

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества «Гармония»

Рассмотрено на заседании
методического совета
от «19» апреля 2023 года
Протокол № 4



«Утверждаю»
Директор МБУДО
ЦРТДиЮ «Гармония»
Л.Б. Бороздина Л.Б. Бороздина
Приказ № 43-о от «05» июня 2023 г.

Летняя краткосрочная
дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Ступеньки к мастерству»

Адресат программы:
учащиеся в возрасте от 11 до 17 лет

Срок реализации: 4 недели

Разработчик программы:
Бабич Ирина Викторовна,
педагог дополнительного
образования

Ангарск, 2023 год

1. Пояснительная записка

Информационные материалы и литература:

Летняя краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа «Ступеньки к мастерству» составлена в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

- Декларация прав ребенка (1959 г.);
- Конвенция о правах ребенка (1989 г.);
- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27.07.2022 г. № 629;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р);
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р),

а также на основании следующих учебников и учебных пособий:

- Базарова Н. Классический танец. – Санкт-Петербург: СПб, 2015;
- Ваганова А. Основы классического танца. – Санкт-Петербург: СПб, 2013;
- Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Санкт-Петербург: СПб, 2012;
- Мессерер А. Уроки классического танца. – М.: Академия, 2017;
- Тарасов Н.Н. Классический танец. – М.: Академия, 2011.

Направленность программы – художественная.

Актуальность:

Данная летняя краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа направлена на приобщение детей к хореографическому искусству посредством изучения основ классического танца и эстетическое воспитание учащихся.

Классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Программа «Ступеньки к мастерству» ориентирована на развитие физических данных учащихся, формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с достижениями мировой и отечественной хореографической культуры. Освоение программы способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Детский хореографический коллектив – это особая среда, предоставляющая самые широчайшие возможности для развития ребенка: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства. Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии. Высочайшей выразительности оно достигает при музыкальном оформлении. Музыка – это опора танца.

Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Воспитанник познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др.

Хореография воспитывает трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося.

Новизна программы состоит в том, что за достаточно небольшой промежуток времени позволяет воспитанникам овладеть определенным минимумом хореографических знаний, умений и навыков.

Адресат программы:

Программа предназначена для детей в возрасте от 11 до 17 лет. Для работы по программе формируются группы численностью от 10 до 15 человек. Набор детей осуществляется без вступительных испытаний, без предъявления особых требований к знаниям и умениям детей в области хореографического искусства. Летняя краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа «Ступеньки к мастерству» строится с учетом интенсивности обучения, при этом равномерно распределены этапы обучения танцевальной грамоте, без перегрузки физического и познавательного восприятия ребенка. В связи с этим программа включает в себя отдельные тематические блоки. Учащиеся на одном и том же занятии изучают как отдельные элементы классического танца, так и танцевальные движения.

Срок освоения программы:

Летняя краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа «Ступеньки к мастерству» рассчитана на 4 недели обучения. Всего 48 часов.

Форма обучения - очная.

Режим занятий:

4 раза в неделю по 3 учебных часа с перерывом между занятиями 10 минут.

Цель программы: развитие личности воспитанника через формирование специальных знаний, умений и навыков в области хореографии.

Задачи программы:

Образовательные:

- Обучение хореографическому искусству, формирование специальных компетенций в области классического танца;
- Формирование у детей музыкально-ритмических навыков;
- Усвоение правильной постановки ног, рук, головы, навыков координации движения, танцевальности;
- Ознакомление и обучение слушанию музыки великих композиторов русской и зарубежной классики, что обогащает духовный мир учащихся, способствует выработке культуры и красоты движений;
- Обучение основам музыкальной грамоты.

Развивающие:

- Развитие интереса учащихся к познавательному досугу;
- Развитие художественно-эстетического вкуса;
- Развитие чувства ритма и пластики;
- Выявление задатков и способностей ребенка;

- Развитие личностных факторов: внимание, память, мышление, воображение, активность, самостоятельность;
- Активизация мышления, развитие творческого потенциала;
- Развитие пластической и хореографической памяти;
- Развитие физического здоровья посредством специальных упражнений, исправление физических недостатков.

Воспитательные:

- Формирование общей культуры личности ребенка;
- Воспитание любви к творчеству;
- Воспитание стремления к здоровому образу жизни.

2. Объем, содержание программы.

Объем программы:

Всего 48 часов.

Содержание программы:

Тема 1. Экзерсис у станка (всего – 8 часов, из них теория – 1 час, практика – 7 часов): комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу урока классического танца, способствующий развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и правильной координации движений у учащихся. Последовательность экзерсиса у станка построена по возрастанию нагрузки на мышцы, скорости и амплитуды движений (Demi plie и grand plie в сочетании с port de bras (движения рук, перегибы корпуса) и degagee по II и IV позициям, Flic-flac на 1/2 поворота en dehors et en dedans, Battements fondu на полупальцах во всех направлениях, Double battements fondu, Temps releve (preparation к rond de jambe en l air) en dehors et en dedans, Положение attitude вперед и назад как составная часть adagio, Grand rond на 90 градусов en dehors, en dedans, Battements frappe и battement double frappe с выходом на полупальцы, Petit battements sur le cou de pied на полупальцах, Grand battements jete developpe, Pas de bourre ballote.).

Тема 2. Экзерсис на середине зала (всего – 8 часов, из них теория – 1 час, практика – 7 часов): комплекс упражнений на середине зала без опоры. Экзерсис на середине зала имеет такое же значение, как и экзерсис у станка. Последовательность его в основном та же. На середине зала он значительно сложнее, так как следует сохранять выворотность ног и равновесие тела без помощи палки. Правильное распределение центра тяжести подтянутого корпуса на двух и на одной ноге, ровные бедра и в особенности подтянутое и выворотное бедро работающей ноги - основные условия для овладения устойчивостью (Battements tendu en tournent на 1/4 поворота, Battements tendu jete в сочетании с flic-flac, Rond de jambe par terre en tournent на 1/4 поворота en dehors et en dedans, Battement fondu на 45 градусов в сочетании с demi rond en dehors et en dedans на полупальцах, Battement double frappe с окончанием в demi plie и с подворотом в малые позы на полупальцах, Battement developpe в сочетании с attitudes, arabesques, с окончанием в demi - plie и больших позах, IV форма port de bras, Pirouette из V позиции с окончанием в IV позицию, Preparation к tour en dedans.).

Тема 3. Allegro (всего – 8 часов, из них теория – 1 час, практика – 7 часов): набор упражнений в центре зала, который состоит из прыжков разной высоты и скорости (Pas de chat, Tours chaines, Grand pas jete с продвижением вперед по диагонали, Сценический sisson в 1-й arabesque, Sisson simple en tournant на 1/2 поворота в сочетании с шагом coupe-assemble, Grand pas de chat.).

Тема 4. Партерная гимнастика (всего – 8 часов, из них теория – 1 час, практика – 7 часов): комплекс упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Эти упражнения также способствуют исправлению некоторых недостатков в корпусе, ногах и помогают вырабатывать выворотность ног, развить гибкость, эластичность стоп (упражнения для развития и

укрепления голеностопного сустава: сокращение и вытягивание стоп обеих ног, комплекс упражнений на пресс и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника, упражнения для развития гибкости спины, комплекс упражнений для развития эластичности тазобедренного сустава, упражнения для развития подвижности стопы, упражнения на развитие силы ног, комплекс «партерной» гимнастики, направленный на развитие силы мышц живота и поясницы).

Тема 5. Постановочная работа (всего – 16 часов, из них теория – 2 часа, практика – 14 часов): в данном разделе дети учатся грамотно выполнять танцевальные элементы, перестроения. Происходит отработка танцевальных номеров, формирование танцевальных движений (знакомство с музыкальным материалом постановки, разучивание и исполнение танцевальных комбинаций, исполнение и отработка техники основных движений, развитие исполнительского мастерства и артистизма, постановка танца на основе изученных элементов, работа над синхронным исполнением движений, разведение танцевального рисунка: перестроения в круг, по линиям, в рассыпную).

3. Планируемые результаты.

Предметные:

- Знать названия профессиональных терминов по классическому танцу согласно программе обучения;
- Знать об исполнительских средствах выразительности танца: определяющий характер музыки, выразительность рук, лица, походки, позы;
- Знать правила выполнения того или иного движения, ритмической раскладки.

Метапредметные:

- Уметь грамотно и выразительно исполнять программные движения и комбинации;
- Выполнять движения и комбинации у станка и на середине в ускоренном темпе;
- В allegro демонстрировать умение продвигаться по сценической площадке;
- Уметь обоснованно анализировать свое исполнение и анализировать исполнение движений друг друга, а также уметь находить ошибки, как у себя, так и в исполнении других;
- Уметь распределять свои силы и дыхание.

Личностные:

- Стремление к самореализации, самоопределению и саморазвитию;
- Развитие личностных качеств: дисциплинированность, ответственность, отзывчивость, терпимость, доброжелательность, активность, инициативность, целеустремленность, коммуникабельность, чувство коллективизма;
- Развитие навыков самооценки и самоконтроля;
- Духовно-нравственное развитие и самосовершенствование.

4. Учебный план

№	Название разделов, тем	Количество часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	16	2	14	
2.	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	16	2	14	
3.	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	16	2	14	Концерт
Итого:		48	6	42	

5. Календарный учебный график

Раздел/месяц	август
Тема 1. Экзерсис у станка	8
Тема 2. Экзерсис на середине зала	8
Тема 3. Allegro	8
Тема 4. Партерная гимнастика	8
Тема 5. Постановочная работа	16
Всего:	48

6. Календарно-тематический план

№ п/п	Дата	Название раздела; темы раздела; темы занятия	Объём часов			Форма занятия	Форма аттестации (контроля)
			Всего	Теория	Практика		
1	02.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
2	03.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
3	07.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
4	08.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	

5	09.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
6	10.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
7	14.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
8	15.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
9	16.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
10	17.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
11	21.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
12	22.08	Партерная гимнастика. Экзерсис у станка. Экзерсис на середине зала. Allegro. Постановочная работа.	3	0,5	2,5	Беседа Практическая работа	
13	23.08	Постановочная работа.	3	0	3	Практическая работа	
14	24.08	Постановочная работа.	3	0	3	Практическая работа	
15	28.08	Постановочная работа.	3	0	3	Практическая работа	
16	29.08	Постановочная работа. Итоговая аттестация (концерт)	3	0	3	Практическая работа	Концерт
Итого:			48	6	42		

7. Методические материалы.

Формы проведения занятий:

- мини-лекции,
- специальные упражнения.

Методы:

- словесный,
- наглядный,
- практический.

Занятия проводятся следующим образом:

1. Приветствие, проверка готовности к занятию.
2. Знакомство с темой, объяснение материала.
3. Выполнение упражнений.
4. Выполнение танцевальных движений.
5. Выполнение связанных между собой элементов танца, постановочная работа.
6. Обсуждение и подведение итогов занятия, рефлексия.

8. Оценочный материал

Итоговая аттестация проводится в форме мини-концерта.

9. Условия реализации программы.

Летняя краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа «Ступени к мастерству» реализуется в хореографическом классе, оборудованном балетными станками и зеркалами, аудиоаппаратурой, видеотехникой.

10. Список литературы.

1. Базарова Н. Классический танец. – Санкт-Петербург: СПб, 2015.
2. Барышникова Т. Азбука музыкального движения. – М.: Рольф, 2019.
3. Боброва Г. Искусство грации. – Санкт-Петербург: Питер, 2016.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Санкт-Петербург: СПб, 2013.
5. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Санкт-Петербург: СПб, 2012.
6. Мессерер А. Уроки классического танца. – М.: Академия, 2017.
7. Овечкина И.С., Князьков Г.Г, Священко В.Н. Система регионального непрерывного художественно- эстетического образования. – М.: Хореография, 2017.
8. Тарасов Н.И. Методика классического тренажа – М.: Академия, 2013.
9. Тарасов Н.Н. Классический танец. – М.: Академия, 2011
10. Ярмолович Л. Классический танец. – М.: Музыка, 2016.