

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ
«ШКОЛА-ИНТЕРНАТ №3 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»

УТВЕРЖДАЮ
директор ГБОУ АО
«Школа – интернат №3»
_____ И.В. Рябов
Приказ № от...
_____ 2017год.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«Я танцую»

Возраст обучающихся – 7-14 лет

Срок реализации – 2 года

Автор – составитель:

педагог
дополнительного
образования
Волгина Ольга Павловна

Астрахань
2017 год

Пояснительная записка

Танец – это искусство, которое средствами музыки, движениями и пантомимы передает настроение, чувства и позволяет рассказать целую историю. Искусство танца приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Танец выражает внутренний мир человека, его красота – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация

Т.А. Барышникова

Эстетическое развитие слабослышащих детей – одна из важнейших задач, которую воплощают в жизнь чуткие и творческие люди, педагоги-хореографы. На занятиях слабослышащие дети с помощью специальных индивидуальных слуховых аппаратов учатся распознавать музыку, ритмично танцевать под музыкальное сопровождение и знакомятся с разными жанрами хореографии от классической до современной. Дети посещают театры, концертные залы, и тем самым расширяют границы познания, открывают для себя мир прекрасного в искусстве и жизни. Освоение танцевального искусства позволяет каждому слабослышащему обучающемуся ощутить независимость и уверенность в собственных силах, раскрыть в себе талант, несмотря ни на какие трудности, и приносит радость общения с другими людьми.

Учитывая требования современного дополнительного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья, была создана образовательная программа по хореографии «Я танцую». Направленность программы «Я танцую» – художественная. По функциональному предназначению программа является досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, для самостоятельных коллективов, общедоступной; срок реализации – два года.

Образовательная программа направлена на обучение слабослышащих обучающихся основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

Актуальность данной программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям слабослышащих детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, ритмику, классический, историко-бытовой, народно-сценический и современный танец.

Новизна программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной, историко-бытовой и современной хореографии. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить слабослышащих обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента слабослышащих детей, а также на развитие их сценической культуры.

Концептуальная идея программы состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации слабослышащих детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, историко-бытовой, народно-сценический, современный танец. Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку слабослышащих детей.

Цель программы: развитие природных задатков и творческого потенциала слабослышащего ребенка в процессе обучения искусству хореографии.

Задачи программы:

– формирование у обучающихся практических умений и навыков заданным направлениям хореографического искусства, подготовка обучающихся к применению полученных знаний в практической деятельности;

- формирование и совершенствование коммуникативного межличностного общения («исполнитель-педагог», «партнер-партнерша», «участник - ансамбль/коллектив»);

- развитие репродуктивного и продуктивного воображения, фантазии, творчества, наглядно-образного, ассоциативного мышления, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала;

- выявление и развитие заложенных в воспитаннике способностей: музыкального слуха, памяти, чувства ритма, формирование умений говорить на языке танца через эмоции, жесты, пластику, мимику, умение двигаться грациозно.

Данная программа предназначена для обучающихся детей 7-14-летнего возраста. Отбор в коллектив по определенным критериям в хореографии не ведется, в целях оптимального выявления способностей слабослышащего ребенка в течение учебного процесса и появления возможности каждого проявить себя в хореографии. Срок реализации программы – 2 года. Рассчитана на две возрастные группы: 7-10 лет и 11-14 лет. В 1 год обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа в первой возрастной группе, итого за год 144 часов. И 2 раза по 2,5 академических часа во второй возрастной группе, итого за год 180 часов. Всего на реализацию программы рассчитано 648 часов.

Формы организации учебных занятий:

- учебное занятие;
- занятие-игра;
- открытое занятие;
- класс-концерт;
- занятие-экскурсия;
- индивидуальная работа над номером;
- демонстрация видеоматериалов с комментариями и анализом;
- сбор-анализ занятий, мероприятия;
- репетиция.

Выпускник танцевального объединения за пройденный курс программы «Я танцую» **должен знать и уметь:**

- знать выразительные средства музыки и танца;

- знать правила исполнения прыжков малых и средних;
- уметь правильно и грамотно исполнить основные элементы на середине зала. Уметь исполнять эстрадные и народно-сценические танцы;
- уметь исполнить простейшие «дробь» русского танца. Уметь исполнить простейший русский, эстрадный танец.

Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Наименование раздела	Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	-
2.	Азбука музыкального движения	25	6	19
3.	Элементы классического танца	15	5	10
4.	Элементы народно-сценического танца	25	5	20
5.	Репертуар	20	2	18
6.	Музыкально-танцевальные игры	28	2	26
7.	Техника безопасности	1	1	
8.	Партерный экзерсис	29	5	24
	ИТОГО	144	27	117

Содержание программы

Вводное занятие. Задачи объединения. План работы. Знакомство с репертуаром. Знакомство с искусством хореографии. Инструктаж по ТБ.

Раздел 2. Азбука музыкального движения. Теория: мелодия и движение. Темп. Контрастная музыка. Музыкальный размер. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота - вправо, влево.

Практика: музыкально – пространственные упражнения. Маршировка на месте, вокруг себя, вправо, влево. Фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два. Ходьба: пружинящим шагом, на носочках, на пяточках. Танцевальные шаги в образах животных. Хлопки под ритм музыки.

Раздел 3. Элементы классического танца. Теория: специфика танцевального шага и бега. Тренировка суставно-мышечного аппарата ребенка: осанка, опора, выворотность, эластичность и крепость голеностопного и тазобедренного суставов. Позиции рук и ног. Экзерсис. Поклон.

Практика: экзерсис на середине зала (в форме игры):

1. Позиции ног (1, 2, 3,5);
2. Позиции рук (подготовительная, 1, 2, 3);
3. Релеве (подъем на носочки);
4. Деми плие (пружинка);
5. Крутки на месте (держим точку);
6. Пор де бра (движения рук);
7. Прыжки (соте по 6 позиции).

Раздел 4. Элементы народно-сценического танца. Теория: сюжеты и темы народных танцев. Особенности народных движений. Характерное положение рук в сольном и групповом танце-хороводе. Танцевальные шаги, позиции ног, прыжки.

Практика: русский танец: Позиции рук и ног. Танцевальные шаги: хороводный, дробный, приставной, притопы. Ковырялочка. Елочка. Гармошка. Шаг польки. Подскоки, подготовка к присядке /мальчики/. Припадания. Моталочка. Хлопки в ладоши. Прыжки. Диагональ: «мячики», «гусята», «лягушата», «солдатики», «танцевальный шаг», «шаг польки», подскоки.

Раздел 5. Репертуар. Танцы: «Полька», «Полька шутка», «Вальс», «Хоровод», «Матрешечки», «Ложкари».

Раздел 6. Музыкально-танцевальные игры. Теория: игры, правила игр. Значение игр в развитии, воспитании ребенка. Практика: «День и ночь», «Море волнуется», «Кто скорей?», «Мальчики и девочки», «Платочек», «Отгадай, чей голос?», «Раз, два - острова», «Стали прямо».

Раздел 7. Техника безопасности. Теория: правила поведения на занятии. Гигиенические требования. Требования к форме занимающихся. Т.Б. на дорогах и общественных местах. Правила антитеррористической и противопожарной безопасности.

Раздел 8. Партерный экзерсис. Теория: координация движения, выворотность ног. Развитие гибкости. Практика: комплекс упражнения для развития тела.

Требования к концу 1-го учебного года

- к концу учебного года ученик должен знать следующие движения: боковой шаг с притопом, ковырялочку, елочку, гармошку, исполнить 1 народно-сценический танец. Знать азбуку музыкального движения. В классическом танце знать позиции рук и ног. Знать правила постановки корпуса в танце;
- уметь правильно исполнять поклон. Уметь вовремя начать движения и закончить его с концом музыкального движения. Уметь изобразить в танцевальном шаге повадки кошки, лисы, зайца, медведя.

В конце года дети должны знать и исполнить «Польку», хоровод, построенные на простейших элементах народно-сценического танца.

Учебно-тематический план 2-го года обучения

№	Наименование раздела	Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	
2.	Азбука музыкального движения	6	1	5
3.	Элементы классического танца	20	2	18
4.	Элементы народно-сценического танца	28	2	26
5.	Элементы эстрадного танца	34	2	32
6.	Партерный экзерсис	24	1	23
7.	Репертуар	66	4	62
8.	Техника безопасности	1	1	
	Итого:	180	14	166

Содержание программы

Вводное занятие. Задачи объединения. План работы. Знакомство с репертуаром.

Раздел 2. Азбука музыкального движения. Теория: динамические оттенки в музыке. Особенности музыки.

Практика: упражнения на развитие музыкальности (классика, народный и историко-бытовой танец).

Раздел 3. Элементы классического танца. Теория: правила движений. Логика и техника. Движения - связки (па де буре). Закономерности координации рук, головы (пор де бра) и корпуса. Практика: экзерсис на середине зала:

- Позиции рук и ног;
- Деми плие;
- Пор де бра;
- Прыжки: «Соте», «Эшапе», «Шажман де пье».

Раздел 4. Элементы народно-сценического танца. Теория: основные технические навыки. Характер женских танцев. Дробные движения русского танца. Открытые и закрытые, свободные позиции ног.

Практика: упражнения на середине зала: Русский танец. Движения рук. Хороводный шаг. Дробный шаг. Академический и переменные шаги. «Ковырялочка», «Гармошка», «Елочка», притопы, «Веревочка» (с различными композициями), дробь. Вращение по диагонали («крутки»).

Раздел 5. Элементы эстрадного танца. Теория: координация движения рук, корпуса, ног и головы от простых к более сложным. Характерные черты пластики. Практика: ритмические движения головой, руками, корпусом. Прыжки под ритм музыки. Пластические упражнения в стиле латиноамериканской музыки.

Раздел 6. Партерный экзерсис. Теория: координация движения, выворотность ног. Развитие гибкости. Практика: комплекс упражнения для развития тела.

Раздел 7. Репертуар. Танцы. «Колёсики», «Я танцую», «Танцуй добро», «Воробьиный рок-н-ролл».

Раздел 8. Техника безопасности. Теория: правила поведения на занятии. Гигиенические требования. Требования к форме занимающихся. Т.Б. на дорогах и общественных местах. Правила антитеррористической и противопожарной безопасности.

Требования к концу 2-го учебного года:

- к концу учебного года учащиеся должны знать движения: боковой шаг, шаг с притопом, ковырялочку, моталочку;
- знать позиции рук и ног в классическом танце;
- знать правила постановки корпуса;
- учащиеся должны уметь исполнить минимум элементов классического танца, пор де бра;
- уметь исполнять марш, хлопki под ритм музыкального сопровождения;
- в народном танце уметь исполнять комбинацию, построенную на ковырялочке, елочке, приставном шаге, гармошке;
- уметь исполнить правильно прыжок по VI позиции ног;
- уметь исполнить «Польку», хоровод, эстрадный танец на простейших элементах.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимы:

- оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- раздевалка для обучающихся;
- наличие специальной танцевальной формы;
- наличие музыкального инструмента в классе (фортепиано);
- музыкальный материал для проведения занятий;
- наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- наличие музыкальной фонотеки;
- наличие танцевальных костюмов.
- наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

Методические рекомендации по реализации программы.

Раздел 1. Азбука музыкального движения предполагает приобретение слухового и двигательного опыта музыкального восприятия. Задача заключается в том, чтобы научить детей ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, освоить простейшие ритмические рисунки хлопками и притопами, воспитывать образное восприятие музыкального произведения. Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные упражнения, этюды, танцы в игровой форме.

Раздел 2. Классический танец. Танцевальные особенности детей следует развивать в равной степени, работая над движениями рук, ног, головы, корпуса. Классический экзерсис способствует технической разработке каждого движения в отдельности, а затем и в их соединении. Здесь закладывается основное развитие мускулов, эластичности связок. Обязательно надо следить за тем, чтобы дети не делали ничего машинально, а следили за музыкой и точностью отработки, а затем и исполнения конкретного движения. Экзерсис является основой первоначальных движений танца. Техническое мастерство исполнения достигается систематическим повторением одного движения значительное число раз. Классический танец способствует развитию устойчивости корпуса-стержня, т.е. умению держать мышцы спины.

Раздел 3. Народно-сценический танец. Нет необходимости говорить о степени важности изучения русского народного танца. Его развитие тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений, форм (хороводы, кадрили, переплясы и пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец может быть представлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Раздел 4. Эстрадный танец. Этот раздел включает в себя комплексные музыкально- ритмические упражнения, призванные совершенствовать пластику тела. При выполнении упражнений для определенных групп мышц все другие части тела остаются статичными. Упражнения следует выстраивать так, чтобы физическая нагрузка постепенно возрастала: от легких движений переходить к более трудным, от простых, известных – к сложным по координации композициям. В этом разделе изучаются и элементы бального танца с целью обогащения танцевальной лексики. Освоение бального танца, как и другого вида хореографии, связано с определенной тренировкой тела. Поэтому обучение предполагает специальные тренировочные упражнения, построенные на основных положениях, позициях и элементах бального танца. Тренаж должен подготавливать учеников к усвоению танцевального репертуара. Кроме того, возможно введение в учебный репертуар лучших историко-бытовых танцев разных эпох.

Раздел 5. Партерный экзерсис включен в методическое пособие с целью помочь формированию скелетно-мышечного аппарата ребенка, формированию осанки. Пока ребенку еще трудно координировать движения своего тела, включать в работу различные группы мышц, занятия в положении сидя и лежа облегчают ему эти задачи. Партерный экзерсис позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу 3-х целей:

- повысить гибкость суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц.

Упражнения партерной гимнастики позволяют:

- приобрести навыки вытянутого носка, ровного и подтянутого корпуса, дадут первоначальное представление о работе мышц ног, рук, шеи, спины и т.д.;

- начать работу по исправлению некоторых недостатков в осанке, а именно, асимметрии лопаток, увеличение прогиба в поясничном отделе позвоночника;
- развитие двигательных функций (выворотности ног, подъема ног, гибкости корпуса, шага, прыжка).

Особенно важно в процессе обучения учитывать физическую нагрузку детей, не допускать перенапряжения, а также учить их правильно дышать при исполнении упражнений, а далее – в танце.

Раздел 6. Репетиционно-постановочная работа. Определяет творческое и исполнительское лицо танцевального коллектива. Выбору постановки танцевального номера придается соответственное значение (идейное направление, художественно-ценное и т.д.). Исполнительский репертуар подбирается с учетом его воспитывающего и обучающего воздействия на личность участников танцевального коллектива. Каждая постановочная работа в процессе ее развития и конечном результате должна ориентироваться на формирование художественных взглядов и представлений участников. Важнейшей задачей в процессе постановочной работы является воспитание у воспитанников творческой дисциплины и сознательности, без чего невозможно добиться каких-либо успехов. Педагог должен уметь просто, доступно объяснить участникам свои требования, научить видеть перспективу. Танцевальные движения, их характер, рисунок танца, эмоциональная насыщенность должны логично сочетаться с музыкальным сопровождением. Все движения должны быть осмысленны, танцующие должны понимать и раскрывать общий замысел постановки.

Формы и виды контроля (1-ый год обучения)

№	Виды работ	Формы и виды контроля
1.	Вводное занятие	Собеседование

2.	Азбука музыкального движения	Текущий контроль на каждом занятии, работа в форме опроса, в форме игры
3.	Элементы классического танца	Текущий контроль на каждом занятии, открытое занятие в конце каждой четверти
4.	Элементы народно-сценического танца	Контрольные занятия, открытое занятие в конце каждой четверти
5.	Репертуар	Итоговый контроль в конце каждой четверти в форме игры, концертов
6.	Музыкально – танцевальные игры	Текущий контроль на каждом занятии в форме игр
7.	Техника безопасности	Беседа

Формы и виды контроля (2-ый год обучения)

№	Виды работ	Формы и виды контроля
1.	Вводное занятие	Собеседование
2.	Азбука музыкального движения	Текущий контроль на каждом занятии, работа в форме опроса, в форме игры
3.	Элементы классического танца	Текущий контроль на каждом занятии, итоговое занятие в конце каждой четверти
4.	Элементы народно-сценического танца	Контрольные занятия, открытое занятие в конце каждой четверти
5.	Элементы эстрадного танца	Контрольные занятия, открытое занятие в конце каждой четверти
6.	Партерный экзерсис	Текущий контроль на каждом занятии в форме игр
7.	Репертуар	Итоговый контроль в конце каждой четверти в форме игры, концертов
8.	Техника безопасности	Беседа

Контрольные материалы для обучающихся 1-го года обучения.

Блок №1.

Вопрос №1: Музыкальный размер (м/р) -

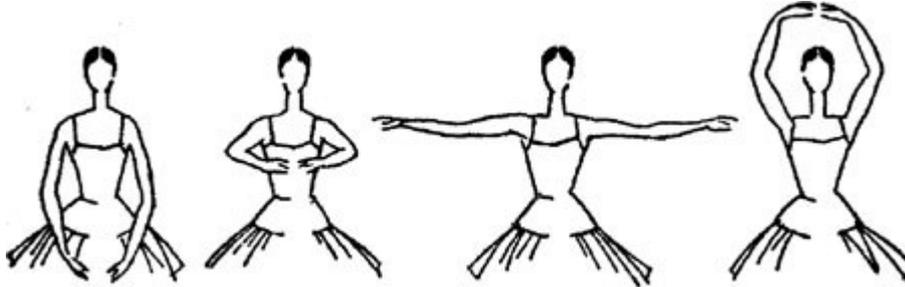
Варианты ответов:

А) Определяет количество долей в одном такте.

Б) Определяет длительность всей мелодии.

В) Определяет длительность одного музыкального такта.

Вопрос №2: Обведи подготовительную позицию рук.



Вопрос №3: Определи позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп?

Варианты ответов:

А) 1

Б) 3

В) 5

Вопрос №4: Древнейшей формой народного танца в России является...

Варианты ответов:

А) танец-песня

Б) кадрили

В) хоровод

Вопрос №5: К какому танцу относятся эти движения – «ёлочка», «гармошка», «моталочка»?

Варианты ответов:

А) классический танец

Б) современный танец

В) народный танец

Блок №2 .

1) Дай определение «народный танец» -

_____.

3. Творческий блок

Чтобы научиться красиво и правильно танцевать необходимо
знать _____

уметь _____

_____.

Контрольные материалы для обучающихся 2-го года обучения.

Блок №1.

Вопрос №1: Определи позицию ног: ступни, плотно прилегая, закрывают друг друга. Пятка одной ноги соприкасается с носком другой.

Варианты ответов:

А) 2

Б) 5

В) 3

Вопрос №2: Экзерсис на середине - это _____.

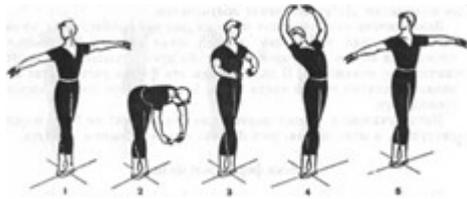
Варианты ответов:

А) Комплекс упражнений для расслабления.

Б) Комплекс тренировочных упражнений, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений.

В) Комплекс танцевальных движений.

Вопрос №3: Укажите вид port de bras (пор де бра)



Варианты ответов:

А) 2

Б) 3

В) 1

Вопрос №4: Танец, который воспроизводит специфику национального самосознания?

Варианты ответов:

А) Классический бает

Б) Джаз-танец

Нарисуй костюм к танцу

Список литературы для детей:

1. Барышникова Т. К. «Азбука хореографии». — М.: Айрис - пресс, 2000
2. Идом Х., Кэтрэк Н. «Хочу танцевать». — Mashaon, 1998
3. Боброва Г. А. «Искусство грации». — Ленинград.: Изд-во «Детская литература», 1986
4. Методическое пособие: карточки, плакаты.
5. Смит Люси. «Танцы. Начальный курс». — М.: ООО «Издательство Астрель», 2001
6. Детский хореографический журнал «Студия Пяти – па». — М.: Рекламное агенство «Интермакс - ТК».

Список литературы для педагога:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации» (29 декабря 2012 г.)
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.2013 №27 «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.4.4.1251-ОЗ»
3. Шипилина И.А. Хореография в спорте. – М.: Изд - во «Феникс», 2004
4. Афанасенко Е.Х., Ключеева С.А., Шишова К.Б., Коняшов А.И. «Детский музыкальный театр». – М.: Изд -во Учитель, 2009.
5. Ходоров Д. «Танцевальная терапия и глубинная психология. Движущее воображение». Перевод с английского. М.: Изд - во «Когито-центр», 2009
6. Холл Джим. «Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам». — М.: Изд - во «Астрель», 2009.
7. Володина О.В., Анисимова Т.Б. «Самоучитель клубных танцев». — М.: Изд - во «Феникс», 2005
8. Прокопов К. «Клубные танцы». — М.: Изд -во «Астрель», 2007
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду». — М.: Линка – Пресс, 2006

10. Козлов В.В., Гиршон А.Е., Веремеенко Н.И. «Интегративная танцевально-двигательная терапия». — М.: Изд - во «Речь», 2006
11. Андреева Ю.. «Танцетерапия». — М.: Изд - во «Диля», 2005
12. Гренлюнд Ю., Оганесян Н. «Танцевальная терапия. Теория, методика, практика». — СПб.: Изд - во «Речь», 2004
13. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». Учебное пособие – М.: Владос, 2001
14. Интернет ресурсы.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Календарный учебный график

– составная часть образовательной программы, содержащая комплекс основных характеристик образования и определяющая даты начала и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель или дней, продолжительность каникул, сроки контрольных процедур, организованных выездов, экспедиций и т.п. Календарный учебный график является обязательным приложением к образовательной программе и составляется для каждой учебной группы (ФЗ №273, ст.2, п.9; ст. 47, п.3.5).

Форма календарного учебного графика должна быть закреплена локальным актом образовательной организации.