

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ МАТЕМАТИКИ №1360»

Принята на заседании
методического (педагогического)
совета

Протокол № 1
от «26» 08 2016 года

«Утверждаю»
Директор ГБОУ Школа №1360
Синченко Л.А.

Приказ № 1/74-09
от «01» 09 2016 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«КАДЕТСКИЙ ВАЛЬС»

Направленность: художественная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст учащихся: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год (36 часов)

Автор-составитель:

Караваева Елена Викторовна
Педагог дополнительного образования

Москва 2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть личности.

Хореография, хореографическое искусство (от др.-греч. χορεία — танец, хоровод и ὑρῖφω — пишу) — танцевальное искусство в целом, во всех его разновидностях. Танец — форма хореографического искусства, в которой средством создания художественного образа являются движения и положения человеческого тела.

Освоение танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия хореографией дают физическую нагрузку равную сочетанию нескольких видов спорта. Используемые в хореографии движения, прошедшие длительный отбор, оказывают положительное воздействие на здоровье детей. Занятия формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Представленная программа «Кадетский вальс» является адаптированной и разработана для учащихся 7-8 классов общеобразовательной школы в возрасте 12-14 лет с учетом их возрастных возможностей и способностей. Основой данной программы послужил анализ программ, разработанных для коллективов дополнительного образования, в частности программа автора Караваевой Е.В., разработанная для ансамбля эстрадного танца «Фейерверк» ДТДиМ ВО г. Москвы.

Актуальность

Данная программа актуальна в связи с тем, что модернизация российского образования предусматривает распространение в общеобразовательной школе занятий по хореографии в форме дополнительного образования. Обучение бальным танцам обязательно входят в воспитательную программу для кадетских классов. И это правильно. Ведь бальный танец, благодаря своей многогранности, позволяет решить задачи музыкального, пластического,

спортивно – физического, этического и художественно – эстетического развития и образования.

Педагогическая целесообразность программы

На занятиях по программе «Кадетский вальс» происходит массовое обучение основам бальной хореографии. Это, безусловно, поможет педагогическому коллективу в организации учебно-воспитательного процесса образовательного учреждения, например, в подготовке школьных и внешкольных мероприятий.

Освоение разновидностей танцев, предлагаемых программой, также направлено на пробуждение у школьников интереса и уважения к национальной культуре и искусству других народов.

Программа составлена с учетом планирования воспитательной работы в кадетских классах, которая предусматривает еженедельные занятия хореографией.

Тип программы – ознакомительный.

Цель программы: развитие творческого потенциала учащихся, расширения их кругозора через приобщение к хореографическому искусству.

Задачи программы.

Образовательные.

1. Изучение истории танцевальной культуры.
2. Обучение основам бальной и хореографии.
3. Знакомство с разными направлениями и стилями в хореографии.
4. Получение знаний, умений и практических навыков исполнения концертных танцевальных номеров на выступлениях.

Развивающие.

1. Создание условий для развития личности ребенка, развития мотивации личности к познанию и творчества.
2. Развитие в подрастающем поколении генетически заложенных способностей к мышечному движению.
3. Способствовать развитию координации и пластики, гармоничному движению, моторикодвигательной и логической памяти.
4. Развитие у детей музыкальных способностей – чувства ритма, музыкальной памяти и воображения.
5. Развитие способностей, учащихся к импровизации в танце.
6. Научить свободно двигаться под музыку с различным ритмическим рисунком.
7. Обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами бального танцев, воспитать культуру движения

Воспитательные.

1. Привить интерес к хореографическому искусству.
2. Способствовать формированию адекватной самооценки
3. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимопомощи, ответственности, осознанности собственного «Я» в коллективе путем приобщения к совместным формам занятий.
4. Формирование художественного вкуса и эстетических наклонностей в выборе своего имиджа, культуры эмпатического общения.

В течение года следует стимулировать занятия обучения бальному танцу. Для этого целесообразно информировать танцевальные дуэты об их рейтинге в классе. Хорошей традицией является награждение в конце каждого учебного года танцевальных пар по различным номинациям (самая результативная пара; самая техничная пара; самая обаятельная пара и т.д.) с последующим концертом или конкурсом с участием всех классов.

Истоки бального танца – в массовых социальных танцах. Социальные танцы делятся на две группы: дуэтные и линейные (исполняемые танцорами по одному, стоя, в линию). Эти группы танцев также являются материалом для проведения учебных конкурсов и подготовки концертных номеров.

Содержание программы является примерным. Учитель может корректировать объем изучаемого материала в зависимости от индивидуальных особенностей и возможностей учащихся.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ

Программа рассчитана на 1 год обучения.
Занятия 1 раз в неделю по 1 академическому часу.
Всего в год – 36 часов.

Начальная ступень обучения. Общехореографическая подготовка. Закладываются этика поведения на занятиях и в паре, физическая подготовка, развитие ритмических способностей, танцевальной пластики, даются общие принципы движения, ознакомление с различными танцевальными ритмами, элементарные основы танцевальной техники, то есть, другими словами, воспитанника учат двигаться свободно в соответствии с предлагаемой музыкой.

Форма занятий

Основная форма занятий – групповые музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ученика. Эта форма помогает создать наиболее благоприятные условия для повышения исполнительского мастерства и результативности, художественного уровня, творческой активности учащихся и их дальнейшего выхода на концертные площадки. Возможны также индивидуальные занятия для наиболее способных учащихся, или для отстающих. По возможности – посещение Кадетских балов.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения. Беседы, проводимые на занятиях, соответствуют возрасту и степени развития учащихся. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, его истории развития и традициях.

Организационный период и комплектование группы.

Группы формируются по классам обучения. Целесообразно привлечение учащихся из других классов, особенно девушек, т.к. обычно в кадетском классе больше юношей.

ТАБЛИЦА ЗАНЯТОСТИ

Содержание	1 ступень 7 класс
Основная программа	1 раза в неделю по 1 часу
Индивидуальные занятия	По необходимости
Концертные выступления	По плану учебно-воспитательной работы Школы.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате реализации программы «Кадетский вальс» **обучающиеся должны знать:**

- специальную лексику;
- позиции классического и современного танца;
- основные виды бальных танцев;
- базовые фигуры некоторых бальных танцев.

Обучающиеся должны уметь:

- точно и выразительно исполнять основные движения бального танца;
- определять темп и ритм танцевальной музыки, ее характер;
- органично двигаться под музыку;

СИСТЕМА ОТСЛЕЖИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

Включает в себя разнообразие способов и методик.

1. Педагогические наблюдения, использование методов специальной диагностики умений и навыков.
2. Выполнение заданий «по словесному методу». Выявляет уровень теоретических знаний учащихся.
3. Мини-конкурсы. Проводятся по мере освоения учащимися хотя бы одного танца. Помогает проверить степень освоения материала на начальном этапе.
4. Показ танцевальных номеров на различных концертных площадках, участие в фестивалях творчества.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Названия разделов и тем	Количество часов
1	Введение	2
2	Комплекс общеразвивающих физических и танцевальных упражнений	1
3	Основы музыкальной грамоты	1
4	История танцевальной культуры	1
5	Общая танцевальная подготовка	2
6	Танец Падеграс	2
7	Основы танца Полонез	2
8	Основы танца Хастл	4
9	Основы танца Медленный вальс	8
10	Основы танца Фигурный вальс	6
11	Современный (линейный) танец	2
12	Исторический танец (контрданс)	2
13	Этика взаимоотношений в бальном танце	1
14	Итоговая диагностика	2
	Итого:	36

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1-я (начальная) ступень обучения: нагрузка 1 час в неделю.

Основной целью первого этапа обучения является формирование интереса к хореографии, постижение основных принципов бального танца, выявление его творческого потенциала.

Задачи обучения:

- начальное развитие танцевальной пластики
- начальное обучение основам бального танца
- формирования навыков общения в паре в бальном танце
- воспитание физических качеств в общем плане и с учетом специфики хореографического искусства

Содержание разделов и тем

1. Вводное занятие

История развития танцевального искусства. Роль и место танца в нашей повседневной жизни. Особенности бального танца. Инструктаж по технике безопасности.

2. Комплекс общеразвивающих физических и специальных упражнений.

Комплекс общеразвивающих физических упражнений составляет разминку, с которой начинается каждое групповое занятие. Разминка предназначена для первоначального разогрева мышц, приведения их в тонус и последующего укрепления (сила, эластичность и пластика).

Специальные упражнения предназначены для достижения конкретной цели данного занятия: упражнения на вращения и баланс.

3. Основы музыкальной грамоты.

Даются основные понятия музыки: характер музыкального произведения, темп, такт, затакт, фраза, ритм, определение сильной доли. Рассматриваются примеры танцевальной музыки с похлопыванием и притопыванием ритма.

4. История танцевальной культуры.

Танцы народов мира. Связь с историческим укладом жизни людей различных эпох. Особенности костюма. Различные виды хореографии, история их развития.

5. Общая танцевальная подготовка.

Общая танцевальная подготовка состоит из набора элементарных и наиболее характерных движений социально-бытовых, джазовых и латиноамериканских танцев и служит для растанцовки обучающихся или подготовке к изучению нового материала на основе ранее освоенных

движений.

К теоретической части относятся общие принципы построения и ориентации в хореографическом зале, на сцене, на танцевальном паркете, позиции рук и ног, танцевальные позиции в паре.

6. Историко-бытовые танцы, исполняемы на балах в наше время.

Падеграс.

Полонез. Простая композиция.

Фигурный вальс. Балансе в сторону, Балансе вперед и назад, до за до, правый поворот. Сочетание фигур.

Исторический танец (контрданс). «Королевская жига».

7. Бальные танцы Европейской программы.

Медленный вальс. «Маленький квадрат», «Большой квадрат», различные сочетания перемен вперед и назад с правой и левой ноги. Простая композиция в паре.

8. Бальные танцы Латиноамериканской программы.

Хастл. Основное движение, Смена мест слева направо, Смена мест справа налево, смена рук за спиной. Простая композиция в паре.

9. Современный (линейный) танец.

Массовый танец на современную музыку, состоящий из простых движений и перестроений.

10. Этика взаимоотношений в Бальном танце.

Понятие «Пары в бальной хореографии». Навыки приглашения. Основные позиции в паре.

11. Итоговая диагностика.

Проверка теоретических и практических знаний учащихся. Тест. Контрольное занятие.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для занятий по программе необходим танцевальный зал. Который должен отвечать санитарно-техническим требованиям, обеспечиваться тепло- и электроснабжением в пределах общего режима здания, иметь паркетный пол, хорошо проветриваться, отвечать акустическим требованиям для работы с радиоаппаратурой.

Дополнительно для нормального функционирования коллектива необходимы помещения для раздевалок, а также комната отдыха педагогов с местом для хранения радиоаппаратуры, фонограмм, документации, других предметов и средств обучения, необходимых в работе. Для проведения занятий необходимо:

- музыкальный центр;
- усилитель;
- колонки;
- микрофон;
- флеш-карты и CD-диски с танцевальной музыкой;
- гимнастические коврики;
- зеркала;
- станок,

В целях визуального контроля обучающихся, периодического разбора их технических ошибок, демонстрации лучших танцевальных коллективов, определяющих тенденции мирового развития хореографического искусства дополнительно в работе, могут использоваться:

- видеокамера;
- DVD-плеер или ноутбук;
- телевизор;
- DVD-диски;
- учебно-методические видеоматериалы.

Каждому воспитаннику предлагается приобрести для занятий:

- джазовки или мягкие балетные туфли
- форму танцевальную или спортивную
- гимнастический коврик

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ:

1. Программа ансамбля эстрадного танца «Фейерверк» ДТДиМ ВО г.Москвы разработанная автором Караваевой Е.В. в 2000г.
2. Современный бальный танец. Под ред. В. М. Стриганова и В. И. Уральской.
3. А. Ваганова "Основы классического танца", Искусство, 1980
4. Р. Захаров "Искусство балетмейстера", искусство,1954
5. В. Кудрявцева "Разрешите пригласить", 1,2,3 Советский композитор, 1977
6. Г. Настюков, "Вечер танца", Проф. издат, 1965
7. М. Левин " Гимнастика в хореографической школе" Терра-спорт, 2001г.
8. М. Короткова " Культура повседневности история костюма" Москва, 2002
9. А.В. Вербицкая "Основы сценического движения" Москва 1973
- 10.М. Васильева - Рождественская «Историко-бытовой танец», Искусство, 1987
- 11.Современный бальный танец. Программа, Всесоюзный методический кабинет по учебным заведениям искусства и культуре, Москва 1987
- 12.О. Иванова, И. Шарабарова "Занимайтесь ритмической гимнастикой". Советский спорт, 1989
- 13.Методика проведения историко-бытового и современного бального танца, программа Всесоюзный методический кабинет по учебным заведениям искусства и культуры. Москва 1987
- 14.Альманах "Молодежная эстрада". Танцуем, играем и поем. Молодая гвардия, 2000

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ:

1. Браиловская Л. В. «Самоучитель по танцам: вальс, танго, самба, джайв». Ростов -на- Дону, «Феникс», 2003 г.
2. Ермаков Д. А. «Танцы на балах и выпускных вечерах», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
3. Ермаков Д. А. «От фокстрота до квикстепа», ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
4. Ермаков Д. А. «В вихре вальса», ООО «Издательство АСТ», 2003 г.
5. Рубштейн Н. «Психология танцевального спорта или что нужно знать, чтобы стать первым», М.,2000 г.