

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Курортного района Санкт-Петербурга  
«На реке Сестре»

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
ГБУ ДО ДДТ Курортного района  
Санкт-Петербурга «На реке Сестре»  
(Протокол от 30.08.2021 № 1)

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом от 01.09.2021 № 128  
Директор ГБУ ДО ДДТ Курортного района  
Санкт-Петербурга «На реке Сестре»  
\_\_\_\_\_ М.В.Куканова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«ОСНОВЫ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА»**

**Уровень: базовый**

**Возраст учащихся: 6 – 14 лет**

**Срок реализации: 3 года**

Разработчик:  
Скляр Валерия Валерьевна,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2021

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| Название программы             | «Современный танец»  |
| Сведения об авторе             | ФИО: Скляр В.В.  |
|                                | Место работы: ГБУ ДО ДДТ Курортного района Санкт-Петербурга «На реке Сестре»   |
|                                | Должность: педагог дополнительного образования   |
| Материально-техническая база   | оборудованный для танцев зал, музыкальное оборудование;  |
| Год разработки, редактирования | 2020 г., корректировка 2021  |
| Направленность                 | Художественная   |
| Направление                    | Танцевально-театральное  |
| Возраст учащихся               | 6-14 лет   |
| Срок реализации                | 3 года   |
| Актуальность                   | Программа адаптирована для реализации в условиях временного ограничения занятий в очной (контактной) форме и включает все необходимые инструменты электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий  |
| Цель                           | приобщение детей к искусству современного танца, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер в молодежной культуре посредством занятий в танцевальном коллективе.   |
| Формы занятий                  | С использованием дистанционных образовательных технологий: он-лайн не более 30 минут в день  |
| Ожидаемые результаты           | <p>Личностные результаты:</p> <p>В результате обучения у учащихся сформированы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы культуры межличностного общения;</li> <li>2. Умения и навыки, помогающие организации танцевальной деятельности, учащихся;</li> <li>3. Эстетический вкус;</li> <li>4. Общекультурный кругозор.</li> </ol> <p>Метапредметные результаты:</p> <p>В результате обучения у учащихся сформированы:</p> <p>Умения анализировать свои возможности, поступки,</p> <p>Умения вступать в диалог.</p> <p>Предметные результаты:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Знают терминологию современного танца</li> <li>2. Умеют выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков).</li> <li>3. Умеют самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации.</li> <li>4. Умеют выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением.</li> <li>5. Умеют работать импровизированно.</li> </ol> |

### **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная программа «Современный танец», разработана для предоставления образовательных услуг обучающимся Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Курортного района Санкт-Петербурга «На реке Сестре».

Данная программа «базового» уровня сложности предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания в смешанной (очно-дистанционной) форме обучения.

#### **Нормативные документы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена в соответствии с

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Далее – ФЗ № 273).
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (Далее – Концепция).
3. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» от 29 мая 2015 г. № 996-р;
4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерство образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 18.11.2015г.
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Распоряжение Комитета по образованию №617-р) от 01.03.2017г.
7. СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
8. «Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ среднего, профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением ЭО и ДОТ» от 24.03.2020г.

Направленность программы – **художественная**

Уровень освоения программы – **базовый.**

Это ориентация на конкретные области знания, которые определяют её предметно-тематическое содержание, преобладающие виды учебной деятельности учащегося и требования к результатам освоения образовательной программы.

#### **Актуальность**

Программа адаптирована для реализации ее в условиях временного ограничения занятий в очной (контактной) форме и включает все необходимые инструменты электронного обучения при изучении разделов, блоков, тем. Новизну программы определяет использование ИКТ технологий при изучении отдельных тем, разделов программы. Этим определяется актуальность.

Хореография, как вид искусства, выполняет определенные социально-культурные функции.

Среди разнообразных функций социальной культуры в качестве основных выделяются следующие:

- гуманистическая (развитие творческого потенциала человека);
- социально-информационная (аккумуляция, хранение и передача социального опыта);

- коммуникативная (социальное общение);
- образовательно-воспитательная (социализация личности, ее приобщение к знаниям и культурному наследию);
- регулирующая (ценностно-нормативная регуляция социального поведения);
- интегрирующая (объединение людей, развитие у них чувства общности, поддержание стабильности общества).

#### **Отличительные особенности данной программы:**

Программа предназначена для реализации на базе ГБУ ДО ДДТ «На реке Сестре», а также может быть реализована в рамках сетевого взаимодействия с общеобразовательными школами и другими образовательными учреждениями, и может реализоваться педагогами-единомышленниками по различным направлениям; включает общие групповые занятия (бесед о танцевальном искусстве, молодежной культуре и моде, совместных просмотров телепередач, концертов, фестивалей о танце, посещение театров, концертов, мастер-классов) и работу в рамках индивидуальных образовательных маршрутов по выбранному направлению.

Значительную часть работы учащиеся могут выполнить самостоятельно, вне учебной аудитории (работа с Интернет-источниками, возможность самостоятельно сочинять танцевальные комбинации, подбирать для них музыку и оформлять презентации своих работ).

В связи с этим возможны внеаудиторные и заочные формы проведения занятий, например, обмен информацией с учащимися через электронную почту или социальные сети.

Вовлекая учащихся в самостоятельную работу, дети приучаются к творчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, воспитывается трудолюбие, чувство прекрасного, самовыражение по способу движения.

Так же отличительной особенностью данной программы является дистанционное ознакомление обучающихся с тематическими блоками, освоение каждого из которых предполагает работу с конкретным видом направлений танцевального вида деятельности.

Данная программа предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных приспособлений в качестве инвентаря для своих занятий. Минимальную сложность и возможность освоения содержания программы в смешанной форме обучения (очно-дистанционной).

В программу введен раздел «Танцевальная импровизация». Танцевальная импровизация рассматривается как один из путей приобщения детей к творческой самодетельности, реализации своих чувств и мыслей. Познавательная деятельность в танцевальном коллективе усиливается за счет бесед о танцевальном искусстве, молодежной культуре и моде, совместных просмотров телепередач, концертов, фестивалей о танце, посещение театров, концертов, мастер-классов.

На втором году обучения добавляется понятие «джазовый танец» и танец «модерн». Джаз развивает пластичность и чувство ритма, его отличительная черта это свободная пластика тела, гармония движений, баланс, изоляция движений отдельных частей тела. Джаз необходим для развития координации и умения точно воспроизводить желаемое движение. В группу входят такие направления как афро-джаз, джаз-модерн, блюз-джаз.

Термином «Модерн» (франц. modern - новейший - современный) называется стилевое направление в европейском и американском искусстве кон. 19 - нач. 20 вв. Представители «модерна» использовали новые технико-конструктивные средства, свободную планировку, своеобразный архитектурный декор для создания необычных, подчеркнута индивидуализированных зданий, все элементы которых подчинялись единому орнаментальному ритму и образно-символическому замыслу. Искусство «модерна» отличают поэтика символизма, декоративный ритм гибких текучих линий, стилизация.

#### **Адресат программы**

Программа рассчитана на учащихся -14 лет. Продолжительность обучения -3 года.

Первый год обучения направлен на знакомство с программой, с учебно-тренировочной работой, со специальной танцевально-художественной работой.

Второй год знакомит учащихся с основами джаз-модерн, с классической хореографией. Усвоен курс классического танца, учащиеся освоят понятия в гибкости и устойчивости. На втором году обучения добавляется понятие «джазовый танец» и танец «модерн».

Третий год обучения – знакомство с основами современного стиля танцевальной культуры разных направлений, продолжается обучение по направлениям «Джаз-модерн и «Классическая хореография.

### **Объем и срок реализации программы:**

Программа предназначена для детей **6-14 лет**, желающих приобщиться к современному танцу, научиться двигаться увереннее и улучшить свою физическую форму.

Программа рассчитана на 3 года (при очной форме обучения): 72 часа, 144 часа, 216 часов. 72 часа-2 часа в неделю, 144 - 4 часа в неделю, 216 - 6 часов в неделю. Количество учащихся в группе 10 –15 человек. Группы комплектуются по желанию детей и родителей, на основании представления медицинской справки от врача.

### **Форма обучения: смешанная (очная с элементами дистанционного обучения)**

Учебные занятия могут проводиться со всем составом объединения, по группам и подгруппам, а также индивидуально (с наиболее способными детьми при подготовке к конкурсным мероприятиям или с детьми с особыми возможностями здоровья).

При дистанционном обучении по программе используются следующие формы дистанционных образовательных технологий:

- мастер-классы;
- сайты по творчеству данного направления;
- тесты, викторины по изученным теоретическим темам;
- адресные дистанционные консультации.

В организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы: ZOOM, Googl Form, Skype, чаты в Viber, WatsUp и т.д.

В мессенджерах с начала обучения создается группа, через которую ежедневно происходит обмен информацией, в ходе которой обучающиеся получают теоретическую информацию.

Учебно-методический комплекс включает электронные образовательные ресурсы для самостоятельной работы обучающихся (ссылки на мастер-классы, шаблоны, теоретический материал).

Очное обучение проходит с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Продолжительность занятия 30 минут с перерывами 10 минут (при дистанционном обучении). Первые 30 минут из которых отводится на работу в онлайн режиме, вторые – в офлайн режиме (в индивидуальной работе и онлайн консультировании).

В рамках онлайн занятий посредством платформ: Webinar, ZOOM, Youtube, Skype, Google и другие, педагог представляет теоретический материал по теме.

В офлайн режиме посредством социальных сетей и мессенджеров обучающимся передается видео, презентационный материал с инструкцией выполнения заданий, мастер-классы и другое.

При выполнении заданий время непрерывной работы за компьютером регламентируется в соответствии с требованиями СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 (п. 8.7 СанПиН 2.4.4. 3172-14):

- дошкольники 6-7 лет – 15 минут;
- учащиеся 7-10 лет - 15 минут;
- учащиеся 11-13 лет - 20 минут;
- учащиеся 14 лет - 25 минут;

Основные принципы занятий:

1. Доступность – обучение от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая индивидуальные особенности каждого ученика.
2. Наглядность – показ упражнений, комбинаций.
3. Регулярность занятий, повышение нагрузки, усложнение техники выполнения упражнений.
4. Закрепление навыков – многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно.

Для детей младшего школьного возраста немаловажен тот момент, чтобы занятия проходили интересно и познавательно. А для этого обучающий материал должен либо подаваться в форме игры (частично), либо закрепляться в играх, несущих танцевальный уклон. В программе отводятся часы для танцевальной импровизации, как индивидуальной, так и в малых группах. Закрепление пройденного материала в форме игры с элементами танца. А также отводится определенное время для просмотра видеоматериала, соответствующего возрасту занимающегося, несущего в себе цель не только ознакомительного но и обучающего характера.

Для детей среднего школьного возраста помимо самого танца важную роль играет общение со сверстниками, адаптация в коллективе. В предложенной программе отводятся часы для танцевальной импровизации, как индивидуальной, так и в малых группах. В процессе работы дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. У детей 10-14 лет координация развита достаточно, но в большинстве случаев связки уже менее эластичны. Поэтому первым этапом в обучении, основой последующих занятий является гимнастика, направленная на приобретение необходимой танцевальной формы. В течение занятия учащиеся развивают пластику, отрабатывают четкость движений, учатся чувствовать музыку, работают над координацией движений, разучивают отдельные комбинации, развивают музыкальный слух и чувство ритма. В период постановочной и индивидуальной работы допускается приглашать только тех детей, которые участвуют в танце. Цель: лучше отработать элементы танца, создать танцевальную композицию, танцевальный образ

Отчеты танцевального коллектива планируются в виде открытых занятий, или концертных выступлений. В мероприятия воспитательного характера входят подготовка и проведение концертов, выступлений учащихся в школах, клубах в дни празднеств и знаменательных дат.

#### **Цель программы:**

приобщение детей к искусству современного танца, развитие их художественного вкуса, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер в молодежной культуре посредством занятий в танцевальном коллективе.

#### **Задачи:**

*Обучающие:*

1. Ознакомить детей с терминологией современного танца, научить использовать ее в работе.
2. Научить выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков).
3. Научить самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации.
4. Научить выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением.
5. Научить работать импровизированно.
6. Научить работать в коллективе, чувствовать друг друга в танце.
7. Формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформах, контентных блогах и т.д.
8. Умение работать дистанционно в команде и индивидуально.
9. Выполнять задания самостоятельно и коллективно (бесконтактно).

*Развивающие:*

1. Развитие координации и пластики, необходимой для танцевального исполнения в соответствии с особенностями жанра.
2. Развитие чувства ритма, музыкальности.
3. Развитие воображения, умения передать музыку и содержание образа движением.
4. Развитие творческой инициативы детей.
5. Развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях и др.

*Воспитательные:*

1. Воспитание художественного вкуса.
2. Воспитание позитивного отношения к товарищам, посредством совместной работы на уроках, и концертной деятельности.
3. Воспитание интереса к музыкальному творчеству, хореографии, искусству.
4. Формирование навыков здорового образа жизни.
5. Развитие коммуникативных навыков.

**Условия реализации программы (очная форма обучения).**

- **условия набора в коллектив:** принимаются все желающие девочки и мальчики без базовых знаний в данной области
- **условия формирования групп:** группы одновозрастные, допускается дополнительный набор учащихся на первый, второй и последующий год обучения на основе собеседования. Списочный состав групп формируется с учетом вида деятельности, санитарных норм, норм наполняемости групп.
- **количество детей в группе:** на первом году обучения – не менее 15 человек, на втором году обучения – не менее 12 человек, на третьем году – не менее 10 человек.
- **формы проведения занятий:** репетиция, концерт, мастер-класс, праздник, творческий отчет, экскурсия, фестиваль, зачет.
- **формы организации деятельности учащихся на занятии:**
  - фронтальная работа со всеми учащимися одновременно: беседа, показ, объяснение;
  - коллективная работа: проблемно-поисковое, творческое взаимодействие между всеми детьми одновременно: репетиция, постановочная работа, концерт;
  - групповая: организация работы в малых группах: совместные действия, общение, взаимопомощь, в парах;
  - индивидуальная: работа с одаренными детьми, солистами, корректировка пробелов в знаниях, отработка отдельных навыков;
- **материально-техническое оснащение:** оборудованный для танцев зал, музыкальное оборудование;
- **кадровое обеспечение:** концертмейстер.

**Условия реализации программы смешанного обучения:**

- программа реализуется разделами (модулями), часть тем отдана на самостоятельное изучение с последующим контролем за выполнением заданий.

**Формы обучения и виды занятий по программе (в условиях смешанного обучения).**

Учебные занятия могут проводиться со всем составом объединения, по группам и подгруппам, а также индивидуально (с наиболее способными детьми при подготовке к конкурсным мероприятиям или с детьми с особыми возможностями здоровья).

При дистанционном обучении по программе используются следующие формы дистанционных образовательных технологий:

- видео-занятия, лекции, мастер-классы;
- открытые электронные театры;
- сайты по творчеству данного направления;
- тесты по изученным теоретическим темам;
- адресные дистанционные консультации.

В организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы: ZOOM, Googl Form, Skype, чаты в Viber, WatsUp и т.д.

В мессенджерах с начала обучения создается группа, через которую ежедневно происходит обмен информацией, в ходе которой обучающиеся получают теоретическую информацию, демонстрируются способы изготовления изделия. Получение обратной связи организовывается в формате присылаемых в электронном виде фотографий, видеороликов готовых и промежуточных результатов работы.

Учебно-методический комплекс включает электронные образовательные ресурсы для самостоятельной работы обучающихся (ссылки на мастер-классы, теоретический материал).

### **Планируемые результаты:**

#### **Личностные результаты:**

В результате обучения у учащихся сформированы:

1. Основы культуры межличностного общения;
2. Умения и навыки, помогающие организации танцевальной деятельности, учащихся;
3. Эстетический вкус;
4. Общекультурный кругозор.

#### **Метапредметные результаты:**

В результате обучения у учащихся сформированы:

1. Умения анализировать свои возможности, поступки,
2. Умения вступать в диалог.

#### **Предметные результаты:**

1. Знают терминологию современного танца
2. Умеют выполнять движения одновременно с показом педагога, сохраняя при этом правильное положение корпуса, ног, рук, головы в пространстве (формирование двигательных навыков).
3. Умеют самостоятельно отрабатывать отдельные движения и комбинации.
4. Умеют выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением.
5. Умеют работать импровизированно.
6. Умеют работать в коллективе, чувствовать друг друга в танце.



### Учебный план первого года обучения на 72 часа

| № п/п | Название темы.   | Количество часов. |           |           | Формы контроля |
|-------|--|-------------------|-----------|-----------|----------------|
|       |  | Теория            | Практика  | Всего     |                |
| 1.    | <b>Учебно-тренировочная работа:</b><br>- упражнения на координацию, на ориентацию движения | 2                 | 8         | 10        | Входной        |
|       | - растяжки и гимнастические упражнения   | 1                 | 12        | 13        |                |
|       | - разучивание танцевальных цепочек, навыки поведения на сцене                              | 2                 | 15        | 17        |                |
| 2.    | <b>Специальная танцевально-художественная работа:</b><br>- постановочная работа            | 2                 | 9         | 11        | Промежуточный  |
|       | - репетиционная работа   | 2                 | 7         | 9         |                |
| 3.    | <b>Танцевальная импровизация</b>   | 1                 | 7         | 8         | Итоговый       |
| 4.    | <b>Мероприятия воспитательно-познавательного характера:</b><br>- организационная работа    | -                 | 2         | 2         |                |
|       | - беседы   | -                 | 1         | 1         |                |
|       | - прослушивание музыкального материала, просмотр видеоматериала                            | -                 | 1         | 1         |                |
|       | <b>Итого</b>   | <b>10</b>         | <b>62</b> | <b>72</b> |                |

### Учебный план первого года обучения на 144 часа

| Наименование тем   | Общее кол-во часов | Индивидуальные | Теория | Практика |
|--|--------------------|----------------|--------|----------|
| <b>Учебно-тренировочная работа:</b><br>- упражнения на координацию, на ориентацию движения | 30                 | 2              | 2      | 26       |
| - растяжки и гимнастические упражнения   | 30                 | 4              | 1      | 25       |
| - разучивание танцевальных цепочек, навыки поведения на сцене                              | 32                 | -              | 2      | 30       |
| <b>Специальная танцевально-художественная работа:</b><br>- постановочная работа            | 21                 | 6              | 2      | 13       |
| - репетиционная работа   | 13                 | -              | 3      | 10       |
| <b>Танцевальная импровизация</b>   | 12                 | 1              | 1      | 10       |
| <b>Мероприятия воспитательно-познавательного характера:</b><br>- организационная работа    | 2                  | -              | -      | 2        |
| - беседы   | 2                  | -              | -      | 2        |

|   |            |           |           |            |
|---|------------|-----------|-----------|------------|
| - прослушивание музыкального материала, просмотр видеоматериала | 2          | -         | -         | 2          |
| <b>Итого:</b>   | <b>144</b> | <b>13</b> | <b>11</b> | <b>120</b> |

**Учебный план второго года обучения на 144 часа**

| № п/п | Название темы.  | Количество часов. |            |            | Формы контроля |
|-------|---|-------------------|------------|------------|----------------|
|       |   | Теория            | Практика   | Всего      |                |
| 1.    | <b>Общее собрание.</b>  | <b>1</b>          |            | <b>1</b>   |                |
| 2.    | <b>Организационное занятие</b>  | <b>2</b>          |            | <b>2</b>   |                |
|       | Правила поведения в учреждении и на занятии. Инструктаж по технике безопасности | 2                 |            | 2          |                |
| 3.    | <b>Основы джаз-модерн танца</b>   | <b>5</b>          | <b>65</b>  | <b>40</b>  | Входная        |
|       | Разогрев  | 1                 | 9          | 10         |                |
|       | Изоляция  | 1                 | 9          | 10         |                |
|       | Упражнения для позвоночника   | 1                 | 9          | 10         |                |
|       | Кросс. Передвижение в пространстве  | 1                 | 9          | 10         |                |
| 4.    | <b>Основы современных танцевальных направлений</b>                              | 1                 | 29         | 30         | Промежуточная  |
| 5.    | <b>Основы классического танца</b>   | <b>5</b>          | <b>45</b>  | <b>50</b>  |                |
|       | Разминка  | -                 | 12         | 12         |                |
|       | Классический экзерсис у станка  | 2                 | 13         | 15         |                |
|       | Основные элементы классического танца   | 2                 | 13         | 15         |                |
|       | Партерный экзерсис  | 1                 | 7          | 8          |                |
| 6.    | <b>Репетиционно-постановочная работа, выступления</b>                           | <b>2</b>          | <b>19</b>  | <b>21</b>  | Итоговая       |
|       | <b>Итого</b>  | <b>15</b>         | <b>129</b> | <b>144</b> |                |

**Календарный учебный график**

| Год обучения | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий    |
|--------------|-----------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------------------|------------------|
| 1 год        | 01.09.                            | До полной реализации программы       | 36                   | 72                       | 2 часа в неделю  |
| 1 год        | 01.09.                            |                                      | 36                   | 144                      | 4 часа в неделю  |
| 2 год        | 01.09.                            |                                      | 36                   | 72                       | 2 часа в неделю  |
| 2 год        | 01.09.                            |                                      | 36                   | 144                      | 4 часа в неделю  |
| 3 год        | 01.09.                            |                                      | 36                   | 144                      | 4 часа в неделю  |
| 3 год        | 01.09                             |                                      | 36                   | 216                      | 6 часов в неделю |

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Год обучения 1

**Особенности:** Рабочая программа рассчитана на первый год обучения 72 часа, 2 раза в неделю по 1 часу.

При построении программы использовались принципы изучения материала по разделам. В зависимости от условий обучения педагог может менять разделы местами и вносить в программу корректировки. Допускается изучение отдельных тем, разделов в дистанционной форме.

**Задачи:**

1. Обучить детей основам современного танца.
- 2. Содержание изучаемого курса.**

### **1. Учебно-тренировочная работа:**

Теория.

Простейшая терминология. Понятия позиций рук и ног, наклонов поворотов, основных танцевальных рисунков. Понятия темпа, ритма, музыкального размера. Названия частей тела, названия упражнений, основные понятия гимнастики (растяжка, гибкость, и т.п.), название, правила исполнения акробатических упражнений («мост», «колесо», и т.п.).

Практика.

Растяжки и гимнастические упражнения.

Упражнения продольную и поперечную растяжку мышц ног.

Упражнения на растяжку мышц спины, и на гибкость позвоночника.

Упражнения на растяжку плечевого пояса.

Силовые упражнения на мышцы брюшного пресса, спины, ягодиц, ног, рук.

Упражнения на координацию, на ориентацию движений.

Изучение простейших движений ног и рук, головы, корпуса отдельно, затем координация одновременной работы. Работа над «изолированным» движением различных частей тела. «Колесо», «мост», перевороты вперед и назад и т.п. В данном разделе особенно важно ориентироваться на уровень подготовки учащихся.

Разучивание танцевальных цепочек. Разучивание отдельных небольших комбинаций, варианты их объединения в более крупные формы.

Самостоятельная работа: Разучивание танцевальных цепочек

### **2. Специальная танцевально-художественная работа.**

Теория.

Знакомство с темой и содержанием концертного номера. Пояснения к образу, характеру исполнения.

Практика.

Постановочная работа. Подбор музыкального материала, построение комбинаций, построение рисунка танца и т.д.

Репетиционная работа. Отработка рисунка танца, точности движений, пластики, музыкальности. Работа над образом

Самостоятельная работа: Разучивание танцевальных цепочек

### **3. Танцевальная импровизация.**

Теория.

Ознакомление учащихся с принципами импровизации.

Практика.

Создание образа без музыки и под музыку. Создание образа на заданную тему, и без задания (отталкиваясь от музыки)

Самостоятельная работа: Разучивание танцевальных цепочек

### **4. Мероприятия воспитательно-познавательного характера:**

Организационная работа. Тематические концерты, посещение танцевальных фестивалей, конкурсов.

Беседы о гигиене здоровья и питания, культурной жизни города, о музыке, современной хореографии и т.д.

Прослушивание музыкального материала.

**Ожидаемые результаты:**

Дети ознакомятся с понятием современного танца, разучат танцевальные комбинации под музыку.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **1 год обучения**

**Особенности:** Рабочая программа рассчитана на первый год обучения 144 часа, 4 раза в неделю по 2 часа.

При построении программы использовались принципы изучения материала по разделам. В зависимости от условий обучения педагог может менять разделы местами и вносить в программу корректировки. Допускается изучение отдельных тем, разделов в дистанционной форме.

### **Задачи:**

- Обучить детей основам современного танца.

### **Содержание изучаемого курса.**

#### **1. Учебно-тренировочная работа:**

##### Теория.

Простейшая терминология. Понятия позиций рук и ног, наклонов поворотов, основных танцевальных рисунков. Понятия темпа, ритма, музыкального размера. Названия частей тела, названия упражнений, основные понятия гимнастики (растяжка, гибкость, и т.п.), название, правила исполнения акробатических упражнений («мост», «колесо», и т.п.).

##### Практика.

Растяжки и гимнастические упражнения.

Упражнения продольную и поперечную растяжку мышц ног.

Упражнения на растяжку мышц спины, и на гибкость позвоночника.

Упражнения на растяжку плечевого пояса.

Силовые упражнения на мышцы брюшного пресса, спины, ягодиц, ног, рук.

Упражнения на координацию, на ориентацию движений.

Изучение простейших движений ног и рук, головы, корпуса отдельно, затем координация одновременной работы. Работа над «изолированным» движением различных частей тела.

Разучивание акробатических упражнений.

«Колесо», «мост», перевороты вперед и назад и т.п. В данном разделе особенно важно ориентироваться на уровень подготовки учащихся.

Разучивание танцевальных цепочек. Разучивание отдельных небольших комбинаций, варианты их объединения в более крупные формы.

Самостоятельная работа: Разучивание танцевальных цепочек

#### **2. Специальная танцевально-художественная работа.**

##### Теория.

Знакомство с темой и содержанием концертного номера. Пояснения к образу, характеру исполнения.

##### Практика.

Постановочная работа. Подбор музыкального материала, построение комбинаций, построение рисунка танца и т.д.

Репетиционная работа. Отработка рисунка танца, точности движений, пластики, музыкальности. Работа над образом

Самостоятельная работа: Разучивание танцевальных цепочек

#### **3. Танцевальная импровизация.**

##### Теория.

Ознакомление учащихся с принципами импровизации.

##### Практика.

Создание образа без музыки и под музыку. Создание образа на заданную тему, и без задания (отталкиваясь от музыки)

Самостоятельная работа: Разучивание танцевальных цепочек

**4. Мероприятия воспитательно-познавательного характера:**

Организационная работа. Тематические концерты, посещение танцевальных фестивалей, конкурсов.

Беседы о гигиене здоровья и питания, культурной жизни города, о музыке, современной хореографии и т.д.

1. Прослушивание музыкального материала.

2. Самостоятельная работа.

**Ожидаемые результаты:**

Дети ознакомятся с понятием современного танца, разучат танцевальные комбинации под музыку.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Год обучения 2

**Особенности:** Рабочая программа рассчитана на третий год обучения на 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа.

При построении программы использовались принципы изучения материала по разделам. В зависимости от условий обучения педагог может менять разделы местами и вносить в программу корректировки. Допускается изучение отдельных тем, разделов в дистанционной форме.

### Задачи:

1. Обучить детей основам джаз-модерн
2. Обучить детей основам классического танца

### Содержание:

#### I. Общее собрание учащихся

##### Организационное занятие.

1. Правила поведения в учреждении и на занятии. Инструктаж по технике безопасности

#### Основы джаз-модерн танца

##### 1. Разминка:

- упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «demiplie» по II позиции, руки от плеч поднимаются вверх-вниз.
- наклоны: в сторону (рука над головой); вперед (руки в положении «мельница»).
- упражнения для ног: вперед; по диагонали; в сторону на 90<sup>0</sup> (влево и вправо).

##### 2. Изоляция.

- голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево.
- плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; твист плеч.
- грудная клетка: движение из сторон в сторону.
- пелвис (бедра): движение из стороны в сторону; hiplift.
- руки: движения прямыми руками вверх-вниз; круговые движения «локомотор»; движения с согнутыми локтями.
- ноги: движения стопы (releve); позиция ног – I параллельная, I аут, II параллельная, II аут.

##### 3. Кросс. Передвижение в пространстве.

- шаги: шаг на месте; шаг в сторону с приставкой.
- прыжки: по I параллельной; из I-ой во II параллельную.

**Самостоятельная работа:** разучивание танцевальных цепочек

#### Основы классического танца

1. Разминка. Основные шаги по кругу: бытовой и сценический шаг; переменный шаг; шаги на пяточках и носочках; подскоки.
2. Классический экзерсис у станка (лицом к станку): постановка корпуса (ноги в VI позиции); постановка ног I, II, III, V.; demiplie по I, II, III позициям ног; battementtendu по I и III позициям ног (в сторону); grandplie по I, II, III позициям ног; releve по всем позициям ног; battementtendujete по I позиции ног (в сторону)
3. Работа на середине зала: постановка корпуса по I и II позициям ног; постановка кисти и позиции рук – подготовительная, I, II, III; I пор де бра; soute по I позиции ног
4. Партерный экзерсис
  - упражнения для стопы и голеностопного сустава: тянем носочки вперед в положении сидя; по очереди сгибаем и выпрямляем ноги (положение сидя).
  - упражнения для гибкости: «кошечка»; «свечка»; «коробочка»; «мостик».

растяжки: «лягушка» в положении сидя и лежа; полушпагаты

**Самостоятельная работа:** разучивание танцевальных цепочек

**Планируемые результаты:**

**Классический танец**

По окончании 2 года учащиеся будут знать и правильно выполнять:

- позиции рук и ног,
- постановку корпуса,
- основные шаги,
- экзерсис лицом к станку.
- партерный экзерсис

**Джазовый танец:**

По окончании третьего года учащиеся будут знать и правильно выполнять:

- основные позиции рук и ног,
- изолированную работу всех центров.
- передвижения в пространстве
- танцевальные комбинации

**Освоят понятия:** Джаз-модерн, классический танец, понятия выворотности, гибкости, устойчивости, растяжки, изоляции

### **ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.**

**Возможные формы занятий:** комбинированное, практическое, открытое, дистанционное.

**Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса.**

**Формы и методы организации занятия:**

- словесный (устное изложение, беседа);
- наглядный (наблюдения, прослушивание музыкального материала);
- практический (тренинг, упражнения);
- очная, с дистанционной поддержкой;
- дистанционная с очной поддержкой в виде индивидуальных консультаций;
- аудиторная и внеаудиторная;
- групповые занятия (семинары-практикумы, он-лайн конференции, мастер-классы), занятия в малых звеньях и индивидуальные занятия.

**Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:**

- объяснительно-иллюстративный (дети воспринимают и усваивают готовую информацию);
- репродуктивный (учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);
- частично-поисковый (решение поставленной задачи совместно с педагогом);
- исследовательский (самостоятельная творческая работа учащегося).

**Дидактический материал:** научная и специальная литература, таблицы балетной терминологии, портреты балетмейстеров, видеозаписи.

**Техническое оснащение занятий:** танцевальный зал с зеркалами, музыкальная аппаратура.

**Психолого-педагогическое сопровождения образовательной программы:**

индивидуальные планы, материалы педагогической диагностики обучающихся (анкеты, график)

**Этапы контроля:**

Формы оценки достижения планируемых результатов освоения программы:

Концерты, сводная таблица наблюдений (см ниже) и тестовые задания на психологическую комфортность.

Оценка результатов обучения проводится через организацию работы в ГУГЛ классе



| П/П | Фамилия, Имя | Складка из положения стоя | Складка из положения сидя | «Мостик» | Шпагат пр. нога | Шпагат л. нога | Поперечный шпагат | Пресс за 20 секунд | «Стульчик» | Прыжки на скакалке | Позиции ног и рук в современном танце | ИТОГ | МЕСТО |
|-----|--------------|---------------------------|---------------------------|----------|-----------------|----------------|-------------------|--------------------|------------|--------------------|---------------------------------------|------|-------|
|     |              |                           |                           |          |                 |                |                   |                    |            |                    |                                       |      |       |

### **Формы и периодичность контроля:**

Входной (предварительный) для проверки начальных знаний и умений учащихся  
Текущий контроль проводится в форме педагогического наблюдения на каждом занятии.  
Промежуточный контроль в формах бесед-опросов и тестовых занятий проводится после завершения изученного материала (в том числе в он-лайн формате).  
Итоговый контроль в конце учебного года осуществляется путем презентации результатов на уровне района, города (соревнования).

### **Учебно-методические пособия и рекомендации:**

1. Психологический климат в хореографическом коллективе. Методы создания позитивного морально-психологического климата.
2. Комплексный подход в формировании балетной осанки.
3. Комплекс упражнений растяжки для детей, углубленно занимающихся хореографией.
4. Танец на пальцах с медицинской точки зрения.
5. Хореография с точки зрения здоровья.

Разработаны беседы для родителей о требованиях к занятиям и наблюдением за здоровьем детей (осанка). Беседы для детей о гигиене здоровья и питания, культурной жизни города, о музыке, современной хореографии, о взаимопонимании в коллективе.

### **Методы и приемы обучения:**

Наглядный. Показ упражнений, исполнение одновременно с показом педагога.

Словесный. Устное пояснение требований к исполнению движений.

Занятие- практика: отработка упражнений, тренировки.

В организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы: ZOOM, Google Form, Skype, чаты в Viber, WatsUp и т.д.

### **Игры.**

Игры, снимающие утомление (эстафеты, игры на смену видов деятельности)

«Танцевальное лото», «Зеркало» «Статуи»

игры на развитие пространственного воображения: «Станцуй образ» «Танец с предметом» «Танец-предмет»

### **Учебные видеофильмы:**

Просмотр танцевальных видеофильмов

### **Раздаточный материал:**

Игровые атрибуты, эскизы костюмов.

### **Диагностические материалы:**

Подготовлен материал по психолого- педагогическому сопровождению детей: анкеты, беседы, опросники родителей.

### **Материально-техническая база.**

1. Хореографический зал.
2. «Палка».
3. Зеркала.
4. Гимнастические коврики.
5. Фонотека. (аудиодиски, CD)

- 6.Аудио - система
- 7.Форма.
- 8.Обувь.

**Материально-техническое обеспечение программы.**

- 1.Зал, оснащенный зеркалами, и «палкой»
- 2.Специальная обувь для учащихся.
- 3.Репетиционная форма.
- 4.Аудио - система
- 5.Фонотека.

**Кадровое обеспечение** – аккомпаниатор.

**Информационные источники:**

**Нормативные документы:**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р),
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерство образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 18.11.2015г.
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Распоряжение Комитета по образованию №617-р) от 01.03.2017г.
5. Инструкции по технике безопасности.
- 6.СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- 7.«Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ среднего, профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением ЭО и ДОТ» от 24.03.2020г.
8. Приложение к письму Комитета по Образованию от 14.08.2020 № 03-28-6734/20-0-0 О подготовке организаций Санкт-Петербурга, осуществляющих образовательную деятельность к началу 2020-2021 учебного года.

**Для педагога:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии.-М.: Рольф, 1999.
2. Бурмистрова И., Силаева К.  
Школа танца для юных, Издательство: Эксмо, 2003 г.
3. Гальперин Ян  
Учимся танцевать легко! ,Издательство: Центрполиграф, 2009 г.
4. ПодорожныйВ.  
In Dance, Emergency Exit, 2004 г.
- 5.Суворова Т.И.
6. П.А.Силкин. Хореография: рекомендации по отбору детей и педагогические приемы развития данных. Учебное пособие. ФБГОУ ВПО «Академия русского балета имени А.Я.Вагановой»2013  
Танцевальная ритмика для детей, Издательство: «Эксмо», 2003 г.
7. Яковлева Ю.  
Азбука балета, Издательство: «Новое литературное обозрение», 2008 г.
8. Российский современный танец. Диалоги  
Издательство: EmergencyExit, 2005 г

**Для детей:**

1. Словарь терминов гимнастики и основ хореографии

Издательство: «Детство-Пресс», 2009 г.