

Муниципальное казённое образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Ачинского района»

Рассмотрено и рекомендовано
методическим советом
МКОУ ДО «ДЮЦ Ачинского района»
Протокол № 1
от «01» октября 2018 г.

Утверждаю
Директор МКОУ ДО «ДЮЦ
Ачинского района»
 И.В. Нечипоренко
Приказ №23
от «01» октября 2018 г.



Рабочая программа
«Театр мод»
на 2018-2019 учебный год
к дополнительной общеобразовательной программе
«Танцевальные жемчужины»

Разработчик программы:
Тарасова Елена Валентиновна,
педагог дополнительного образования

Составитель и реализует программу:
Тарасова Елена Валентиновна,
педагог дополнительного образования

Ачинский район
2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Театр Мод» - *художественно-эстетической направленности*. При составлении программы использован опыт ведущих специалистов хореографии, учтены современные тенденции, рассмотрены различные танцевальные стили и направления.

Актуальность проблем художественно-эстетической направленности обусловлена современным социальным заказом на образование и задачами художественного образования школьников, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчёркивается важность художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей предметов художественно-эстетической направленности, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус.

Проблема формирования у обучающихся эстетического отношения к искусству является одной из приоритетных проблем современной теории и практики эстетического воспитания. Это обуславливает не только интерес к этой проблеме со стороны научно-педагогической общественности, но и необходимостью её творческого осмысления и верного практического решения.

Форма обучения: групповая.

В объединения принимаются не только те дети, которые обладают способностями и природными данными (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух) для занятий хореографией, а все желающие заниматься танцами. Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся, являются: регулярное посещение занятий настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу.

Год обучения: 1 год обучения.

Особенности обучения:

Занятия в объединение способствуют социальной активности ребёнка, там он знакомится с основами искусства, приобщается к одному из его видов. В танцевальных группах немаловажное место занимает подготовка репертуара и выступление перед зрителем. Каждый хореографический номер, осваемый в учебном курсе, требует от обучающихся эмоциональности, творческой активности, мобилизации духовных и физических сил.

Программа содержит:

Программа может изменяться по усмотрению руководителя без нарушения целостности программы и соотношения тренировочных занятий с разучиванием балльных танцев разных стилистических групп.

Основой программы является репертуар, который рекомендуется для разучивания и исполнения не только на занятиях, но и праздниках, конкурсах, концертах.

Основная цель программы «Театр Мод» - способствовать эстетическому развитию подрастающего поколения через хореографию.

Обучающиеся задачи:

- дать всем детям первоначальную хореографическую подготовку, выявить их склонности и способности;
- знакомить детей с хореографическими терминами и понятиями;
- научить взаимосвязи музыки и движения;

- учить детей мыслить, слушать и слышать учителя, уметь исправлять неточности в исполнении;
- привить детям любовь к танцу, формировать их танцевальные способности (музыкально-двигательные, художественно-творческие).

Развивающие задачи:

- развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развить танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве;
- пробуждать фантазию, способность к импровизации;
- развивать артистизм, умение исполнять ролевые танцы.

Воспитательные задачи:

- воспитывать художественный вкус, интерес к танцевальному искусству ;
- сплотить коллектив, строить в нём отношения на основе взаимопомощи и сотворчества;
- принимать участие в концертной жизни школы, посёлка, района.

Режим занятий: занятия проводятся один раз в неделю, по 45 минут.

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

Ожидаемые результаты:

по окончании курса обучения обучающиеся должны ЗНАТЬ:

- основные требования, предъявляемые к манекенщице (хорошая физическая подготовка, безупречный внешний вид, мобильность, профессионализм);
- что такое «сумка модели» (набор необходимых для модели вещей: одежда, обувь, косметика, парикмахерские, маникюрные принадлежности и т.д.), «портфолио» (специальный альбом с фотографиями, дающими представление об опыте и способностях модели, о ее возможностях);
- особенности и различия классического и эстрадного танца (в отличие от эстрадного, для классического танца характерны сдержанность манеры исполнения, строгость и чистота линий);
- основы актерского мастерства (владение своими эмоциями, умение войти в образ, держаться естественно и непринужденно, без наигрыша и развязности);
- элементы танцевальной аэробики, степ-аэробики, комплекс упражнений для укрепления мускулатуры, развития гибкости, выработки правильной осанки;
- особенности работы на церемонии награждения, презентации;
- особенности работы на различных площадках (сцена, подиум, фойе, открытая площадка и т.д.);
- правила сбалансированного питания; понятие о калорийности; значение витаминов и минералов в рационе человека;

УМЕТЬ:

- держать правильную осанку, двигаться естественно и грациозно;
- принимать основные позы манекенщицы (классическая, спортивная);
- выполнять различные шаги и повороты;
- владеть техникой подиумного шага (шаг с каблука, прямой ноги, с выносом бедра);
- составлять самостоятельные комбинации на основе основных шагов и элементов дефиле, импровизировать под музыку;
- распределять сценическое пространство, работая в паре, группой, массой (варианты

- движения колонной, линейей, «фонтаном», массой в несколько рядов (в шахматном порядке);
- владеть основами классического танца (позиции ног, рук, постановка корпуса, понятие опорной и рабочей ноги, выворотность, поза croisee, chaine, «port de bras»);
 - создавать художественный образ в соответствии с демонстрируемой одеждой (умение мгновенно перевоплощаться);
 - работать с «предметами» (умение обыграть вещь, оживить ее, например, головной убор, шарф, аксессуары, украшения и т.д.);
 - выполнять различные элементы и комбинации танцевальной аэробики, степ-аэробики, силовой тренировки, работать над проблемными зонами фигуры.

Формы подведения итогов реализации программы

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

Промежуточная аттестация проводится в виде зачёта (урок-концерт)

Итоговой аттестацией по данной программе является творческий отчет (танцевальная аэробика, дефиле).

Особенности организации образовательного процесса:

	Год обучения
	1
Количество часов в неделю по годам обучения	2
Количество учебных недель	68
Количество учебных часов по программе	68
Количество учебных часов согласно расписанию	64
Тема «Повороты» перенесено на 09.03.2019	1
Тема «Составление комбинаций на основе шагов и поворотов» перенесено на 04.05.2019	1
Тема «Работа с предметами» перенесено на 11.05.2019	1
Тема «Работа с предметами» перенесено на 18.05.2019	1

Учебно-тематический план 1-го года обучения.

№ п/п	Перечень разделов	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие - «Модель – это образ жизни»	1	1	-
2.	Физическая подготовка	13	7	6
3.	Основы классического танца	8	4	4
4.	Основы актерского мастерства	10	6	4
5.	Искусство дефиле	25	5	20
6.	Работа с предметами	7	3	4
7.	Лекция «Сумка модели»	2	2	-
8.	Аттестация обучающихся	2	-	2
Итого:		68		

Календарно-тематическое планирование

№	Дата проведения занятия планируемая / фактическая	Название темы	Количество часов			Форма занятий
			Всего	Теории	Практики	
	03.10.2018	Вводное занятие – «Модель – это образ жизни»	1	1		
Раздел 2. Физическая подготовка, 13ч.						
	05.10.2018	Физическая подготовка	1	1		
	10.10.2018 12.10.2018 17.10.2018 19.10.2018	Танцевальная аэробика	4	2	2	
	24.10.2018 26.10.2018 31.10.2018 02.11.2018	Силовая тренировка	4	2	2	
	07.11.2018 09.11.2018 14.11.2018 16.11.2018	Целенаправленные упражнения	4	2	2	
Раздел 3. Основы классического танца, 8 ч.						
	21.11.2018 23.11.2018 28.11.2018 30.11.2018 05.12.2018 07.12.2018 12.12.2018 14.12.2018	Основы классического танца	8	4	4	
Раздел 4. Основы актерского мастерства, 10ч.						
	19.12.2018 21.12.2018	Основы актерского мастерства	2	2		
	26.12.2018	<i>Промежуточная аттестация</i> Зачёт (урок-концерт)	1		1	
	28.12.2018 09.01.2019 11.01.2019 16.01.2019	Работа над образом	4	2	2	
	18.01.2019 23.01.2019 25.01.2019 30.01.2019	Воображение и творческая фантазия	4	2	2	
Раздел 5. Искусство дефиле, 25,ч.						
	01.02.2019	Искусство дефиле	1	1		

№	Дата проведения занятия планируемая / фактическая	Название темы	Количество часов			Форма занятий
			Всего	Теории	Практики	
	06.02.2019 08.02.2019 13.02.2019 15.02.2019 20.02.2019 22.02.2019	Позы манекенщицы	6	1	5	
	27.02.2019 06.03.2019 09.03.2019 13.03.2019 15.03.2019 20.03.2019	Повороты	6	1	5	
	22.03.2019 27.03.2019 29.03.2019 03.04.2019 05.04.2019 10.04.2019	Подиумный шаг	6	1	5	
	12.04.2019 17.04.2019 19.04.2019 24.04.2019 26.04.2019 04.05.2019	Составление комбинаций на основе шагов и поворотов	6	1	5	
Раздел 6. Работа с предметами						
	08.05.2019 10.05.2019 11.05.2019 15.05.2019 17.05.2019 18.05.2019 22.05.2019	Работа с предметами	7	3	4	
Раздел 7. «Сумка модели»						
	24.05.2019	Аттестация обучающихся Творческий отчет (танцевальная аэробика, дефиле).	1		1	
	31.05.2019 29.05.2019	«Сумка модели»	2	2		

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие – «Модель – это образ жизни»

Теория: Благодаря прессе и телевидению создается впечатление, что жизнь модели – это непрерывный праздник, где она в роскошных туалетах порхает с приема на прием, бывая

в самых экзотических местах, вызывая этим зависть друзей, получая массу удовольствий и кучу денег. Нет ничего более далекого от истины, по крайней мере, в начале карьеры. Позирование – это, прежде всего работа. Если хочешь добиться успеха, необходимо трудиться.

Основные требования, предъявляемые к модели; личные качества; работа над собой.

Цели и задачи работы объединения. План работы на год. Права и обязанности обучающихся. Правила дорожного движения.

Раздел 2. Физическая подготовка

Теория: У тех, кто хочет стать моделью, должны быть безупречные физические данные. Основа будущего модели – хорошая физическая подготовка, она позволит сохранить здоровье и работоспособность. Активные мышечные движения способствуют развитию физических качеств, укреплению здоровья, повышению функциональных возможностей организма. Под их воздействием значительно активизируется деятельность дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Не менее важна физическая активность и для душевного состояния – упражнения снимают стрессы и тревоги, успокаивают нервы, поднимают настроение. Естественно, что улучшается самочувствие и появляется бодрость.

Тема 2.1. Танцевальная аэробика

Теория: Привлекая эмоциональностью и подобием современным танцам, танцевальная аэробика позволяет исключить монотонность в выполнении упражнений, а многие сложные комбинации воспринимаются как легкие и доступные потому, что их восприятию способствует энергичная музыка, подвигающая на эмоциональный подъем.

Занятия танцевальной аэробикой развивают чувство ритма и музыкального слуха, способствуют разогреву мышц, приданию им эластичности, готовят к более интенсивной работе.

Практика: - комплекс активных движений для всех групп мышц;
- танцевальные комбинации.

Тема 2.2. Силовая тренировка

Теория: Модели нередко приходится помногу раз повторять одни и те же движения, подолгу сохранять определенные позы, двигаться грациозно и плавно. А это невыполнимо без умения управлять мышцами. Чтобы стать сильнее, нужны тренировки по специальной программе. Устойчивость тела зависит от опорных мышц, управляющих движениями рук, ног и головы.

Практика: - упражнения для мышц шеи, плечевого пояса и спины;
- упражнения на силу рук, ног.

Тема 2.3. Целенаправленные упражнения

Теория: К целенаправленным упражнениям относятся те, что помогают модели формировать образ до определенного совершенства. В данном случае следует обратить особое внимание на равновесие, гибкость, координацию движений, укрепление мускулатуры на проблемных зонах (т.е. коррекция фигуры, например, на бедрах, талии).

Практика: - упражнения на равновесие, гибкость, выработку правильной осанки;
- упражнения, направленные на коррекцию фигуры.

Раздел 3. Основы классического танца

Теория: Основные особенности классического танца – сдержанность манеры исполнения, строгость и чистота линий. Задачей этого раздела является постановка корпуса, рук, ног, головы, а также раскрытие таких понятий и терминов классического танца, как: выворотность (способность развернуть ноги так, чтобы бедра, голени и стопы были повернуты своей внутренней стороной наружу); опорная и рабочая нога, «plié» (приседание); «port de bras» (умение управлять руками); поза «croisee» (положение корпуса).

Практика:

- постановка корпуса и изучение позиций ног (полувыворотные I, II, III, VI);
- позиции рук (подготовительная, I, II, III);
- «port de bras» (упражнения для рук, позволяющие добиться красоты движений);
- положение кистей (кисть отогнута, приподнята, прямая, опущена, сброшена);
- пластика рук.

Раздел 4. Основы актерского мастерства

Теория: Для того, чтобы стать профессиональной моделью, мало быть просто красивой, необходимо обладать и актерскими данными. Ведь даже такая, казалось бы, малость, как жест или взгляд, могут существенно изменить оценку зрителя на ту одежду, которую он видит. «Театр» подразумевает перевоплощение и главное здесь – донести точный образ.

Тема 4.1. Работа над образом

Теория: Невозможно демонстрировать разноплановую коллекцию одежды с одним и тем же выражением лица, необходимо научиться перевоплощаться, переодеваясь из спортивного костюма в вечернее платье. Важно овладеть сценической простотой, правдой чувства на сцене, т.е. быть на сцене столь же естественными, как в жизни. Но в то же время овладеть сценической выразительностью, т.е. умением передавать эти чувства зрителю в художественной форме. Умению быть правдивым в сценическом выражении своих чувств можно научиться, развивая наблюдательность. Изучать законы поведения окружающих нас людей в самых разнообразных обстоятельствах, и изучив эти законы, применять их на сцене, чтобы с наибольшей убедительностью воспроизвести поведение того или иного изображаемого лица. Причем, очень важно не переигрывать, необходимо избавляться от таких навыков как: зажатость, самолюбование (модель демонстрирует одежду, а не себя), развязность, кокетство, игру на публику.

Практика:

- развитие наблюдательности;
- создание образа, соответствующего предлагаемым обстоятельствам;
- моделирование экстремальных ситуаций и способность сохранять спокойствие, владеть своими эмоциями.

Тема 4.2. Воображение и творческая фантазия

Теория: Воображение создает то, что есть, что бывает, что мы знаем, а фантазия – то, чего нет, чего в действительности мы не знаем, чего никогда не было. Любой человек обладает способностью фантазировать, однако, трудно вообразить что-либо несуществующее. Соединить же разные части существующего в одно целое, новое, создав,

таким образом, художественный образ, можно при помощи творческой фантазии.

Практика:

- изображение чувств (радость, нежность, грусть, агрессия, усталость и т.д.);
- упражнения на оправдание поз, жестов, действий.

Раздел 5. Искусство дефиле

Теория: «Дефиле» - это свободное движение по подиуму на основе музыки, выстроенное в композицию в соответствии с замыслом демонстрации модели. Глядя на профессиональную модель, кажется, что ей не составляет труда кружиться на «шпильках» или взбежать по ступенькам. Но для этого требуется немалая ловкость, ведь надо сохранять равновесие, не помогая себе руками и не глядя под ноги. Модель должна каждую минуту инстинктивно «чувствовать» свои движения. Лишь постоянные упражнения помогут развить чувство равновесия, двигаться легко и непринужденно, как бы не обращая внимания на то, что происходит вокруг. Обучаясь этому искусству, учащиеся попутно осваивают технику владения своим телом; пространством, координацией движений; учатся работать в паре, группой, массой; вырабатывают красивую и правильную осанку, закрепляют ее.

Тема 5.1. Позы манекенщицы

Теория: Независимо от того, в какой области специализируется модель, от нее везде требуется хорошая осанка. Осанка – это манера держаться, положение корпуса, когда ты стоишь, сидишь или даже лежишь. Правильная осанка – залог красивой походки. Основные позы манекенщицы: «классическая» и «спортивная». Особенности и различия. Правильность выбора той или иной позы в зависимости от демонстрируемой одежды.

Практика: - постановка корпуса;

- постановка ног;
- положение рук;
- положение головы.

Тема 5.2. Повороты

Теория: Разновидности поворотов. Сходства и отличия.

Практика: - классический поворот на 180 и 360 градусов;

- спортивный поворот на 180 и 360 градусов;
- проходящий поворот на 180 и 360 градусов.

Тема 5.3. Подиумный шаг

Теория: Особенности подиумной походки. Характеристика основного шага. Для работы над собой (в качестве домашнего задания) предлагается ходить с книгой на голове – это простой и эффективный способ научиться держать правильную осанку.

Практика: - дефиле по кругу;

- остановка;
- дефиле в парах;
- варианты движения колонной, линией, фонтаном, массой в несколько рядов.

Тема 5.4. Составление комбинаций на основе шагов и поворотов

Теория: На показах в режиме нон-стоп модели просто необходимо импровизировать, иначе, дефиле превратится в скучную ходьбу туда и обратно. И здесь пригодится умение самостоятельно и грамотно составлять разнообразные комбинации на основе шагов, выпадов и поворотов.

Практика: - составление простых и сложных комбинаций на основе пройденного материала;

- самостоятельная работа в парах, группах и по одному.

Раздел 6. Работа с предметами

Теория: Дефиле предназначено именно для демонстрации одежды, а не достоинств самой манекенщицы. Нужно показать линии кроя, формы, силуэт конструкции, отдельные части костюма, функциональность и назначение модели. Умение обыграть детали помогает показать все достоинства одежды в наиболее выигрышном свете, заинтересовать зрителя.

Практика: верхняя одежда, головные уборы, шарфы, палантины, аксессуары, украшения и т.д.

Раздел 7. «Сумка модели»

Теория: Список необходимых для модели вещей, принадлежностей, средств для ухода (обувь, одежда, косметика, средства для укладки волос, маникюрные принадлежности, предметы гигиены и т.д.).

Список литературы

1. Т. Н. Фисанович. Танцы для девочек.
2. Секрет танца, Издательство «Диамант» 1997г.
3. Начальный курс. Танцы. Издательство «Астрель» 2001г
4. Молодёжная эстрада №1 2001г.
5. Журналы «Мир танца» выпуски №3, №4 2001г.
6. З. Я. Роот. Танцы в начальной школе. Практическое пособие.
7. Ваганова А. Я. Основы классического танца. – Л. – М, 1963
8. Пасюткинская В. Волшебный мир танца. – М, 1985
9. Айседора Дункан. Моя исповедь. Айседора Дункан в воспоминаниях современников.
10. Видеокассеты с материалом о современном и джазовом танце. Новосибирск

Техническое и дидактическое обеспечение

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

- наличие специального зала,
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи, видеозаписи;
- костюмы для концертных номеров.