


Министерство образования и науки Алтайского края

КГБОУ КШИ «Алтайский кадетский корпус»

имени Героя России Каркавина И.В.

Согласовано
Зам. директора по ВР
КГБОУ «КШИ
«Алтайский кадетский корпус»
имени Героя России Каркавина И.В.
 Л.Л. Аширова
«30» августа 2024 г.

Утверждено
решение педагогического совета протокол
№ 1 от «31» августа 2024 г.
Председатель педагогического совета
С Байраковский
Приказ от «30» августа 2024 № 340



**Дополнительная общеразвивающая
программа танцевальной студии «Жар-птица» на 2024 – 2025 учебный год
(художественной направленности, базовый уровень,
возраст 14 – 18 лет, количество часов 136ч)**

Составил:
Учитель географии Постнова Н.А.

ЗАО Сибирский, 2024

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа творческого объединения «Жар-птица» художественной направленности предназначена для реализации в условиях КГБОУ «КШИ «Алтайского кадетского корпуса им. Героя России Каркавина И.В.»

Программа «Жар-птица» составлена в соответствии с нормативными документами: Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, Концепция развития дополнительного образования в РФ, распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008), с учетом современных тенденций в области хореографического искусства, Устава ГОУ ЛНР «Тимоновский УВК».

В рамках программы изучаются основы народного, классического и современного танца. Данные направления хореографии – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-разному соединились движения, музыка, свет и краски. Они обладают своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Перечисленные виды танца возникли в разные эпохи, развиваясь, они и сейчас актуальны и интересны молодёжи. Основные принципы танцевальной техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

Изучаемые виды танца впитывают в себя всё традиционное и сегодняшнее, они подвижны и непредсказуемы. Такой танец пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы и старые манеры, одним словом, вторит традициям и создает новую пластику. Именно поэтому данный курс так интересен и близок молодому поколению.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что планируемый учебно-воспитательный процесс нацелен на изучение воспитанниками выразительной палитры движений танца; избавление от физических зажимов; развитие физической выносливости и творческой активности, средствами свободной импровизации; расширение кругозора в стилях и современных течениях музыкальной культуры. А так же, занятия улучшают душевное состояние подростка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности, умением преодолевать трудности. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся учениками из танцевального класса в другие сферы деятельности детей.

Актуальность данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа «Жар-птица» помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном,

интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного, народного и классического танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

В социальном аспекте обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности и потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении, к решению сложных технических танцевальных задач.

По ходу освоения программы ребята знакомятся с историей танца, с ведущими современными исполнителями, слушают музыку, учатся различать новомодное, сиюминутное и вечное.

Программа учебного предмета «Жар-птица» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

Цели и задачи программы

Цель программы – формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками танца.

Задачи программы:

Обучающие:

– выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями хореографии;

– познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;

– сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

Развивающие:

– раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;

– содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия,

функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

– развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

Воспитательные:

– привить интерес к танцевальному творчеству;

– воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;

– воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;

– приобщить к здоровому образу жизни;

– способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Сроки реализации программы. Программа рассчитана на 1 год.

Занятия проводятся по 2 часу 1 раза в неделю.

Занятия проводятся в разновозрастной группе из кадет 9-11 классов с привлечением в некоторые номера девушек из МБОУ СОШ, ЗАТО сибирский.

При подготовке к занятию педагог условно делит изучаемый материал на разделы: разогрев, упражнения для развития позвоночника, комбинации или импровизации, которые могут быть построены в разных стилях. Также занятия включают упражнения по гимнастике и акробатике.

Музыкальное сопровождение занятия. Все занятия сопровождаются аудиозаписями. Педагог должен подбирать разнообразный музыкальный материал, который знакомит подростков с различными стилями и направлениями, формирует музыкальную культуру, слух, а также и манеру исполнения.

Формы занятий и способы их организации.

Формы занятий:

- традиционное занятие;
- практическое занятие (изучение новых концертных номеров);
- выступление, конкурс, фестиваль;
- зрительская практика (просмотр видеозаписей, посещение концертов);

Способы организации деятельности воспитанников на занятии:

- групповая (занятия по сформированным группам);
- индивидуально-групповая (свободная импровизация);
- ансамблевая (творческая деятельность ансамбля).

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

• Здоровье сберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;

- информационно-коммуникативная технология, позволяющая студентам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;
- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснениями с последующим повторением;
- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

Тематическое планирование

№	Название раздела	Количество часов
1	Ритмика	6
2	Элементы классического танца	8
3	Элементы русского народного танца	14
4	Элементы бального танца	8
5	Элементы современного танца	14
6	Постановочно – репетиционная работа	18
	Итого	68

Содержание тем программы

Раздел	Содержание тем программы
1. Ритмика	<p>1. <u>Ритмические упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на дыхание; - физиологическая разминка по принципу сверху вниз. <p>2. <u>Упражнения на ковриках:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - лежа на животе – поднятие рук и ног одновременно и поочередно, покачивание; - лежа на спине – поднятие ног, махи ногами; - сидя – сгибание туловища, упражнения для стоп, махи ногами, выпрямление спины; - статические позы (вспомогательные) – «кузнечик», «змея», «верблюд» и т.д. <p>3. <u>Упражнения для развития художественно-творческих способностей:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - движения в образах; - пантомима. <p>4. <u>Упражнения на пластику и расслабление:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - пластичные упражнения для рук; - наклоны корпуса в координации с движениями рук; - напряжение и поочередное расслабление всех мышц

	<p>тела.</p> <p>5. <u>Пространственные упражнения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - продвижения с прыжками, бег, поскоки; - перестроение из одной фигуры в другую. <p>6. <u>Ритмические комбинации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связки ритмичных движений; - этюды; - танцевальная импровизация.
<p>2.Элементы классического танца</p>	<p>1. <u>Постановка корпуса, позиции ног (I, II, III, IV, V), позиции рук (I, II, III, подготовительная) в центре зала, поклон (усложнение).</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - плие; - пор-де-бра. <p>2. <u>Упражнения на середине зала:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - приседания и полуприседания; - поднимание стопы на полупальцы; - движение в координации рук и ног по позициям, повороты. <p>3. <u>Прыжки, верчения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - прыжки на месте по I, II, III позициям ног; - верчения на середине зала (понятие «точки»), в диагонали. <p>4. <u>Комбинации движений классического танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - этюды; - координация движений рук и ног в исполнении прыжков и верчений; - координация рук и ног в исполнении движений на середине.
<p>3.Элементы русского народного танца</p>	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса, поклон (усложнение).</u></p> <p>2. <u>Основные танцевальные движения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - танцевальные шаги – с каблука, боковые, с притопом, бег, притопы – одинарный, двойной, тройной; - «Ковырялочка», «Моталочка», «Гармошка»; - повороты, прыжки. <p>3. <u>Комбинации русского народного танца «Плясовая».</u></p>
<p>4.Элементы бального танца</p>	<p>1. <u>Основные положения рук, ног, положения в паре, поклон (усложнение).</u></p> <p>2. <u>Основные элементы бального танца:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - элементы танца «Вальс» - прямой вальсовый шаг, прямой вальсовый шаг с поворотом, вальсовое движение «Лодочка»; - свободная композиция (работа в паре); - элементы танца «Рок-н-ролл» - основной ход, приставные шаги, прыжки, повороты. <p>3. <u>Комбинации бальных танцев «Вальс», «Рок-н-ролл» -</u></p>

	связка отдельных элементов в хореографические комбинации.
5.Элементы современного танца	1. <u>Основные положения рук, ног, постановка корпуса.</u> 2. <u>Основные танцевальные движения.</u> 3. <u>Композиции современного танца</u> - связка отдельных элементов в свободные композиции.
6.Постановочно-репетиционная работа	1. <u>Изучение движений танцевального номера;</u> 2. <u>Отработка движений танцевального номера;</u> <u>Соединение движений в комбинации;</u> <u>Разводка комбинаций танцевального номера в сценический рисунок;</u> <u>Репетиционная работа.</u>

Календарно-тематический план

№ урока	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Дата	Изменения
	<u>Ритмика</u>	6		
1	Упражнения на дыхание. Физиологическая разминка по принципу сверху вниз. Поднимание рук и ног одновременно и поочередно. Поднимание ног, махи ногами.	1		
2	Движения в образах. Пантомима. Пластичные упражнения.	1		
3	Поочередное расслабление всех мышц тела. Продвижения с прыжками, бег, поскоки	1		
4	Перестроение из одной фигуры в другую	1		
5	Ритмические движения. Импровизация	1		
6	Связка танцевальных движений	1		
	<u>Элементы классического танца</u>	8		
7	Постановка корпуса, поклон. Позиции рук, ног. Приседания. Полуприседания. Поднимание стопы на полупальцы	1		
8	Движение в координации рук и ног по позициям, повороты	1		
9	Прыжки на месте по I, II, III позициям ног. Понятие «Точка»	1		
10	Верчения на середине зала, в диагонали	1		
11	Прыжки на месте в координации с движениями рук	1		
12	Движения классического танца. Этюд	1		
13	Координация движений ног в исполнении прыжков	1		

14	Координация рук и ног в исполнении движений на середине	1		
	<u>Элементы русского народного танца</u>	14		
15	Постановка корпуса, поклон. Танцевальные шаги – с каблука, боковые.	1		
16	Шаг с притопом, бег. Притопы- одинарный, двойной, тройной.	1		
17	Построение в круг. Движения по кругу.	1		
18	«Ковырялочка». «Моталочка». «Гармошка».	1		
19	Повороты. Прыжки.	1		
20	Комбинации	1		
21	Построение в фигуры (рисунок)	1		
22	Отработка движений танца «Перепляс»	1		
23	Отработка движений танца «Перепляс»	1		
24	Отработка движений танца «Перепляс»	1		
25	Соединение движений танца в комбинации	1		
26	Постановка танца «Перепляс»	1		
27	Постановка танца «Перепляс»	1		
28	Постановка танца «Перепляс»	1		
	<u>Элементы бального танца</u>	8		
29	Прямой вальсовый шаг. Прямой вальсовый шаг с поворотом. Вальсовое движение «Лодочка».	1		
30	Свободная композиция (работа в паре). Изучение движений танца «Вальс».	1		
31	Отработка движений танца «Вальс».	1		
32	Отработка движений танца «Вальс».			
33	Соединение движений танца «Вальс» в комбинации.	1		
34	Разводка комбинаций танца «Вальс» в сценический рисунок. Постановка танца «Вальс».	1		
35	Постановка танца «Вальс».	1		
36	Постановка танца «Вальс».	1		
	<u>Элементы современного танца</u>	14		
37	Основные положения ног в современном танце	1		
38	Постановка корпуса. Движения ногами.	1		
39	Шаги современного танца.	1		
40	Повороты. Движения ногами в такт музыки.	1		
41	Движения по рисунку танца. Отработка простых элементов танца	1		
42	Отработка сложных элементов танца	1		
43	Отработка сложных элементов танца	1		
44	Соединение простых движений в сценический рисунок	1		
45	Соединение сложных движений в сценический	1		

	рисунок			
46	Разводка комбинаций. Постановка современного танца	1		
47	Постановка современного танца	1		
48	Постановка современного танца	1		
49	Постановка современного танца	1		
50	Постановка современного танца	1		
	Постановочно-репитиционная работа	18		
51	Простые движения танцевального номера.	1		
52	Отработка простых движений	1		
53	Сложные движения танцевального номера.	1		
54	Отработка сложных движений	1		
55	Соединение простых движений в комбинации	1		
56	Соединений сложных движений в комбинации	1		
57	Соединение движений в комбинации	1		
58	Разводка простых комбинаций в сценический рисунок	1		
59	Разводка сложных комбинаций в сценический рисунок	1		
60	Повторение элементов изученных танцев	1		
61	Работа над простыми элементами танцев	1		
62	Работа над сложными элементами танцев	1		
63	Работа под счет	1		
64	Работа с музыкальным сопровождением	1		
65	Рисунок танцев	1		
66	Движения по рисунку танцев	1		
67	Отработка движений	1		
68	Постановка танцев	1		

Информационные источники и методическая литература

1. Ваганова А.Я. Основы классического танца. 5-е изд. Л.: Искусство, 1980.
2. Крючков Н.А. Искусство аккомпанемента как предмет обучения. Л.: Музгиз, 1961.
3. Хазанова С.Л. Концертмейстер на уроках хореографии // Издательство "Композитор". СПб., 2014г
4. Безуглая Г. Концертмейстер балета: Музыкальное сопровождение урока классического танца. Работа с репертуаром. СПб., 2005.
5. Ревская Н. Классический танец. Музыка на уроке. Экзерсис. СПб,
6. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца», «Искусство» 1981 год.
7. Академия танца. Классический танец. Репертуар концертмейстера. Вып. 1. СПб.,2002
8. Классический танец. Музыка на уроке. Вальсы. СПб, 2005 г.

9. Классический танец. Музыка на уроке. Марши. Польки. СПб, 2005 г
10. Новицкая Г. Урок танца. СПб, 2004.
11. Музыкальная хрестоматия для уроков классического танца. ч. 1. Сост.: Н. Ерошенко, И. Климкович, В. Малышева, К. Потапов. М., 1967.
12. Музыкальная хрестоматия для уроков классического танца. ч. 2. Сост.: В. Малышева, И. Климкович. М., 1969.
13. Музыка из классических балетов для уроков классического танца. СПб.
14. Классический танец. Музыка на уроке. Экзерсис. СПб 2005.
15. Авдеева Л. В балетном классе. Пластика. Ритм. Гармония. Изд-во «Композитор-Санкт-Петербург», 2006
16. Академия танца. Репертуар концертмейстера. Народно-характерный танец. Изд-во «Композитор-Санкт-Петербург», 2006.
17. Музыка из классических балетов для уроков классического танца.
18. Филиппова Н. «Музыка в классе хореографии», репертуар концертмейстера. Санкт-Петербург.
19. Цареградская И. Ред.-сост. Па-де-де и вариации из русских и зарубежных балетов. Переложение для фортепиано.
20. Стрельникова А. Сопровождение уроков классического танца. Музыкальная хрестоматия для концертмейстеров и педагогов хореографических школ и училищ, Москва 2014.
21. Корниенко К. Симфоническая сюита для фортепиано из балета «Щелкунчик» П.И. Чайковского. М.; Изд-во Владимира Катанского. 2002г.
22. Васильева Е.Д. Танец. -М.; «Искусство».
23. Климкович И., Малышева В., Музыкальная хрестоматия для урока классического танца.
24. Блок Л.Д. Классический танец: история и современность. -М., 1999
25. Луцкая Е. Жизнь в танце. -М., 1999
26. Красовская В.М. История русского балета. -Л., 1978
27. Глушковский А.П. Воспитание балетмейстера. -Л., 1978

28. Балет. Энциклопедия. –М.,2000

29. Русский балет. Энциклопедия –М.,2000

Интернет – ресурсы

<http://www.balletmusic.ru> (балетная и музыкальная музыка)

<http://www.revskaya.ru> (Сайт Нины Ревской для балетных концертмейстеров, хореографов и балетмейстеров. Музыкант-профессионал. Много лет посвятивший работе в хореографии, автор учебных пособий и хрестоматий к урокам танца).

<http://www.ilosik.ru/danse/klassdanse/html> (ноты).

<http://www.piano.ru/library/html> (нотная библиотека).

<http://www.notes.tarakanov.net/koncbalet.htm> (ноты).

<http://www.balletclassmusic.com> (сайт английского концертмейстера балета Майкла Робертса. Вниманию представлены оригинальные CD с музыкой для балетного класса и пр. Есть возможность прослушать фрагменты композиций.).

<http://www.horeograf.com> (все для хореографии и танцоров).

<http://www.lisaharrisdanse.com> (сайт американской пианистки, концертмейстера балета Лизы Харрис).

<http://www.belcanto.ru/music.html> (классическая музыка, опера и балет).

<http://www.josuonline.com> (CD для танца и балетного класса).

<http://www.taranenkomusic.narod.ru> (персональный творческий сайт Сергея Тараненко с музыкой для урока хореографии на CD.)

<https://baletnic.nethouse.ru/> (Сборники А. Стрельниковой).

<http://www.belcanto.ru/> (классическая музыка, опера, балет).