

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА «МЕЧТА»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА

ПРИНЯТО

решением Педагогического совета
МБУ ДО ЦДЮТ «Мечта» г.о. Самара
от «30» мая 2024 года
Протокол № 2

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО
ЦДЮТ «Мечта» г.о. Самара

И.Г. ГАВРИЛОВА
«30» мая 2024 года



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Ритмика и дефиле»

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 7-18 лет
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Крюкова Софья Валерьевна,
педагог дополнительного образования

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	Пояснительная записка.....	3
2.	Учебно-тематические планы и содержание программы.....	15
2.1.	Модуль «Дефиле»	15
2.2.	Модуль «Ритмика»	18
2.3.	Модуль «Актерское мастерство и позирование на камеру».....	20
2.4.	Модуль «Хореография и аэробика»	22
3.	Ресурсное обеспечение программы	25
4 .	Список литературы	26
	Приложение 1	28
	Приложение 2.....	30
	Приложение 3.....	33
	Приложение 4	34

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и дефиле» (далее – программа) предназначена для учащихся 7-18 лет, проявляющих интерес к моде, эстетике, показу одежды и здоровому образу жизни.

Программа способствует гармоничному развитию детей, так как включает в себя изучение дефиле, ритмопластики, и сценических движений, пластических композиций основанных на демонстрации коллекций детской одежды.

В результате обучения обучающиеся овладеют основами правильной походки и сценического движения.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и дефиле» имеет **художественную направленность**.

Актуальность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика и дефиле» предполагает изучение основных направлений ритмики и искусства дефиле.

В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных — это танцевально-ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность - в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям обучающихся, склонных к подражанию, копированию действий человека.

Что такое дефиле? В привычном понятии дефиле – это демонстрация одежды из коллекции на моделях. Синоним - «модный показ». Обычно дефиле проходит на подиуме с целью представления одежды для продажи. Это традиция,

от которой отказаться невозможно.

В нашем случае дефиле—это демонстрация участниками Образцового детского театра костюма «Виктория» МБУ ДО ЦДЮТ «Мечта» г.о. Самара коллекции, придуманной и изготовленной собственными руками обучающихся. Но не просто демонстрация, а маленький спектакль с продуманным образом, сценографией, музыкой, хореографией, светом. Дети непосредственно принимают участие в создании показа, а не просто выполняют показанные хореографом движения. Дефиле проходит как на подиуме, так и на сцене. Для того чтобы успешно демонстрировать свои коллекции, детям необходимо иметь хорошую комплекцию и уровень физического развития, заниматься хореографией, уметь красиво и пластично двигаться, знать сценические законы и особенности сценической этики, быть раскрепощенными, проявлять актерское мастерство. А также необходимо иметь пространственное воображение, творческую фантазию и желание создавать новые образы с помощью прически и макияжа. Все эти аспекты заложены в данной образовательной программе.

Простейшие упражнения классического тренажа и современного, изучение которых предполагает данная программа, позволяют развивать элементарные навыки координации движений в пространстве, верно ощущать дистанцию между собой и партнерами. Танец неразрывно связан с музыкой, поэтому попутно ребенок учится слушать и слышать музыку, двигаться под музыку, отличать темпы и ритмические рисунки. Все это необходимо для построения интересных и запоминающихся показов.

В процессе обучения, участники объединения примеряют на себя огромное количество различных образов. Для того чтобы донести смысл постановки показа коллекции и точность восприятия костюма и его настроения, требуется актерское умение. Пластичность, подвижность, реакция, владение диапазоном эмоций развиваются в результате занятий актерским мастерством. Эти умения и навыки, как правило, помогают и в повседневной жизни, в любом обществе. Владеть эмоциями и управлять своими чувствами – ценное приобретение для

ребенка.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что она направлена на детей, которые стремятся совершенствовать свои знания в области моды и стиля, развивать свой творческий потенциал, приобретать умения и навыки сценического движения, демонстрации одежды различных стилей, участвовать в конкурсах. Программа полезна для детей недостаточно физически развитых для занятий в спортивных секциях, но желающих заниматься физическими упражнениями, для детей желающих заниматься творчеством.

Актуальность программы заключается в том, что она нацелена на решение задач, определенных в *Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года* (от 29 мая 2015 г. № 996-р). Реализация данной программы ориентирована на включение детей в творческую, художественно-эстетическую, трудовую, общественно-полезную деятельность, которая способствует формированию гармоничной личности ребенка, а также способствует формированию у детей высокого уровня духовно-нравственного развития и потребности в здоровом образе жизни. Все это входит в приоритеты государственной политики в области воспитания.

Содержание программы ориентировано на создание необходимых условий для личностного развития обучающихся и их позитивной социализации, что является *приоритетным направлением развития Самарской области*.

Программа составлена на основе нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
3. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от

29.05.2015 № 996-р);

5. План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);

6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

8. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 N 467 "Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей";

9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

10. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

11. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

12. Письмо министерства образования и науки Самарской области от 12.09.2022 № МО/1141-ТУ (с «Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»);

13. Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»);

14. Устав МБУ ДО ЦДЮТ «Мечта» г.о. Самара.

Новизна программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Дополнительная общеобразовательная программа «Ритмика и дефиле» состоит из 4 модулей: «Дефиле», «Ритмика», «Актерское мастерство и позирование на камеру», «Хореография и аэробика».

Педагогическая целесообразность заключается в акцентировании внимания педагога не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям и дефиле (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это, сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы.

Цель программы: создание условий для полноценного физического и эстетического развития учащихся, развития творческих способностей и эмоциональной сферы детей.

Выполнение целевых установок предполагает создание условий для выполнения следующих **задач:**

Обучающие:

- сформировать у обучающихся потребность в познании основ ритмического и сценического движения;
- стимулировать обучающихся к формированию собственного имиджа и стиля;
- дать возможность применить на практике полученные знания о дефиле.

Развивающие:

- начать работу по развитию основ музыкальной культуры, артистизма, координации хореографических движений, исполнительских умений и навыков;
- способствовать развитию воображения, фантазии, творчества, самостоятельного художественного осмысления хореографического материала.

Воспитательные:

- способствовать распространению влияния эстетики дефиле среди сверстников, одноклассников;
- формировать потребность и уважение к труду.

Возраст учащихся.

Программа «Ритмика и дефиле» адресована обучающимся возраста 7-18 лет. Набор в группы осуществляется на добровольной основе, то есть принимаются все желающие заниматься (в случае каких-либо ограничений для занятий указываются эти ограничения, делается ссылка на необходимость прохождения, к примеру, медицинского осмотра).

Сроки реализации.

Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

Форма организации деятельности – групповая, очная.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика и дефиле» предусматривает возможность использования дистанционных образовательных технологий и электронного обучения в соответствии с Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816.

Основной целью реализации данной программы с использованием дистанционных образовательных технологий является предоставление возможности получения доступного, качественного и эффективного образования

всем категориям обучающихся независимо от места их проживания, возраста, социального положения с учетом индивидуальных образовательных потребностей и на основе персонализации учебного процесса.

Формы обучения используются теоретические, практические занятия. Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают: беседы, мастер-классы, конкурсы, самостоятельную работу, массовые воспитательные мероприятия, концертные выступления, социально-значимые акции.

Режим занятий

Общий объем программы за один год обучения – 144 часа. Режим занятий – 2 раза в неделю по 2 академических часа, при наполняемости 15 обучающихся в группе.

Ожидаемые результаты:

Личностные:

- формирование положительного отношения к обучению;
- готовность к творческой художественно-эстетической деятельности;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания.

Метапредметные:

Обучающийся научится:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;
- осваивать способы решения проблем творческого характера в процессе восприятия и исполнения танцевального материала;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;
- продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной

деятельности;

- не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Предметные результаты.

По окончании обучения обучающиеся:

- будут уметь двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом, передавать в танце характер музыкального произведения в движении;
- овладеют различными видами подиумных и сценических шагов;
- овладеют правильными позициями ног и положением рук;
- овладеют музыкальным обыгрыванием своих изделий, аксессуаров;
- научатся держать прямую осанку, и умение красиво ходить по сцене;
- будут свободно исполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по ритмике;
- будут знать правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

Критерии и способы определения результативности

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням:

- высокий (от 80 до 100% освоения программного материала),
- средний (от 51 до 79% освоения программного материала),
- низкий (менее 50% освоения программного материала).

Определение уровня достижения личных и метапредметных результатов отслеживается педагогом во время учебных занятий, активного участия учащихся в социально-значимых мероприятиях объединения и образовательного учреждения.

Для определения предметных результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы, а именно сформированности у учащихся

теоретических знаний и практических умений и навыков, применяется контроль и оценка с помощью критериальной таблицы.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
1. Теоретическая подготовка				
1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	Минимальный уровень – учащийся овладел менее, чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой	1	Наблюдение, диагностика, контрольный опрос
		Средний уровень – объем усвоенных опрос и др. знаний составляет более $\frac{1}{2}$.	2	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой в конкретный период	3	
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Минимальный уровень – учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины	1	Наблюдение, диагностика, контрольный опрос
		Средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой	2	
		Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием	3	

2. Практическая подготовка				
2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебно-	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Минимальный уровень – учащийся овладел менее, чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой	1	Контрольное задание
		Средний уровень – объем усвоенных опрос и др. знаний составляет более $\frac{1}{2}$.	2	

тематического плана программы)		Максимальный уровень – освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	3	
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Отсутствие затруднений в использовании и специального оборудования и оснащения	Минимальный уровень – учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины	1	Контрольное задание
		Средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой	2	
		Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием	3	
2.3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности – учащийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога	1	Контрольное задание
		Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца	2	
		Творческий уровень – выполняет практические задания с элементами творчества.	3	

Важной составляющей образовательного процесса является организация демонстрации знаний и умений, приобретенных обучающимися в процессе учебных занятий. Композиции, разученные в процессе занятий, демонстрируются в конце учебного занятия, а также по итогам изучения модуля и всей программы. Демонстрация проходит на открытых занятиях, социально-значимых мероприятиях и отчетном концерте, проводимом в конце учебного года.

Формы подведения итогов

Для подведения итогов в программе используются продуктивные (открытое занятие, выставки, фестивали, концерты, совместные праздники и др.) и

документальные формы (дневники достижения обучающихся, аналитический материал по итогам проведения диагностики, портфолио, отзывы родителей обучающихся, публикации на сайте МБУ ДО ЦДЮТ «Мечта», в социальных сетях, в Навигаторе дополнительного образования детей Самарской области).

Воспитательный компонент:

Воспитательный компонент программы основывается на развитии личности, создании условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

На учебных занятиях и во внеурочное время обучающиеся объединения "Ритмика и дефиле" активно вовлекаются в воспитательный процесс. Программой предусмотрены:

- тематические беседы;
- организация и проведение мероприятий, посвященных праздничным и памятным датам, для учащихся и родителей объединения;
- участие в концертных мероприятиях (учрежденческих, районных, городских и т.д.), конкурсах и т.п.

Таким образом, педагогом в процессе образовательной деятельности решаются не только образовательные, но и воспитательные задачи:

- воспитание патриотизма и гражданской ответственности;
- духовно-нравственное и эстетическое воспитание обучающихся;
- формирование положительного отношения к труду и творчеству;
- формирование коммуникативной культуры;
- воспитание бережного и уважительного отношения к историческому наследию

русского народа;

- формирование у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни.

Работа с родителями.

В работе с родителями используются следующие формы:

- родительские собрания;
- индивидуальные беседы;
- индивидуальные консультации;
- анкетирование родителей;
- проведение открытых занятий для родителей;
- совместные мероприятия (чаепития, праздники, поездки на выступления, соревнования, социально-значимые мероприятия).

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПЛАНЫ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план ДООП "Ритмика и дефиле"

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование модуля</i>	<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
1.	Дефиле	46	7	39
2.	Ритмика	36	7	29
3.	Актерское мастерство и позирование на камеру	26	5	21
4.	Хореография и аэробика	36	5	31
	Итого	144	24	120

Каждый из модулей имеет свою специфику и направлен на решение своих целей и задач.

2.1. Модуль «Дефиле»

Цель: формирование у обучающихся знаний, умений и навыков на основе овладения и освоения модульного материала, а также развитие творческой личности: развитие творческого мышления и творческой активности как обогащение возможностей, заложенных в человеке.

Задачи:

- обучение навыкам музыкального движения, выработка красивой походки;
- развитие музыкально-ритмической координации, формирование осанки;
- воспитание чувства ответственности, стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания, что в свою очередь требует организованности, активности, внимания.

Ожидаемые результаты:

По окончании освоения данного модуля обучающиеся должны:

- знать виды шагов;
- разбираться в стилях техники дефиле;
- составлять шаг-композицию;

- распределять пространство сцены.

Учебно-тематический план 1 модуля

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-	Беседа
2	Понятие дефиле, подиумный шаг, походка. Постановка корпуса, ног и рук в дефиле.	17	2	15	Беседа, наблюдение, выполнение упражнений
3	Основные техники дефиле. Виды основного шага.	10	1	9	Беседа, наблюдение
4	Стили дефиле. Составление комбинаций в дефиле.	17	2	15	Беседа, наблюдение, выполнение упражнений
	Итого:	46	7	39	

Содержание программы 1 модуля

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Знакомство с обучающимися. Ознакомление участников объединения с программой, правилами с требованиями к внешнему виду, форме одежды (обувь, костюм, прически). Инструктаж по технике безопасности.

Тема 2. Понятие дефиле, подиумный шаг, походка. Постановка корпуса, ног и рук в дефиле.

Теория. Понятие «дефиле» как свободное движение по подиуму на основе

музыки, выстроенное в композицию в соответствии с замыслом демонстрации модели. Объяснение техники выполнения всех упражнений. Проверка внешнего вида. Введение в профессию модели. Первые манекены – «Пандоры». Потомки старинных манекенов – фарфоровые куклы. Первые модели манекенщицы. Первые журналы мод.

Практика. Разучивание типов походок. Правильная походка, критерии походки. Рекомендации к выработке правильной походки. Просмотр видеозаписи движения манекенщиц. Наблюдение за походками учащихся. Анализ, изображение разнообразных походок людей в импровизации. Подиум. Дефиле. Показы коллекций. Пропорции. Упражнения на осанку, на координацию движений и ритм. (Приложение 1)

Повторение изученного материала Своеобразие дефиле. Сходство и отличие от танцевального шага. Комплекс упражнений типа ходьбы на месте (из аэробики).

Тема 3. Основные техники дефиле. Виды основного шага.

Теория: Особенности техники подиумного шага (приложение 2).

Практика: Освоение основных позиций в статике:

- положение ног в 3-й закрытой позиции;
- развернутость носков наружу, согнутое колено, нога на носке;
- положение рук: свободно-пластичное вдоль тела;
- положение головы: прямо, взгляд вперед, подбородок горизонтально полу;
- положение плечевого пояса: расслабленно, плечи опущены, лопатки разведены;
- осанка: подтянутая, спина напряжена, живот втянут.

Тема 4. Стили дефиле. Составление комбинаций в дефиле.

Теория: Стили дефиле.

Практика: Дефиле по подиуму с импровизацией: вечерний выход, выход в куртках, выход в купальниках, выход с сумками, очками, часами и т.д. Совершенствование техники ранее изученных упражнений. Повторение

изученного материала. Обучение дефиле на сцене без подиума. Совершенствование техники ранее изученных упражнений. Повторение изученного материала. Дефиле с импровизацией – спортивный стиль. Дефиле с импровизацией – уличный стиль (куртки). Повторение изученного материала. Дефиле с импровизацией – вечерние платья, свадебные платья. Повторение изученного материала. Дефиле с импровизацией – лето. Дефиле с импровизацией – аксессуары. Повторение изученного материала. Повторение ранее изученного материала, с отработкой всех видов дефиле и походки.

2.2. Модуль «Ритмика»

Цель: актуализация личностного потенциала каждого обучающегося с мотивацией на его творческую активность к саморазвитию и успешную реализацию, полученных умений и навыков в реальных обстоятельствах.

Задачи:

- сформировать навыки сценического мастерства и демонстрации одежды на подиуме;
- сформировать у детей уверенность в себе и в своих силах, создавая тем самым мотивационную сферу к творческой активности в познании и самовыражению;
- научить выдвигать и воплощать свои креативные идеи в индивидуальных и коллективных работах театра;
- научить применять полученные знания и умения в практической деятельности;
- научить детей адекватно оценивать результаты своей деятельности, стремиться к успешной самореализации;
- сформировать культуру речи и поведения в общественных местах, умение общаться и работать в коллективе.

Ожидаемые результаты:

- уметь создать свой индивидуальный образ

- ставить перед собой цели и определять задачи;
- действовать по плану и планировать свою деятельность;
- оценивать свои и чужие действия в соответствии с их целями, задачами, возможностями, нормами общественной жизни.

Учебно-тематический план 2 модуля

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Музыкальное движение.	12	4	8	Беседа, наблюдение
2	Элементы пластики тела.	6	2	4	Беседа, выполнение упражнений
3	Работа на сцене. Сценический рисунок.	6	1	5	Беседа, наблюдение, выполнение упражнений
4	Создание сценического образа и постановочная работа над коллекцией.	12	-	12	Наблюдение, творческое задание
	Итого:	36	7	29	

Содержание программы 2 модуля

Тема 1. Музыкальное движение.

Теория: Изучение метода «Музыкальное движение». Разучивание и совершенствование разнообразных видов движения.

Практика: Воспитание чувства ритма и такта. Развитие умения вовремя вступать с началом музыки. Развитие умения придавать движению нужную динамическую выразительность (работа над устремленностью своего движения – уменьшение или увеличение амплитуды, скорости). Развитие умения заканчивать движение точно с окончанием музыкального произведения

(или его части).

Тема 2. Элементы пластики тела.

Теория: Техники для развития пластики тела. Изучение анатомии и строение тела.

Практика: Выполнение разогревающих позвоночник упражнений. Выполнение упражнений на вращение и гибкость суставов.

Тема 3. Работа на сцене. Сценический рисунок.

Теория: Знакомство с основными понятиями - центр сцены, мизансцена, правая или левая кулисы, край и линии сцены, готовность и сценическое внимание, держать паузу, темпоритм показа.

Практика: Выполнение комплекса упражнений для формирования тела. Передвижение по сцене по заданным точкам.

Тема 4. Создание сценического образа и постановочная работа над коллекцией.

Практика: Комплекс упражнений для формирования тела. Подбор и прослушивание музыки. Работа по созданию постановки. Выбор стиля движений, композиционных связок. Разучивание новой коллекции.

2.3. Модуль «Актерское мастерство и позирование на камеру»

Цель: воспитание эстетически развитой личности, развитие творческих способностей и индивидуальности обучающегося средствами актерского мастерства.

Задачи:

- выявление и раскрытие творческого потенциала и индивидуальности каждого ребенка;
- обучение первоначальным навыкам актерского мастерства;
- воспитание художественного вкуса, творческой инициативы, психофизической выносливости и работоспособности;
- обучение творческому использованию полученных умений и практических

навыков.

Ожидаемые результаты:

- уметь фиксировать и осмыслять особенности поведения в наблюдениях, собственных работах, произведениях искусства.
- уметь найти внешний образ (пластический), адекватно выражающий чувство, характер, настроение.
- развит навык сочинения, подготовки и осуществления задуманного события в специальном задании.

Учебно-тематический план 3 модуля

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Приемы релаксации, концентрации внимания, дыхания.	8	3	5	Беседа, выполнение упражнений
2	Воображение и фантазия.	7	2	5	Беседа, творческое задание
3	Психофизический тренинг	5	-	5	Наблюдение
4	Позирование на камеру	6	-	6	Творческое задание
	Итого :	26	5	21	

Содержание программы 3 модуля

Тема 1. Приемы релаксации, концентрации внимания, дыхания.

Теория: Понятие о внимании, объекте внимания. Особенности сценического внимания. Значение дыхания в актерской работе.

Практика: Тренинги и упражнения с приемами релаксации. Практические упражнения на развитие сценического внимания. Практические занятия по

работе над дыханием. Упражнения: «Сосулька», «Снежинки», «Холодно жарко», «Тряпичная кукла – солдат», «Шалтай-болтай», «Штанга», «Муравей», «Спящий котенок», «Насос и мяч», «Зернышко», «Пишущая машинка» и др.

Тема 2. Воображение и фантазия.

Теория: Понятия воображения и фантазии. Воображение как ведущий элемент творческой деятельности. Развитие фантазии и воображения способствующих развитию ассоциативного и образного мышления.

Практика: Имитация и сочинение различных необычных движений. (Приложение 3).

Тема 3. Психофизический тренинг.

Практика: Ходьба под музыку, пробежки; ходьба на носках, пятках, ходьба с высоко поднятым коленом, с выпадами, подскоки, передвижение прыжками, передвижение прыжками на сомкнутых ногах; ходьба в положении приседа, на четвереньках, другие разновидности передвижений со сменой темпа и ритма. Движения, включающие в работу плечевой пояс, руки, шею, спину, тазобедренный сустав.

Тема 4. Позирование на камеру.

Теория: Принципы позирования на камеру. Влияние света на результат съемок.

Практика: Фотосессия с профессиональным фотографом.

2.4. Модуль «Хореография и аэробика»

Цель: приобщить детей к искусству хореографии, развить их художественный вкус: обучить основным элементам танца разных направлений.

Задачи:

- развить коммуникабельность, уверенность в себе,
- научить детей владеть своим телом, развить врожденную пластику и координацию движений, привить детям уверенность в себе и раскрепощенность;
- развить художественный вкус, фантазию, изобретательность.

Ожидаемые результаты:

- укрепить физическое здоровье с помощью различных физических упражнений;
- уметь ярко и эффектно представить себя в обществе, быть уверенным в себе и коммуникабельным;
- раскрыть свои актерские и творческие способности;
- раскрыть в себе художественный и музыкальный вкус, научиться основным элементам танца разных направлений;
- знать: позиции рук и ног в хореографии;
 - названия классических движений;
 - новые направления, виды хореографии и музыки;
 - классические термины; контролировать и координировать своё тело;
 - виды и жанры хореографии.

Учебно-тематический план 4 модуля

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Хореографическая подготовка	18	3	15	Беседа, наблюдение, выполнение упражнений
2	Аэробная нагрузка	18	2	16	Беседа, наблюдение, выполнение упражнений
	Итого :	36	5	31	

Содержание программы 4 модуля

Тема 1. Хореографическая подготовка.

Теория: Беседа «Танец – это радость». Правила поведения на занятиях, техника безопасности. Познакомить обучающихся с первыми русскими выдающимися хореографами. Развитие хореографии в России. Элементы музыкальной грамоты

– характер музыки (веселая, спокойная, грустная); темп (медленный, умеренный, быстрый); строение музыкального произведения (вступление, основная часть, кода). Характер исполнения номера: веселый, грустный, торжественный и т.д.. Музыкальные темпы: быстро, медленно, умеренно. Экзерсис в хореографии. Классический танец, его красота, манера исполнения. Экскурс в историю. Введение терминологии. Народнохарактерный танец, его особенности, манера исполнения. Взаимосвязь классического и народно-характерного танцев.

Практика: Проверка ритмического слуха. Построение в колонну по одному, по четыре. Изучение поклона. Партерный экзерсис. Упражнения для развитие эластичности стоп. (Приложение 4)

Тема 2. Аэробная нагрузка

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Внешний вид и форма одежды. Основы ОФП. Понятие выносливость, гибкость, сила, быстрота, координационные способности. Тесты на координацию движений оцениваются сложностью задания, точностью и скоростью его выполнения. Понятия - «строй», «шеренга», «колонна», «ряд», «направляющий», «замыкающий», «интервал», «дистанция» и их практическая реализация.

Практика: Правильное дыхание, вдох - выдох в начале и в конце занятия. Изучение упражнений, которые выполняются во время разминки (мышцы шеи, плеч, спины, ног). Изучение различных упражнений на разминку, корпуса, рук и ног. Составление разминки из элементарных упражнений. Выполнение упражнений на пресс, ноги, спину, руки. Растяжка. Упражнения на координацию. Упражнения для увеличения амплитуды и гибкости.

3. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для наиболее эффективной реализации программы необходимо:

Методическое обеспечение:

- методические разработки интерактивных занятий;
- информационно – методический материал - журналы мод;
- фото- и видеоматериал (фотографии коллекций моделей, манекенщиц, видеозаписи конкурсов и фестивалей театров мод);

Особенности методики, организация образовательного процесса.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей ребенка.

Занятие включает чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, разучивание разных стилей походок, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы и движения, творческие задания.

Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Беседы, проводимые на уроках, соответствуют возрасту и степени развития детей. Беседы помогают развитию способности логически мыслить. На этих занятиях дети получают информацию о хореографическом искусстве, моде, демонстрации коллекций и их истории развития и традициях.

Материально-техническое обеспечение:

- специально оборудованное помещение с необходимым музыкальным оборудованием;
- музыкальный центр;
- диски, флешка с музыкальным сопровождением.

4. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Апухтина В.А. Художественный образ в хореографическом искусстве // Культурные тренды современной России: от национальных истоков к культурным инновациям : сб. докл. VIII Всерос. науч.-практ. конф. студентов, магистрантов, аспирантов и молодых ученых, Белгород, 27 окт. 2020 г. : в 4 т. / отв. ред. Н.В. Бараниченко [и др.]. – Белгород, 2020. – Т. 3. – С. 140-143.
2. Барышникова Т. Основы хореографии. – М., 2001.
3. Буткевич М. К игровому театру. – М.: Искусство, 2003.
4. Васильев, О.С. Этнофитнес и культура движения // Современные эстрадные танцы, № 1 (13), 2003.
5. Горчаков Н. Режиссёрские уроки Е. Вахтангова. – М.: Искусство, 2003.
6. Горчаков Н. Режиссёрские уроки К.С. Станиславского. – М.: Искусство, 2001.
7. Гиршон А. Е. Истории, рассказанные телом. Практика Аутентичного Движения / А.Е. Гиршон. Изд. 2-е, расширенное и дополненное. - СПб.: Речь, 2010. -158 с.
8. Гришина Ю. И. Общая физическая подготовка. Знать и уметь: учебное пособие. – Ростов н/Д.: Феникс, 2012.
9. Жарикова Т.В. Волосы: сила и блеск. – М.: Мир книги, 2001.
10. Жарикова Т.В. Кожа: секреты здоровья и красоты. – М.: Мир книги, 2001.
11. Жарикова Т.В. Лицо: косметика и массаж. – М.: Мир книги, 2001.
11. Журналы «Здоровье» – М.: «Издательский дом Родионова» за 1993-2000гг., 2004-2009.
12. Здор С. Точка навигации (техника импровизации в современном танце) / С. Здор. - Красноярск, 2010.
13. Кандинский В.В. О сценической композиции [1913] / Кандинский В.В

// Избранные труды по теории искусства. М.: Гилея, 2008.

14. Кандинский В. В. Точка и линия на плоскости / В. Кандинский; пер. с нем. Е. Козиной.- Спб. : Азбука, Азбука-Аттикус, 2016.
15. Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии. – СПб: Питер, 2002.
17. Малек Н.В. Учебный курс: молодёжные, детские стрижки и причёски. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000.
18. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика /Современные и эстрадные танцы. – М., 2005
19. Орлова С.В. Образно-выразительное значение многофункциональных вещей и бытовых предметов в современном танце // Диалоги о культуре и искусстве : материалы VIII Всерос. науч.-практ. конф. (с междунар. участием), Пермь, 18–20 окт. 2018 г. – Пермь, 2019. – Ч. 2. – С. 319-327.
20. Полятков С.С «Основы современного танца» /Современные и эстрадные танцы. – М., 2005.
21. Потапова И. Макияж зимой и летом, вечером и днём. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
22. Рокаш Е. Салон-парикмахерская дома. – Минск: Миринда, 2000.
24. Степура М. Как стать моделью. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000.
25. Хендрикс К. Танцевально-двигательная терапия. – М., 2004.
26. М.Тобиас, М. Стюарт «Растягивайся и расслабляйся». – М.: Алетейа, 2000.

Основы дефиле.

Основная стойка модели. Правая нога ставится перед левой, носочек смотрит прямо, а левая нога смотрит налево на 45 градусов, при этом левая нога - ПРЯМАЯ, а правая согнутая, правая стоит на 5см от левой, перпендикулярно носочку левой, сильно садимся на бедро, левое бедро ровно в бок, а корпус ровно прямо. (С левой ноги, тоже самое). Когда мы идем руки параллельно телу, и они должны болтаться, за руками нужно следить, в особенности за локтями и пальцами. Идти нужно четко по одной прямой.

Правильная постановка стопы - носки немного развернуты в разные стороны. Идеальная линия движения для женщины - когда пяточки идут как бы по одной прямой. Та нога, на которую вы в данный момент перенесли центр тяжести, должна быть прямой. Основа красивой походки - правильная осанка. Осанкой называют привычную позу, манеру человека держаться стоя и сидя. Оценивают осанку обычно в положении стоя; при правильной осанке голова и туловище расположены на одной вертикали, грудная клетка приподнята, живот не выпячивается. Если посмотреть сзади, то плечи должны располагаться на одном уровне, а лопатки прижаты. Чтобы научиться правильно и красиво ходить, чтобы осанка была красивой, необходимо сначала учиться не ходить, а в первую очередь правильно держать плечи и голову. Для этого встаньте перед зеркалом, поставьте голову прямо и выровняйте линию плеч. Задержитесь в этом положении на 1 минуту, после чего закройте глаза, расслабьтесь, покачайте головой, сделайте несколько вращений плечами и попытайтесь снова принять правильное положение. Открыв глаза, проверьте себя.

Разминка (на первых занятиях разминка проходит без музыки, потом под музыку). Все упражнения нужно делать сначала с правой ноги, а потом с левой.

Медленные упражнения.

1. Упражнения на руки и корпус в сторону, руки здесь противоположно ногам, то есть с правой ноги, левая рука и корпус поворачиваешь направо (на раз -

направо, на 2 – возвращается руку к плечу, рука не болтается, а постоянно у плеча, при этом локоть параллельно полу) Тоже самое с левой ноги.

2. Потом это же упражнение, только добавляются руки наверх, на 1 – левая рука и корпус па право, на 2 – правая рука налево, на 3 – левая наверх, на 4 – правая наверх, при этом ноги противоположно рукам.

3. Очень медленное упражнение, с медленным шагом, на раз – правая нога вперед, левая рука в сторону вместе с корпусом, на 2 – левая. Быстрые упражнения. 1. По парам под музыку- 4-идем, 4-сидим 2. 4-идем, 4-стоим (стоим в основной стойке модели, сначала без рук, потом это же упражнение, но уже с руками) 3. На плечи, на 2 счета - вперед оба плеча, на 2 счета - назад

4. Затем по одному плечу: вперед-вперед, назад-назад (и с левой и с правой ноги).

5. Упражнение «тик - так». На раз – руки обе направо, на 2 – обе руки на лево, то есть в какую сторону бедро, в ту же сторону и руки, корпус при этом двигается в противоположно рукам и бедрам. Нужно делать изо всех сил, ноги при этом так же идут по одной прямой, носочки никуда не разводим, нужно прямо наклоняться в бок, бедра раскачиваются из стороны в сторону.

6. Упражнение на 4 точки бедра - вокруг себя на 4 точки.

7. Упражнение, только на 2 точки (без бедер) – вокруг себя на 2е точки.

В этом упражнении нужно следи за головой: точка впереди, точка сзади, голову надо поворачивать резко. В этом упражнении нужно как бы отталкиваться как мяч от пола, а не опираться на все бедро, его делаем на прямых коленках

8. Упражнение «бедра в бок»: 2раза в право, 2 раза влево, и снова тоже самое, его ты сама знаешь «Шаг – поворот». 4 шага с правой ноги, на 5ый – шаг, на 6 – поворот, посмотрели на зрителей, на 7 – опять шаг, на 8 – поворот, и голову нужно возвратить сразу же к зрителям. Комбинация из быстрых и медленных упражнений.

Характеристика основного шага:

- шаг с каблука, прямой ногой, с выносом бедра;

- умеренность ширины шага, «линия пятки»;

- чуть заметные движения плечевого пояса в противовес выносу бедра;

движения рук помогают общему движению.

Демонстрация походок.

Пластические этюды на изображение походок:

- походка и возраст;

- походка и настроение;

- походка и груз. Сравнение с обычной ходьбой под музыку, с хлопками и

без. Отработка упражнений. Демонстрация подиумного шага и его отработка.

Виды основного шага. Основной шаг с выносом ноги из-за такта, без поворота.

Поворот на полупальцах с переносом тяжести на другую ногу на 180 °. Линия

движения: интервал, распределение пространства. Согласованность движений,

одновременность поворотов. Две линии движения: интервал, согласованность,

распределение пространства. Демонстрация основного шага и его отработка.

Определение размера. Расчет шагов (4/4 – 8 шагов). Движение основным шагом

по одному. Отработка движений одной линией без музыки и на музыке.

Отработка движения основным шагом в 2 линии по 3 человека навстречу друг

другу. Шаг-поворот на 180°. Движение до середины с плавным поворотом на 4-й

шаг на 180° по одному с рукой (без руки). Вариант шага-поворота; с «общением»

друг с другом. Вариант шага-поворота с перекрещиванием рук. Отработка шага,

положения рук, головы без музыки и под музыку по одному, линией и в 2 линии

навстречу друг другу. Распределение пространства и линии. Демонстрация шага-

проходки, отработка по одному, без рук и с руками, под музыку (без музыки), в

группе по 10-12 человек одновременно. Выпад в сторону. Выпад в сторону без

руки и с рукой из основной позиции. Рука на бедро или в сторону. Вариант с

перекатом. Демонстрация выпада. Отработка. Шаг-композиция с выпадом в

сторону, основной шаг (на 4-й шаг) – выпад в сторону, продолжение движения вперед, поворот на 180°, без руки и с рукой. Вариант: с выпадом, быстрым перекатом с ноги на ногу и продолжением движения вперед, поворот на 180°, Вариант: основной шаг (на 4-й шаг) – выпад в сторону, пауза, возврат в предыдущее положение, продолжение движения вперед, поворот на 180° с выносом руки в сторону. Демонстрация шага с выпадом. Отработка по одному, в паре, в линии, в 2 линии без музыки и под музыку. Упражнения для закрепления правильной походки Разновидность ходьбы с предметом на голове.

Ходьба по горизонтальной, наклонной плоскости в сочетании с движениями руками: за спину, назад, за голову, вверх, то же при ходьбе на носках. Ходьба с поворотом головы налево под левую ногу, направо - под правую ногу. Разновидности ходьбы: обычный шаг, на носках, прыжками ноги врозь-вместе, легкий бег и др. Ходьба "мягким шагом". Мягкий шаг выполняется с постановки стопы с пальцев, затем следует перекаат на всю стопу. Ходьба "высоким шагом", при котором шаг вперед выполняется с быстрым сгибанием ноги вперед, когда бедро и голень образует угол 90°. Ходьба "пружинящим шагом" - из стойки на носках выполняется маленький шаг вперед с энергичным перекаатом на всю стопу и сгибанием ноги. Затем, быстро разгибая колено опорной ноги, встать на носок и вынести другую ногу вперед. Ходьба "перекаатным шагом" - это ходьба мягким шагом, но через полуприсед до стойки на носках. При выполнении ходьбы специальными шагами (п. 5-8) тело прямое. Уравновешивание боковых колебаний туловища производится разноименным движением рук. При обучении специальным шагам используются расчленный и целостный методы. Для повышения интереса к занятиям целесообразно использовать сюжетные задания, например: Кто ходит тихо, Кто пройдет красиво, Кто пройдет по натянутому канату, как в цирке, и т.п. Освоение техники танцевальных шагов: приставного, переменного, русского, шага вальса, шага польки, шага галопа и др. Сначала разучивают шаги на носках, затем с постановкой стопы на опору перекаатом. Первые движения выполняются медленно, последующие - быстро и мягко.

Повороты: простой поворот: 4 шага идем, и раскладываем поворот на 3 счета. сложный поворот. 4 шага идем и раскладываем поворот на 4 счета. проходка все вместе (с правой ноги, 8 счетов идем, потом шаг поворот, и обратно идем 8 счетов, и опять шаг-поворот). Когда большие повороты выучены, то уже 8 счетов идем, потом шаг-поворот, назад идем 4 счета, а на 5ый счет делаем большой поворот, потом идем оставшиеся 4 счета, делаем шаг-поворот, и опять с начала. Дефиле по подиуму.

Упражнения:

В мире фантастических открытий. Обыгрывание простых предметов - стула, стола, ручки, линейки, ленты и других, как необычных вещей из будущего - летающий стул, стол со скатертью самобранкой, лента-путеводитель, сама пишущая («самопишущая») рассказы ручка, линейка-фонарь и т. п. Сочиняем сказку вместе. - «Продолжи сказку». Педагог начинает «Жили-были...». Далее - по кругу каждый добавляет фразу или одно слово, продолжая сказочный сюжет. - «Все герои в гости к нам!» Каждый придумывает небольшой монолог сказочного героя, чтобы мы угадали - кто это, из какой сказки. Можно использовать элементы пластики, реквизит.

Примеры упражнений на развитие воображения и фантазии: - «Воображаемый телевизор». Дети сидят на стульях и смотрят «передачу». Кто какую передачу смотрит? Пусть каждый расскажет о том, что он видит. С помощью воображаемого пульта переключать передачи. - Стол в аудитории - это: королевский трон, аквариум с экзотическими рыбками, костер, куст цветущих роз. - Передать друг другу книгу так, как будто это: кирпич, кусок торта, бомба, фарфоровая статуэтка и т. д. - Взять со стола карандаш так, как будто это: червяк, горячая печёная картошка, маленькая бусинка.

Приложение 4

ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА. Разминка у станка (лицом к палке). Demi nlie – приседание (по 1 позиции). Battement tendu – натянутые движения (по 1 и 5 позициям). Battement tendu jete – натянутые движения с броском (по 1 позиции). Battement fondu – тающий батман (по 1 позиции). Releve – поднятие на полупальцы (по 1 позиции). Grand battement - большие броски (назад и вперед). Изучение позиций рук: подготовительная позиция, 1 позиция, 2 позиция, 3 позиция. Изучение позиций ног: 1 позиция, 2 позиция, 3 позиция, 4 позиция, 5 позиция. Шаги и бег в характере классического танца: Естественные бытовые шаги. Танцевальный шаг с вытягиванием пальцев ног. Шаркающие шаги (всей подошвой). Легкий бег. Бег с вытянутыми пальцами ног. Позы в классическом танце: Groisee (вперед и назад) Efassee (вперед и назад) Прыжки: Temps leve sauté. Pas echappe. ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНО - ХАРАКТЕРНОГО ТАНЦА. В народно-сценическом танце применяются те же позиции ног, что и в классическом, но с небольшим изменением – менее выворотно: 1-я позиция, 1-я обратная позиция, 2-я позиция; 2-я позиция, 2-я параллельная позиция, 2-я обратная позиция; 3-я позиция; 4-я позиция, 4-я параллельная позиция; 5-я позиция; 6-я позиция. При исполнении танцевальных движений используются разные положения стопы и подъема: подъем вытянут (шаг с носка и т.д.), подъем не вытянут (сокращен) (ковырялка и т.д.), подъем свободен («флик-фляк» и т.д.), подъем скошен (характерный rond de jambe), Танцевальные шаги: простой танцевальный шаг с носка; шаг на полупальцы; шаг на пяточках; шаг на внутренней и внешней стороне стопы; переменный шаг с носка; боковой приставной шаг.