интенсив»
Возраст обучающихся: 8-11 лет
Младшая категория

Разработчик(и):
Порофиева Екатерина Олеговна,
педагог дополнительного образования,
отдела художественного воспитания,
Кустарёва Марина Геннадьевна,
методист

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 навыка индивидуального выполнения гимнастических элементов для развития гибкости, растяжки, выворотности, подъема, шага, координации, укрепления мышц пресса, общей физической выносливости;
- формирование навыка индивидуального исполнения классического экзерсиса, прыжков;
- формирование навыка сольного исполнения двух хореографических композиций;
- формирование устойчивого позитивного навыка сценических выступлений;
- формирование навыка самостоятельно выделять необходимую учебную информацию из различных источников;
- формирование устойчивого позитивного опыта профессиональных проб в танцевально-хореографической области.

Развивающие:

- развитие мышления, коммуникативности;
- развитие умения самостоятельно планировать, анализировать и координировать учебную деятельность;
- развитие специальных танцевальных способностей: гибкости, растяжки, выворотности, подъема, шага, координации, общей физической выносливости;
- развитие смелости, внимания, воли, артистизма, выразительности, раскрепощенности, эмоциональности, фантазии, воображения;
- развитие самоконтроля, саморегуляции, психологической устойчивости, способности сценического перевоплощения;
- развитие творческой активности, инициативности, самостоятельности.

Воспитательные:

- воспитание стремления к самообразованию;

- воспитание трудолюбия, дисциплины, ответственности;
- воспитание художественно-эстетического вкуса;
- воспитание основ гражданской идентичности, уважения к государственным символам;
- воспитание уважения к родной культуре, принятие моральных норм, нравственных установок;
- воспитание уважительного отношения к результатам собственного труда и труда окружающих.

Содержание обучения

Тема 1. Введение в танец. Вводное занятие.

Теория 1 час

Цели и задачи на предстоящий учебный год; правила поведения и танцевального этикета на занятиях и концертах. Принципы выполнения разминочных упражнений.

Понятие «Официальные символы России».

Практика 1 час

Выполнение разминочных и тренировочных упражнений.

Решение тестового задания в он-лайн формате «Официальные символы России».

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 9 часов

Прослушивание и разбор музыкального материала изучаемого номера (размер, части, фразы, характер);

разучивание движений танцевальных композиций;

позапное проучивание комбинаций по элементам (движения головы, корпуса);

позапное проучивание комбинаций по элементам (движения руки, ног);

позапное 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».

7. Проверим себя. Итоговое занятие.

Практика 2 часа

Выполнение учащимся заданий на выявление уровня освоения программного содержания данного периода обучения (см. «Оценочные средства»)

Планируемые результаты освоения программы младшей категории

Личностные:

- проявление стремления к самообразованию;
- проявление трудолюбия, дисциплины, ответственности;
- проявление художественно-эстетического вкуса;
- проявление чувства гражданской идентичности, уважения к государственным символам;
- проявление уважения к родной культуре, принятие моральных норм, нравственных установок;
- проявление смелости, внимания, воли, артистизма, выразительности, раскрепощенности, эмоциональности, фантазии, воображения;
- проявление творческой активности, инициативности, самостоятельности;
- проявление уважительного отношения к результатам собственного труда и труда окружающих.

Метапредметные:

Коммуникативные

- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации в различных видах танцевальной деятельности;
- умение самостоятельно организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Регулятивные

- овладение способами самостоятельного определения цели предстоящей танцевальной деятельности, планирования последовательности действий;
- умение самостоятельно планировать, анализировать и координировать учебную деятельность в процессе разучивания сольных танцевальных номеров посредством активизации внимания, памяти, образного мышления;
- знание способов эмоциональной регуляции деятельности, проявляющейся самоконтроле, саморегуляции, психологической устойчивости, способности сценического перевоплощения.

Познавательные

- устойчивый познавательный интерес к предметам сферы танцевального творчества;
- умение самостоятельно объяснять процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе танцевальной деятельности;
- умение самостоятельно оценивать достигнутые результаты и адекватно их формулировать в устной форме;
- умение эмоционально оценивать танцевальные произведения;
- умение самостоятельно выделять необходимую информацию из различных источников, включая электронные средства обучения.

Предметные:

- владение навыком индивидуального выполнения гимнастических элементов для развития выворотности, гибкости, растяжки, подъема, шага, укрепления мышц пресса;
- владение навыком индивидуального исполнения классического экзерсиса, прыжков;
- овладение навыком сольного исполнения четырех хореографических композиций;
- владение устойчивым позитивным навыком сценических выступлений;
- овладение устойчивым позитивным опытом профессиональных проб в танцевально-хореографической области.