

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение –
средняя общеобразовательная школа № 181

Принято
Педагогическим советом
МАОУ-СОШ № 181
Протокол №1 от 27.08.2024

Утверждаю
Директор МАОУ-СОШ № 181
_____ М.С. Корнильцева
Приказ №1 от 01.09.2024

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Театр пластики и танца»**

Программа ориентирована на детей
От 6 до 10 лет
Срок реализации – **3 года**
Автор – составитель:
Бородина Елена Александровна,
Педагог дополнительного образования

Екатеринбург
2024г.

Содержание:

I. Целевой раздел - 3

- 1.1 Пояснительная записка - 3
- 1.2 Актуальность программы – 3-4
- 1.3 Цели и задачи Программы – 4

II. Содержательный раздел - 5

- 2.1 Содержание программы – 5-13
- 2.2 Планируемые результаты освоения Программы – 13-14

III. Организационный раздел - 14

- 3.1 Адресат программы – 14-15
- 3.2 Материально-техническое обеспечение - 15
- 3.3 Методические материалы - 15-16
- 3.4 Нормативно-правовые документы и методические рекомендации Правительства Российской Федерации – 16-17
- 3.5 Список литературы - 17

I. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка.

Образовательная программа «Театра пластики и танца «Лучи» направлена на развитие художественно-творческих способностей детей и подростков 6 – 10 лет, является модифицированной и состоит из двух уровней: ознакомительного, базового.

В данном блоке программы рассматривается ознакомительный уровень. Ознакомительный уровень программы подходит для группы младшего школьного возраста 6-8 лет и рассчитан на 1 год. Группа изучает основы классического танца (постановку корпуса, положения рук, позиции ног), элементы партерной гимнастики, детский танец, современный танец, актерское мастерство, проходит постановочную работу.

В процессе учебной деятельности дети младшего школьного возраста не только усваивают знания, умения и навыки, но и учатся ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия.

К отличительным особенностям программы можно отнести синтез двух видов искусств: актерское мастерство и хореография, влияние которых на развитие ребёнка взаимно усиливается, содержательно расширяя как опыт предметной деятельности, так и диапазон общения и личностной реализации.

Программа построена на основе использования техник современного танца и искусства импровизации.

1.2 Актуальность программы

«Театр пластики и танца» способствует физическому, умственному и эмоциональному развитию ребенка. Сейчас это является особенно актуальным, т.к. большинство детей ведут малоподвижный образ жизни. В дошкольном и школьном (6-8 лет) возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного, физического и эстетического развития ребёнка, формируется его личность.

Каждый год появляются новые танцевальные направления, которые, как все новое, привлекает детей и молодежь. Также, данная программа направлена на формирование принципов здорового образа жизни, ведь что, как ни танец, мотивирует к ведению здорового образа жизни и занятиям спортивной подготовкой для развития мышц, выносливости, грации и даже дыхания.

Преимущество данной программы выражено в том, что позволяет ребенку открывать и развивать двигательные способности, повысить не только

его психофизический рейтинг среди сверстников, но и эмоциональную культуру. Навыки, полученные в процессе освоения программы, помогут адаптироваться и социализироваться ребенку в условиях современной жизни, в первую очередь, в умении правильно двигаться и через тело выражать свою мысль. Именно в этом и состоит **актуальность** программы.

Обучение по программе «Театр пластика и танца» предполагает индивидуальный подход. Ребенок учится работать в коллективе, но при этом в постановках учитываются индивидуальные особенности ребенка: его характер, темперамент.

1.3 Цели и задачи программы

Основные идеи программы, отличающие ее от существующих программ, заключается в том, что освоение танцевального искусства – это процесс, направленный на понимание работы своего тела, на осознание своих реальных танцевальных возможностей и умения работать с ними. Танец – это всегда какая-то история для исполнителя и зрителя, а не набор физических упражнений.

Цель программы заключается в раскрытии индивидуальных возможностей личности каждого ребенка через мир хореографии, а также, укрепление здоровья, выстраивание коммуникаций детей в социуме.

Задачи:

1) Образовательные:

- обучить детей танцевальным движениям;
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
- формировать умение ориентироваться в пространстве;
- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

2) Воспитательные:

- воспитывать интерес к культуре танца, театрального искусства;
- воспитывать инициативу, чувство товарищества;
- сформировать коммуникативные качества;
- воспитание чувства такта, культурных привычек.

3) Развивающие:

- развивать творческие способности каждого ребенка;
- развить музыкальный слух и чувство ритма;
- развить воображение, фантазию.

4) Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей.

II. Содержательный раздел

2.1 Содержание программы

Программа «Театр пластики и танца» рассчитана на 3 года обучения и рекомендуется для занятий детей от 6 до 10 лет:

- 1-ый год обучения – дети 6 - 8 лет;
- 2-ой год обучения - дети 7 – 9 лет;
- 3-ий год обучения – дети 8 – 10 лет.

Рабочая программа предлагает проведение занятий 2 раза в неделю.

Исходя из календарного года (с 1 сентября по 31 мая) количество занятий, отведенных для танцевального коллектива (в год) - 72 ч.

Содержание программы 1-ого года обучения

№	Тема			
		Т е о р и я	П р а к т и к а	В с е г о
1	Вводный урок. Правила техники безопасности	1	-	1
2	Общие сведения о хореографии, основы классического танца	-	2	2
3	Детский танец	-	8	8
4	Развитие танцевальных данных	-	1 8	1 8
5	Основы современного танца	-	1 8	1 8
6	Партерная гимнастика, растяжка	-	8	8
7	Пантомима и актерское мастерство	-	7	7
8	Постановочно-репетиционная работа	-	8	8

9	Контрольный урок (открытый урок)	-	2	2
	Итого	1	7 0	7 2

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж техники безопасности (1 час).

Теория: знакомство с учащимися. Объяснение учащимся техники безопасности во время занятия, в коридорах школы, как нужно себя вести во время концерта и за кулисами, во время чрезвычайных ситуациях (пожар, гололед, наводнение, сильный ветер).

Формы работы: беседа, объяснение, анализ и обсуждение.

Формы контроля: опрос.

Тема 2. Общие сведения о хореографии, основы классического танца (2 часа).

Практика: короткий рассказ учащимся о хореографии, когда она возникла, изучение постановки корпуса в классическом танце, проучивание основных позиций рук, ног, повороты корпуса (анфас, профиль, диагональ (45 градусов)

Формы работы: наглядный показ, объяснение, повторение.

Формы контроля: самостоятельное исполнение.

Тема 3. Детский танец (8 часов)

Практика: разучивание танцевальных элементов: шаги, прыжки, полуповороты и повороты, танцевальные связки, этюды со смещением ритмического размера (быстрее, медленнее, тише, громче) и т.д.

Различные построения и перестроения рисунков танца: колонна, линия, шахматный порядок, круг, 2-3 круга, диагональ, змейка и т.д.

Формы работы: игровые приемы, наглядный показ, объяснение.

Формы контроля: самостоятельное исполнение.

Тема 4. Развитие танцевальных данных (18 часов)

Практика: разучивание современной разминки для всего тела: шеи, плечевого сустава, рук, спины, тазобедренного сустава, ног. Упражнения на напряжение и расслабление мышц;

- упражнения на исправление осанки;
- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие выворотности ног, танцевального шага;
- упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;
- упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов.;
- группировка, перекаты в группировки;
- три вида шпагата (поперечны, на левую и правую ногу) и т.д..

Формы работы: объяснение, наглядно - зрительный показ, показ - демонстрация.

Формы контроля: самостоятельное исполнение.

Тема 5. Основы современного танца (18 часов)

Практика: позиции рук и ног современного танца, различные перегибы, повороты, переходы, вращения. Танцевальные комбинации на основе выученных элементов. Танцевальные связки на основе современной хореографии.

Формы работы: объяснение, показ - демонстрация, наглядно - зрительный показ, хореографическая импровизация.

Формы контроля: самостоятельное исполнение, импровизация. творческая работа.

Тема 6. Партерная гимнастика, растяжка (8 часов).

Практика: за счет упражнений на гимнастическом коврике формируется мышечный корсет, тем самым улучшается осанка, разучиваются упражнения на укрепление мышц стоп, (что является профилактикой плоскостопия). Упражнения на улучшение гибкости суставов, эластичность мышц и связок.

Формы работы: объяснение, образный показ.

Формы контроля: самостоятельное исполнение.

Тема 7. Сценическая пластика и актерское мастерство (7 часов).

Практика: музыкально - ритмические упражнения, свободная импровизация, звукоощущение тела музыкального материала, упражнения партерного

экзерсиса, танцевальные композиции. Работа над мимикой лица, актерские практики, пантомима.

Формы работы: показ движений, постановка задачи и контроль по ее исполнению, комментарий педагога по ходу исполнения, анализ и обсуждение.

Формы контроля: зачет.

Тема 8. Постановочно-репетиционная работа концертных номеров (8 часов)

Практика: Постановка танцевальных номеров к праздничным мероприятиям школы, репетиционная работа над номерами, над синхронностью их исполнения.

Формы работы: показ танцевальных комбинаций, комментарий педагога по ходу исполнения, отработка движений.

Формы контроля: самостоятельное исполнение.

Тема 9. Контрольный урок - открытый показ для родителей ансамбля в середине и конце учебного года.

Содержание программы 2-ого года обучения

№	Тема	Т е о р и я П р а к т и к а В с е г о		
1	Вводный урок. Правила техники безопасности	1	-	1
2	Классический танец, основы свободной пластики	-	4	4
3	Детский танец	-	6	6

4	Развитие танцевальных данных	-	1 8	1 8
5	Основы современного танца	-	1 8	1 8
6	Партерная гимнастика, растяжка	-	8	8
7	Пантомима и актерское мастерство	-	7	7

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 301855813211864865354984698895558776452667678568

Владелец Корнильцева Мария Святославна

Действителен с 04.03.2024 по 04.03.2025