Комитет по образованию администрации городского округа «Город Калининград»
муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города
Калининграда Дворец творчества детей и молодежи «Янтарь»

Принята на заседании педагогического совета МАУДО ДТД и М «Янтарь» Приказ № 83-о от «25» августа 2023г.	Утверждаю: Директор МАУДО ДТД и М «Янтарь» _____/А.П. Полмачева от «25» августа 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Физкультурно-спортивной направленности «Современный танец»

Возраст обучающихся: 5-18 лет.
Срок реализации: 3 года

Автор программы:
Яковлева Ирина Владимировна,
педагог дополнительного образования г. Калининград

г. Калининград
2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная обще развивающая программа **«Современная хореография»» имеет физкультурно-спортивную направленность.** Расчитана на обучение детей от 5 до 18 лет. Срок реализации программы – 3 года.

Данная программа разработана для развития природных хореографических способностей учащихся, позволяющих успешно заниматься в дальнейшем хореографией.

Программа предусматривает работу с танцевальными группами коллектива, а именно, предлагаемая программа построена так, чтобы дать учащимся ясные представления об отличительных особенностях современного танца, его разнообразии.

Процесс обучения в коллективе строится на основе изучения наиболее типичных образов современного танца и проходит в форме групповых занятий. Учебный материал даётся с учётом возрастных особенностей. Учебный процесс осуществляется строго по годам обучения.

В группе первого года обучения учащиеся знакомятся и осваивают азбуку современной хореографии, которая основана на развитии телесной, актёрской выразительности, используя не только физические, но и духовные возможности ребёнка. Особое внимание уделяется развитию музыкальности детей, связи движений и элементов с ритмом и темпом музыкального сопровождения, танцевальной выразительности при помощи этюдов.

В группе второго года обучения на уроках по современной хореографии учащиеся осваивают современный экзерсис, учатся владеть своим телом, комфортно чувствовать себя в пространстве, легко менять уровни движения, развивают координацию, учатся импровизировать и работать в группе

.В группе третьего года обучения т.к. учащиеся уже владеют основами классического танца и современной хореографии на уроках смешиваются различные техники современного танца, что придаёт особую выразительность при исполнении хореографических постановок, и поддерживает интерес к занятиям. Так же уделяется внимание чёткому техничному, музыкальному выполнению танцевальных вариаций, развитию актёрских способностей, освоению новых танцевальных стилей и направлений танца.

Во всех учебных группах в уроке обязательно присутствует такой приём как сочетание статики и динамики, что способствует оздоровлению, а так же лучшей усваиваемости детьми учебного материала. В процессе занятий по современной хореографии у учащихся развивается эстетический вкус, формируется представление не только о современной хореографии, но и правилах поведения, искусству одеваться.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционной-постановочной работе. Для современного танца характерна многосторонность, универсальность и гибкость. Его можно танцевать везде, комбинировать и обьеденять с другими танцевальными техниками и формами. Современный танец работает с природной структурой тела и поэтому безопасен и доступен начинающим. В то же время легкость и естественность движения, которую воспитывает это направление танца, позволяет уже подготовленным воспитанникам открывать для себя новые грани танца. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения, что позволяет выстроить индивидуальный план развития каждого из учащихся. В процессе систематических занятий танцами у детей вырабатываются координация, формируется грациозная фигура, правильная осанка. В процессе обучения развивается физическая сила, выносливость, ловкость и сила.

Вспомогательные корригирующие упражнения, дыхательная гимнастика выполняются из разных положений: на спине и животе, сидя, стоя, на коленях, стоя в полный рост. Упражнения, которые выполняются лежа на полу, разгружают позвоночник, приучают детей сосредотачивать внимание на суставно-мышечных ощущениях и учат сознательно управлять мышцами своего тела. Дети осваивают также правила полного расслабления тела. В результате выполнения упражнений увеличивается гибкость суставов, эластичность мышц и связок, что позволяет ребенку уверенней чувствовать себя в выполнении танцевальных движений. Дети развиваются физически, совершенствуются двигательные навыки, развивается способность самовыражения посредством танца.

Отличительной особенностью данной программы является адаптация и совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку детей к дальнейшему обучению в хореографическом коллективе «Вдохновение».

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: ритмику, классический, эстрадный, джазовый и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры. Особенностью данной программы является совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку обучающихся в течение всего курса обучения.

Занятия хореографией способствуют интеллектуальной активности и развитию инициативы обучающихся, их профессионального самоопределения.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 5-18 лет. В коллектив принимаются все желающие, имеющие допуск врача по физическому здоровью.

Возрастные и индивидуальные особенности детей 5-18 лет.

1 год обучения – дети 5 - 6,7-9 лет

2 год обучения – 10 - 14 лет

3 год обучения – 15-18 лет.

<u>1 год обучения (5-6,7-9 лет):</u>

В группе 1-го года обучении учитывается уровень физической подготовки и состояние здоровья. Это возраст, когда приобретение знаний опирается на систему не полностью осознаваемых ощущений. Мировоззрение носит не столько рациональный, сколько чувственный характер. Это игровой возраст. Для него характерны жизнерадостность, подвижность, доверчивость.

Внимание детей этого возраста крайне неустойчиво, они легко отвлекаются, им трудно продолжительное время сосредоточиваться на одном задании. Они легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них гораздо ближе, нежели отвлеченное понятие. Игра представляет естественную деятельность детей этого возраста. Их эмоции ярки и проявляются, открыто и непосредственно. В этом возрасте дети особенно жизнерадостны и доверчивы.

Учитывая все эти особенности детей, занятия выстраиваютсясо в игровой форме. Музыка к танцам яркая и выразительная, что помогает исполнять лучше танцевальные движения. Особое внимание следует уделять умению детей различать начало и конец музыкального произведения и в соответствии с этим начинать и заканчивать движения.

<u>2 год обучения (10 - 14 лет):</u>

В этом возрасте закладывается понимание танца, происходит воспитание коллективного исполнения, музыкальной культуры и культуры поведения. Урок строится на ритмических, игровых элементах и движениях.

3 год обучения (15 - 18 лет)

Характерной особенностью детей 15 - 18 лет является их стремление к большей самостоятельности в танцах, к точности выполнения движений, заинтересованность в исполнении. Дети этого возраста способны проявить творческую инициативу, внести в танец свое дополнение. Совершенствуется умение отображать эмоционально-выразительный характер музыки, так как дети глубже и сознательнее воспринимают музыкальное произведение, и у них лучше развита координация движений. Музыкальный материал и движения детей усложняются.

Систематическое и последовательное обучение развивает детей физически и эстетически, воспитывает и развивает их, оттачивает навыки, расширяет возможности для проявления одаренности

Объем и срок освоения программы:

Общее количество часов в год– 184 час. (первый год обучения),

276 час. (второй, третий года обучения).

Срок освоения программы-3 года.

Форма обучения-очная

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает групповые формы работы с детьми. Состав групп 8-30 человек, постоянный, сформированных в группы одного возраста.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год– 184 час. (первый год обучения),

276 час. (второй,третий год обучения).

Продолжительность одного занятия – 1 академический час (45 мин.), между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа, периодичность проведения занятий – 2 раза в неделю (первый год обучения), 3 часа, периодичность проведения занятий — 2 раза в неделю.

Педагогическая целесообразность программы. Педагогическая целесообразность образовательной программы определена тем, что ориентирует воспитанника на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Практическая значимость

Данная программа заключается в синтезе музыкально-ритмического, физического, эстетического и психического развития ребенка. Движения под музыку приучают их к коллективным действиям, способствуют воспитанию чувства коллективизма, дружбы, товарищества, взаимного уважения. Движения под музыку укрепляют детский организм. Удовлетворение, полученное ребенком в процессе двигательных действий, побочно сопровождаются значительными физиологическими изменениями в его организме, улучшается дыхание и кровообращение. Веселая музыка возбуждает нервную систему, вызывает усиленную деятельность высших отделов головного мозга, связанных с ассоциативными, интеллектуальными и волевыми процессами. Развитие скелетной мускулатуры в младшем школьном возрасте имеет важное значение, так как у растущего организма восстановление затраченной энергии характеризуется не только возвращением к исходному уровню, но и его превышением. Поэтому в результате занятиями танцами происходит не трата, а приобретение энергии. Ритмично-музыкальные движения способствуют формированию моторики, улучшает осанку. Систематические занятия танцами очень полезны для физического развития детей: улучшается осанка, совершенствуются пропорции тела, укрепляются мышцы. Постепенно дети начинают легче, грациознее двигаться, становятся раскованными. У детей появляются такие качества движений, как легкость, ловкость, быстрота и энергичность. Благодаря музыке движения дошкольников становятся более четкими, выразительными и красивыми.

Ведущие теоретические идеи

Образовательная программа реализует идею, связанную с изучением и развитием современного танца.

Главным основанием для создания программы выступает ориентация на дифференциацию и индивидуализацию обучающихся. Образовательная программа ориентирована на широкое гуманитарное содержание, формировать у воспитанников целостное и эмоционально-образное восприятие мира, развивать ключевые компетенции.

Программа обеспечивает поэтапное развитие коллектива в профессиональном овладении танцем. Она способствует физическому, музыкальному и эстетическому развитию детей.

В основу программы положена идея гармоничного развития личности ребенка посредством хореографии, что позволяет развить творческую личность, стремящуюся к самосовершенствованию, к развитию способности успешного жизненного самоопределения и освоению духовных и культурных ценностей.

В процессе изучения программы обучающиеся знакомятся с основными ключевыми понятиями курса: хореография, танец, ритмопластика, партерная гимнастика, современный танец.

Ключевые понятия.

Музыкально — ритмические навыки. Позволяют развить у детей:

- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями
- умение согласовывать движение частей тела во времени и пространстве под музыку.

Ритмопластика. Музыкально-пластическая импровизация. Шагистика. Выполнение упражнений на развитие. Характер. Выполнение шаговых дорожек. Выполнение комплекса упражнений на закрепление. Развитие навыков самостоятельной реакции. Выполнение упражнений на начало, конец музыки. Танцевальная импровизация на музыку, выбранную педагогом. Выполнение упражнений на развитие гибкости. Маршировка (шаг с носка, перестроение-круг, шаг на полупальцах).

Основы современного танца. В процессе обучения дети приобретают знания основных элементов современного танца, знания хореографической терминология, владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы, умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы, владеть различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных, умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже современного танца и разучивания хореографической постановки

Партерная гимнастика. Упражнения выполняются на полу. Предлагаемые упражнения способствуют развитию мышц спины, мышц живота, внутренней группы мышц бёдер, а также релаксации связок голеностопных, коленных и тазобедренных суставов, что способствует развитию природных хореографических способностей: гибкости, подъема, растяжки. Развитию общей динамики тела, скорости, качества скольжения и падения.

Творческая деятельность. Позволяет получить знания о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца слаженности и культуре исполнения танца, умение ориентироваться на сценической площадке, навыки ансамблевого исполнения, сценической практики, умение самостоятельно создавать музыкально — двигательный образ.

Цель программы:

Развить творческие, интеллектуальные способности и нравственные качества ребёнка, помочь самоопределиться и самоутвердиться в жизни.

Задачи программы:

Образовательные:

- сформировать интерес к современному танцу
- расширить кругозор обучающихся в области современного танца
- сформировать танцевальные навыки и умения
- стимулировать самостоятельное сочинение танцевальных вариаций

Развивающие:

- содействовать развитию всестороннеразвитой личности.

- развить чувство ритма.
- развить эмоциональную отзывчивость на музыку.
- развить танцевальную выразительность.
- развить координацию движений.
- совершенствовать исполнительское мастерство.

Воспитательные:

- воспитывать специфическое отношение, ответственность за результат творческого труда
-формировать чувство коллективизма.
- воспитать нравственные качества детей: взаимопомощь, человечность, добросовестность, чувство патриотизма, гордости за свой народ.

Принципы отбора содержания

Принцип доступности и индивидуализации, предусматривает учёт возрастных особенностей и возможностей ребёнка и в связи с этим – определение посильных для него заданий. Оптимальная мера доступности определяется соответствием возрастных возможностей ребёнка степени сложности заданий. Доступность означает не отсутствие трудностей, а возможность их успешного преодоления путём физических и психических усилий занимающегося. Одним из основных условий доступности является преемственность и постепенность усложнения заданий. Практически это достигается правильным распределением материала на занятиях. В связи с этим следует отметить целесообразность использования подготовительных, подводящих упражнений для усвоения многих двигательных навыков. Индивидуализация подразумевает учёт индивидуальных особенностей ребёнка. У каждого имеются своеобразные функциональные возможности, поэтому по-разному протекает процесс усвоения движений, организм различно реагирует на физическую нагрузку. Задача состоит в том, чтобы улучшить врождённые способности, задатки ребенка.

Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребёнком и выполнении им всё более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объёма и интенсивности нагрузок. Обязательным условием успешного обучения также является чередование нагрузок с отдыхом. Переход к новым, более сложным упражнениям должен происходить постепенно, по мере закрепления формирующихся навыков и адаптации организма к нагрузкам.

Принцип систематичности – один из ведущих. Имеются в виду непрерывность и регулярность занятий. В противном случае наблюдается снижение уже достигнутого уровня способностей. Систематические занятия хореографией дисциплинируют ребёнка, приучают его к методичной и регулярной работе.

Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для успешного достижения цели ребёнку необходимо ясно представлять, что и как нужно выполнить и почему именно так, а не иначе.

Принцип повторяемости материала, хореографические занятия требуют повторения вырабатываемых двигательных навыков. Только при многократных повторениях образуется двигательный стереотип. Если повторение вариативно, то есть в упражнения вносятся какие-то изменения и предполагаются разнообразные методы и приёмы их выполнения, то эффективность таких занятий выше, так как они вызывают интерес, привлекают внимание детей, создают положительные эмоции.

Принцип наглядности в обучении хореографии понимается как широкое взаимодействие всех внешних и внутренних анализаторов, непосредственно связывающих ребёнка с окружающей действительностью. При разучивании новых движений наглядность – это безукоризненный практический показ движений педагогом. Но если в начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, то в заключительной части эта роль переходит к двигательному. Кроме того, большое значение имеет взаимосвязь образного слова и наглядности. При наличии достаточного двигательного опыта образное слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

Все вышеизложенные принципы отражают определённые стороны и закономерности одного и того же процесса, являющегося, по существу, единым, и лишь условно рассматриваются в отдельности. Они могут быть удачно реализованы только во взаимосвязи.

Основные формы и методы

Форма организации образовательного процесса:

- практическое занятие;
- комбинированное занятие;
- игра, праздник, конкурс, фестиваль;
- репетиция;
- концерт, открытое занятие.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамблевая.

Занятия должны проводиться в помещении, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Зал для занятий должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо также наличие:

- раздевалки;
- аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Для проведения занятий необходимо следующее материально-техническое оснащение: коврики для занятий партером, скакалки в необходимом для занятий количестве, магнитофон, музыкальные записи. Используемый музыкальный материал подбирается с учетом возрастных особенностей детей.

Структура занятия.

Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1. Подготовительная часть занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой.
2. Основная часть занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.
3. Заключительная часть занятия длится от 5 до 10% общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, эмоциональная релаксация. В конце занятия подводится итог.

Планируемые результаты:

Первый год обучения

- Знать исходные положения.
- Знать основные движения танцевально – игрового тренинга.
- Знать пространственные перемещения.
- Уметь свободно перемещаться в пространстве.
- Уметь координировать свои движения с музыкальным сопровождением.
- Уметь концентрировать внимание.

Проявлять трудолюбие и целенаправленность в освоении и совершенствовании техники танца, сотрудничать и проявлять заботу и уважение друг к другу.

Учащийся должен освоить основные понятия и термины

- Пространство зала, расположение точек.
- Колонна, шеренга, линия, круг.

экзерсис, тренаж.
- партерная гимнастика.
fleks, point.

В процессе работы в течение всего года необходимо развивать у учащихся сознательное отношение к выполняемым заданиям. Путём увлекательного рассказа, яркого показа, этюдной работы сознательного сценического поведения и активного отношения к своему творчеству. Добиваться от учащихся точного понимания своих действий как чисто сценических, так и танцевальных.

Второй год обучения:

- Знать основные положения и позиции
- Знать основные положения на партере
- Знать пространственные перестроения.
- Уметь перемещаться в пространстве в четко заданном рисунке.
- Уметь выполнять основные положения и позиции.
- Уметь ритмично выполнять элементы разминки.

Проявлять трудолюбие и целенаправленность в освоении и совершенствовании техники танца, сотрудничать и проявлять заботу и уважение друг к другу.

Концентрировать внимание.

Учащийся должен освоить основные понятия и термины:

Изоляция.
Contraction, release.
Arch, curve, body roll.
Flat back, deep body bend.
dzazz hend

Третий год обучения.

- Знать основные законы музыкально-сценического действия.
- Знать основные элементы современного экзерсиса на середине зала.
- Знать основные элементы партерной гимнастики.
- Знать пространственные перемещения в хореографических постановках.
- Знать drop (падение).
- Знать swing (раскачивание).
- Уметь передавать разнообразные стилевые особенности музыкального материала хореографической постановки
- Уметь свободно ориентироваться в танце, свободно перестраиваться и быстро реагировать на смену музыкально-пластического решения.
- Уметь грамотно исполнить движения и элементы техники.

Проявлять трудолюбие и целенаправленность в освоении и совершенствовании техники танца, сотрудничать и проявлять заботу и уважение друг к другу.

Учащийся должен освоить основные понятия и термины:

названия движений экзерсиса.
названия положений и поз на середине, партере.
мультипликация.
оппозиция.
en dehors, en debans.

В процессе работы в течение всего года необходимо развивать у учащихся сознательное отношение к выполняемым заданиям. Путём увлекательного рассказа, яркого показа, этюдной работы сознательного сценического поведения и активного отношения к своему творчеству. Добиваться от учащихся точного понимания своих действий как чисто сценических, так и танцевальных.

Механизм оценивания образовательных результатов

Оценивание уровня освоения образовательной программы осуществляется в ходе

мониторинга, который предполагает первичную, промежуточную и финальную диагностику, а также методы наблюдения, практических и самостоятельных работ детей.

Формы подведения итогов реализации программы

Оценка результата обучения осуществляется в форме контрольно-зачетных занятий, оценки индивидуальных достижений, входное, промежуточное, итоговое оценивание знаний и навыков учащихся по десятибалльной шкале (оценочный лист прилагается).

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.
- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.
- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков и умений.

Техника безопасности.

- Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением правил по технике безопасности.
- Средний уровень. Требуется периодическое напоминание о том, как выполнять элементы.
- Высокий уровень. Четко и безопасно работает при выполнении элементов.

Способность выполнения элементов.

- Низкий уровень. Не может выполнить элемент без помощи педагога.
- Средний уровень. Может выполнить элемент при подсказке педагога.
- Высокий уровень. Способен самостоятельно выполнить элемент.

Степень самостоятельности выполнения элемента танца.

- Низкий уровень. Требуется постоянные пояснения педагога при выполнении элемента танца.
- Средний уровень. Нуждается в пояснении последовательности выполнения элемента танца.
- Высокий уровень. Самостоятельно выполняет элементы танца.

Оценочные материалы

Коллектив: _____

Педагог: _____Группа №_____

Градации оценки: десятибалльная шкала оценивания

Фамилия, имя	Показатели					
	ИСПОЛНЕНИЕ ОСНОВНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА, ПАРТЕРЕ.	МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИЕ НАВЫКИ	РАЗВИТИЕ СЛУХА РИТМА В ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ВАРИАЦИЯХ	ТЕХНИКА ИСПОЛНЕНИЯ	РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ	ОСВОЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

ИТОГО:						
Средний балл:						

Формы подведения итогов реализации программы:

– показательные выступления, концерт, фестиваль, творческий отчет и д.р.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: аналитическая справка, аудиозапись, видеозапись, грамота, готовый номер, диплом, дневник наблюдений, журнал посещаемости, маршрутный лист, фото, отзыв детей и родителей, свидетельство (сертификат) и д.р.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: демонстрация готовых номеров танца, конкурс, контрольная работа, концерт, открытое занятие, отчет итоговый, праздник, фестиваль и др.

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс, проводится текущий контроль в виде контрольного среза знаний освоения программы в конце освоения модуля. Итоговый контроль проводится в виде промежуточной (по окончанию каждого года обучения) или итоговой аттестации (по окончанию освоения программы).

Обучающиеся участвуют в различных выставках и соревнованиях муниципального, регионального и всероссийского уровня. По окончании модуля обучающиеся представляют творческий отчет, требующий проявить знания и навыки по ключевым темам.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает

– Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
– приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
– Устав учреждения
– Положение о порядке организации образовательной деятельности
– Положение об аттестации обучающихся

Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей обучающихся.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни;
- дифференциация и индивидуализация обучения;

мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

Материально-технические условия.

Кабинет, соответствующий санитарным нормам СанПин.

Учебный кабинет (зал) с паркетным покрытием, предусмотренным для танцевальной деятельности детей.

Материально-технические:

Большое зеркальное полотно по периметру зала. Балетные станки. Музыкальная аппаратура – музыкальный центр с пультом управления, фонотека. Видеоаппаратура и видеоматериалы. Ноутбук. Костюмы, специальная обувь и сопутствующие аксессуары. Коврики спортивные.

Кадровые. Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Методическое обеспечение

Данный курс дает возможность обучать детей, ранее не получавших хореографической подготовки.

При этом программа намечает максимальный объем материала, который может быть использован педагогом с учетом, в каждом конкретном случае, состава студии, физических данных и возможностей учащихся. Кроме того, предусматривает индивидуальные часы на подготовку отдельных концертных номеров.

Учебные группы сформированы с учетом возрастных и физиологических особенностей, строго по годам обучения.

Занятия по современному танцу состоят из трех частей:вступительная часть(постановка корпуса,разогрев стопы, пространственные перестроения с определением четкого ритмического рисунка, поклон),базовый экзерисс, партер на середине зала,кросс.

Данная образовательная программа направлена на формирование индивидуальной культуры танца каждого учащегося, овладение навыками импровизационного и композиционного развития танца в единстве индивидуального и ансамблевого мастерства исполнения.

Основные принципы построения занятия.

1 этап Практические занятия, на которых происходит первоначальное ознакомление с теми или иными элементами и движениями.

2 этап.

Теоретический разбор, включающий в себя:

- Характеристику движения (ритм, темп, характер)
- Музыкальный разбор и описание движения
- Разбор возможных ошибок при исполнении

3 этап

Практические занятия на основе теоретического разбора, включающие в себя:

1. Наглядность
2. Показ физических упражнений. Образный рассказ, подражание, имитацию известных детям движений
3. Доступность.
4. Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности студийцев.
5. Систематичность.
6. Регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества движений, усложнение техники их выполнения.
7. Закрепление навыков.

8. Многократное выполнение упражнений. Умение выполнять и применять их самостоятельно, помимо занятий
9. Индивидуальный подход.
10. Учет особенностей возраста, индивидуальных особенностей каждого воспитанника. Воспитание интереса к занятиям, активности студийцев.
11. Сознательность.

Основные компоненты современного танца, используемые на уроке.
- музыквльная основа
- лексика танца (экзерсис на середине, пространственные перестроения, партерная гимнастика, танцевальные вариации, импровизация). Все эти компоненты неотъемлемая часть урока. Находясь в теснейшем единстве, они являются выразительными средствами танца, раскрывающими своеобразие содержания, передающими особенности стиля и манеры, создавая неповторимость современной хореографии.

В процессе занятий в первую очередь следует обращать внимание на ряд моментов:
1. Формирование навыков стилевого поведения. Которые заключаются в умении передавать разнообразные стилевые особенности музыкального материала (танцевальной разминки, экзерсиса, танцевальных вариаций, хореографической постановки.)
2. На способность учащегося сосредотачивать внимание на наиболее важном, в данный момент, объекте танцевального действия. Куда входит:
- Танцевальная композиция.
- Музыка с её мелодийно - ритмическим содержанием.
- Перемещение в сценическом пространстве.
- Общение с партнёрами.

Основные принципы методики сводятся к тому, что, используя индивидуальный подход к каждому учащемуся, мы стремимся помочь им почувствовать в себе уверенность, хорошо усвоить учебный материал, снять комплекс психологического зажима, с успехом принимать участие в концертной программе.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
первый год обучения

№ п./п.	Раздел программы/тема	Количество часов				Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	Самостоятельная подготовка	
Раздел «Музыкально- ритмические навыки» 48ч						
1	Введение.	2	0	2		
2	Пространственно- композиционные перестроения. Ориентировка в зале по точкам.	22	4	18		
3	Ритмический рисунок, пластические акценты.	12	2	10		
4	Разогрев	12	2	10		
Раздел «Ритмопластика»60ч						
1	Базовый экзерсис на середине.	24	4	20		
2	Партер.	24	2	22		

3	Кросс.	12	2	10		
Раздел «Творческая деятельность»48 ч						
1	Постановочная работа.	36	6	30		
2	Этюды.	10	2	8		
3	Итоговое занятие	2	-	2		Творческий отчет
1.	Внеаудиторные занятия. Мастер-классы. Оздоровительные, воспитательные мероприятия с детьми и их родителями	28	-	24		
	Итого:	184	24	160		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
1 год обучения (184 часа,4 часа в неделю)

Раздел «Музыкально-ритмические навыки», 48 ч

1. Введение. 2 ч.

Цели и задачи учебной темы: Познакомить и рассказать о современных направлениях танца.

Содержание: Специфика современной хореографии. Рассказ об основных направлениях в современном танце.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Опрос.

Оборудование. Магнитофон, видеомагнитофон.

2. Пространственно-композиционные перестроения. Ориентировка в зале по точкам. 22ч.

Цели и задачи учебной темы: Научить ориентироваться в пространстве по точкам, находить своё место. Развивать сознательное умение ориентироваться в пространстве.

Содержание: Выполнение основных видов перестроений. Освоение пространства. Большинство композиций исполняются в свободном построении. Показ движений в «зеркальном отражении». Подражая педагогу, дети выполняют движение в заданном направлении (вправо, влево, вперёд, назад). При этом педагог обязательно обозначает это направление словом: «Поворот направо, приставной шаг, влево). Связь слова и мышечного ощущения направления движения способствует закреплению этих понятий.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение перестроений, по заданию педагога и произвольно.

Оборудование: Магнитофон. Фортепиано. Г Гладков «Песня о зарядке».

3. Ритмический рисунок, пластические акценты, 12ч.

Цели и задачи учебной темы: Научить хлопать под музыку с разнообразным ритмическим рисунком.

Содержание: Соединение хлопков с музыкой. Прослушивание музыкальных фрагментов с последующим анализом. Исполнение хлопков в характере музыки. Музыкальная грамота: построение музыкальной фразы, характер счета 4/ 4, 3/4, 2/4. Три жанра музыки (марш, песня, танец). Разучивание музыкально-ритмических композиций. Прослушивание музыкальных фрагментов: музыка из к/ф « Львёнок и черепаха», «Четыре таракана и сверчёк» с последующим исполнением.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение задания без помощи педагога.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон, музыкальные произведения: Г.Кен фокстрот «Да, да.»

4. Разогрев. 12 ч.

Цели и задачи учебной темы: Привести в "рабочее" состояние все мышцы тела.

Содержание: Последовательное выполнение движений. Выполняя сочетания упражнений исполняемых в быстром темпе с упржнениями в медленом темпе. Разогрев начинается у станка или на партере. Упражнения выполнняются в четкой последовательности:

стопа и ахиллесово сухожилие.(prance, pas tortille, catch step)

коленный сустав.

тазобедренный сустав.

позвоночник. (flat back, ,flat back с plie, body roll).

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение задания без помощи педагога.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон

Музыкальные произведения: А. Журбин « Смешной человечек»,итальянская народная песня «Четыре таракана и сверчёк»

Раздел «Ритмопластика». 60 ч.

1. Базовый экзерсис на середине зала. 24ч.

Цели и задачи учебной темы: Научить осмысленно выполнять основные элементы джазового танца, ритмопластической гимнастики.

Содержание: Последовательное выполнение движений.

Учащиеся на середине зала выполняют элементы экзерсиса:

постановка корпуса, кистей, головы.

позиции ног: 1паралельная, 1-аут, 1-ин, 2паралельная, 2-аут, 4 паралельная, 4-аут, 5 паралельная, 5- аут.

позиции рук(варьируется и анологичны позициям классического танца), положение кисти:flex, Jazz-hend.

раскрытие ног на вторую позицию.

круговые движения голова-плечи корпуса, проработка у станка.

сброс корпуса.

работа рук и головы со счетом,plie.

В последней части экзерсиса проводятся танцевальные движения и комбинации различной координационной сложности, соответсвующие стилям:"Джаз","Модерн","Уличный танец".

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая и индивидуальная работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение упражнения.

Оборудование: Магнитофон, СД. Музыкальные фрагменты. А. Журбин « Смешной человечек».

2.Партер.24ч.

Цели и задачи учебной темы: Познакомить с основными положениями корпуса, упражнениями stretch - характера.

Освоить основные положения корпуса в современном танце.

Развить эластичности сухожилий и связок.

Укрепить мышцы спины, голени, сухожилия стоп, ягодичные, низ живота, четырёхглавые.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений

Учащиеся на середине зала выполняют элементы партера:

Основные положения корпуса:

контракция и релакция.

арка, арка с усложнением.

Выполняется по 9-10 упражнений на различные группы мышц с равномерным чередованием нагрузки.

2-3 упражнения для мыщц живота путём перегиба назад,

2-3 упражнения для мышц спины путём наклона вперёд,

1 упражнение для укрепления позвоночника путём его поворотов,

2-3 упражнения для укрепления мышц спины и тазового пояса,

1-2 упражнения для укрепления мышц ног,

1-2 упражнения для развития стоп.

растяжка на шпагат.

уровни.

Все упражнения выполняются под соответствующую музыку

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение упражнения.

Оборудование: Фортепиано. Музыка. А. Спадавеккиа из к/ф «Золушка», «Добрый жук».

3. Кросс. 12ч.

Цели и задачи учебной темы: Научить осмысленно выполнять основные элементы кросса.

Содержание: Последовательное выполнение движений. Учащиеся на середине зала выполняют элементы кросса:

- бег, галоп (без рук, с руками),
- подскоки,
- подготовка к chaines(держать точку),
- слайды, игра-выстроить фигуру (круг, линии, колонны диогональ, круг в круге).

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

*Виды деятельности учащихся:*Групповая и индивидуальная работа.

*Формы контроля:*Самостоятельное выполнение упражнения.

Оборудование: Магнитофон, СД. Музыкальные фрагменты. А. Журбин « Смешной человечек».

Раздел «Творческая деятельность». 48ч.

1. Постановочная работа, 36ч.

Цели и задачи рабочей темы: Передать через пластику движений, танцевальный образ хореографической постановки.

Содержание: Чёткое и последовательное исполнение хореографической постановки. На первом этапе постановочной работы сначала прослушивается музыка, затем подбираются танцевальные вариации соответствующие музыкальному материалу, хореографическому образу. Определяется рисунок танца

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая и индивидуальная работа.

Формы контроля: Концертная деятельность.

Оборудование: Магнитофон.

2.Этюды.10ч.

Цели и задачи учебной темы: Активизировать дейсвия детей, развить их внимание, координацию движений, творческое воображение.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение этюдов.

Проводятся игровые танцы под музыку:"Художник","Перелет птиц","Шторм и море", "Кот и мыши","Чей кружок быстрее соберется".

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.
Виды деятельности учащихся: Групповая работа.
Формы контроля: Самостоятельное выполнение этюдов.
Оборудование: Фортепиано, магнитофон.

3. Итоговое занятие ,2ч.

(Тестирование, контрольный урок, участие в конкурсах).
Цели и задачи учебной темы: Анализ проделанной работы.
Содержание: Проведение открытых уроков, отчётных концертов, участие в конкурсах.
Исполнение экзерсиса, танцевальных вариаций, партерной гимнастики, хореографических номеров.
Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.
Виды деятельности: Групповая работа.
Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.
Оборудование: Магнитофон, фортепиано.

1. Внеаудиторные занятия,28 часов
Цели и задачи учебной темы: Анализ проделанной работы.
Содержание: Проведение мастер - классов, отчётных концертов, концертная деятельность, участие в конкурсах.
Исполнение экзерсиса, танцевальных вариаций, партерной гимнастики, хореографических номеров.
Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.
Виды деятельности: Групповая работа.
Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.
Оборудование: Магнитофон, фортепиано.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
второй год обучения

№ п./п.	Разделы и темы	Количество часов				Форма аттестации/ контроля
		Общее	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
Раздел « Музыкально — ритмические навыки» 33 ч						
1	остранственно-ипозиционные перестроения. иентировка в зале по точкам.	18	2	16		
2	огрев (станок)	15	2	13		
Раздел « Основы современного танца» 81ч						
1	Базовый экзерсис на середине.	18	4	14		
2	Изоляции.	15	4	11		
3	Упражнения свингового характера.	18	4	14		

4	Кросс	30	6	24		
Раздел «Партерная гимнастика» 75ч						
1	Основные положения корпуса	18	2	16		
2	Упражнения для стопы	18	2	16		
3	Упражнения strech - характера	21	2	19		
4	Уровни	18	2	16		
Раздел « Творческая деятельность» 45ч						
1	Постановочная работа.	15	4	11		
2	Этюды	27	2	25		
3	Итоговое занятие	3	-	3		Творческий отчет
1	Внеаудиторные занятия. Мастер-классы. Оздоровительные, воспитательные мероприятия с детьми и их родителями	42	-	-		
Итого:		276	40	236		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
2 год обучения (276 часов,6 часов в неделю)

Раздел «Музыкально- ритмические навыки», 33 ч.

1. Простанственно - композиционные перестроения. 19 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Развить сознательное умение ориентироваться в пространстве, развить у детей способность быстро и адекватно реагировать на изменение ситуации.

Содержание: Освоение пространственных перестроений.Пространственные перестроения во время ходьбы или бега, подскоках, из круга в несколько кругов, врассыпную, из линии в несколько линий, друг за другом, парами. По мере усвоения комбинируя в танцевальные композиции.

Способы передвижения:шаг, бег, прыжок, ползком, на четвереньках, перекаты, колеса,свободное передвижние группы по классу, используя какую- либо форму шага.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Магнитофон, фортепиано. Г Гладков «Песня о зарядке».

2. Разогрев. 14 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Привести в "рабочее" состояние все мышцы тела.

Содержание: Последовательное выполнение движений. Выполняя сочетания упражнений исполняемых в быстром темпе с упржнениями в медленом темпе.На втором году обучения разогрев начинается у станка. Упражнения выполнняются в четкой последовательности:стопа и ахиллесово сухожилие.(prance, pas tortille, catch step),коленный сустав,тазобедренный сустав,позвоночник. (flat back, ,flat back с plie, body roll).

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение задания без помощи педагога.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон

Музыкальные произведения: А. Журбин « Смешной человечек»,итальянская народная песня «Четыре таракана и сверчёк»

Раздел «Основы современного танца»,81 ч.

1. Базовый экзерсис на середине зала. 18 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Научить четкому, осознаному выполнению экзерсиса.

Содержание : Четкое исполнение позиций и положений на середине зала. Прорабатываются на середине зала:

- боковая контракция,
- контракция с подъемом колена,

положения корпуса:

- наклоны торса (flat back, deep body bend, side stretch),
- изгибы торса (curve.arch, twist, roll down u up, , bodyroll).

Упражнения начинаются с исходных положений и соответствуют основным упражнениям ритмической разминки. Включаются упражнения для кистей рук и координацию движений.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая и индивидуальная работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение упражнения.

Оборудование: Магнитофон, СД. Музыкальные фрагменты.

2. Изоляции.15 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Добиваться что бы во время движения одного центра не двигался другой.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений.

В первом полугодии изоляции на середине зала изучаются в"чистом виде"двумя способами: медленное сжатие расширение или резко достич максимальног положения. Во втором полугодии соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг(голова,плечи,грудная клетка,таз (пелвис),руки, ноги.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение упражнения.

Оборудование: Фортепиано. Магнитофон.

3. Упражнения свингового характера. 18 ч.

Цели и задачи рабочей темы:Добится достаточной свободы и расслабленности позвоночника.

Содержание: Осознонное, последовательное выполнение движений

Выполняются два вида упражнений:

- drop (падение),
- swing (раскачивание)

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Фортепиано, магнитофон.

4. ***Кросс.30ч.***

1. Шаги.10 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Познакомить с основными видами шагов.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений

Виды шагов:

- шаги примитива. (tap step, camel walk).
- шаги в джаз манере.(шаги с носка на demi plie, на полупальцах, скрестные шаги, в координацию с руками)

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.
Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.
Оборудование: Фортепиано, магнитофон.
2. Прыжки.10 ч.
Цели и задачи рабочей темы: Выработать основные правила прыжков.
Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений.
Изучаются простейшие прыжки:
- с двух ног на две на одну (jump).
- с одной ноги на другую с продвижением (leap).
- с одной ноги на ту же ногу (hop).
- с поджатыми
- лягушка.
- разножка.
Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.
Виды деятельности учащихся: Групповая работа.
Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.
Оборудование: Фортепиано, магнитофон.
3. Вращения.10 ч.
Цели и задачи рабочей темы: Научить держать точку.
Содержание: Исполнение вращения на месте и с продвижением.
Повороты исполняются на месте и с продвижением в пространстве:
- повороты на двух ногах (трехшаговый поворот).
- corkscrew- анологичны soutenu en tournant.
- tour chaine.
Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.
Виды деятельности учащихся: Групповая работа.
Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.
Оборудование: Фортепиано, магнитофон.
Раздел «Партерная гимнастика », 75 ч
1. Основные положения корпуса. 18 ч.
Цели и задачи рабочей темы: Осознанное выполнение базовых упражнений джаз-танца на партере. упржнениями stretch-характера, уровень.
Содержание: Закрепление и освоение основных положений корпуса.
Положения корпуса contraction:
- лежа на спине,
- frog -position,
- стоя на коленях,в положении стоя.
Положение корпуса release(расширение) выполняется вместе с contraction когда тело исполнителя начинает падать назад.
Выполнение упражнений:
- поднятие корпуса, ног, арч,
- переход в джазовый мост,
- раскрытие в бабочку,
- полушпагат,
- волна корпусом,jete.
Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.
Виды деятельности учащихся: Групповая работа.
Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.
Оборудование: Фортепиано, магнитофон.
2. Упражнения в для стопы.18ч.
Цели и задачи рабочей темы: Познакомить с основными положениями, видами упражнений..

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений.
Порядок упражнений:
упражнения для стопы:
- point, flex,
- change point,
- second позиции,
- с изменением уровня ног,
- чередованием положения стопы,
- броски и медленное открывание ноги в положении лежа на боку, спине, животе,
- упражнения на дыхание.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано**.** Магнитофон.

3. Упражнения stretch - характера. 21 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Выработать выворотность, шаг и силу мышц.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений.

Упражнения stretch-характера выполняются в медленном темпе, без лишних физических усилий. Мышцы должны быть расслаблены не " трястись" от излишнего напряжения. Дыхание ровным и глубоким. Упражнения:
- stretch мышц спины,
- side stretch (боковые растягивания),
- stretch мышц рук.stretch мышц ног,
- упражнения на дыхание.

Фиксированные наклоны торса к ногам в течение некоторого времени, пульсирующие наклоны торса (pulse),открытие ноги с помощью руки или обеих рук.
Все упражнения могут исполнятся в позициях "сидя", "лежа на спине".

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон.

4. Уровни. 18ч.

Цели и задачи рабочей темы: Познакомить с основными положениями корпуса.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений.

Все упажнения состоят из последовательного перемещения из уповня в уровень. Уровни: стоя. на четвереньках. на коленях,сидя,лежа. Иследование плоскости пола.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано. Магнитафон.

Раздел «Творческая деятельность», 45ч.

1. Постановочная работа. 15 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Передать через пластику движений, танцевальный образ хореографической постановки.

Содержание: Чёткое и последовательное исполнение хореографической постановки.На первом этапе постановочной работы сначала прослушивается музыка, затем подбираются танцевальные вариации соответствующие музыкальному материалу, хореографическому образу. Определяется рисунок танца

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая и индивидуальная работа.

Формы контроля: Концертная деятельность.

Оборудование: Магнитофон

2. Этюды. 27ч.

Цели и задачи рабочей темы: Исследование возможностей тела к движению.

Содержание: Развитие восприятия движения.

Тема:"Гравитация и вес":

"Амеба",

"Пол как партнер",

"Орангутанг""

Зеркало","

Кукловод"

.Тема:"Парная импровизация":

"Контакт с партнером различными точками тела",

"Импульс".

Тема: "Взаимосвязь дыхания и движения":

"Упражнеия настройки на дыхание.

Тема: Импровизационный поиск движений:

- импрвизация на основе основных видов изолированных движений.
- поиск движений рук.
- поиск движений ног.

Тема: Кординация и взаимодействие частей тела:

- взаимодействие рук, руки и части тела
- рисовать в пространстве.
- развитие простого движения.

Тема: Взаимодействие в группе.

"Знакомство",

" Лабиринт".

Треугольник"

Тема: Дизайн пространства.

Падающие точки.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано**.** Магнитофон.

3. Итоговое занятие3 ч.

(Тестирование, контрольный урок, участие в конкурсах).

Цели и задачи учебной темы: Анализ проделанной работы.

Содержание: Проведение открытых уроков, отчётных концертов, участие в конкурсах.

Исполнение экзерсиса, танцевальных вариаций, партерной гимнастики, хореографических номеров.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Магнитофон, фортепиано.

1. Внеаудиторные занятия, 42 часа.

Цели и задачи учебной темы: Анализ проделанной работы.

Содержание: Проведение мастер - классов, отчётных концертов, концертная деятельность, участие в конкурсах.

Исполнение экзерсиса, танцевальных вариаций, партерной гимнастики, хореографических номеров.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.
Оборудование: Магнитофон, фортепиано.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
Третий год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов				Форма аттестации/ контроля
		Общее	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
Раздел «Разработка хореографического мышления», 36ч						
1	Композиция пространства	12	4	8		
2	Разогрев	24	4	20		
Раздел «Современный танец», 117 ч						
1	Изоляции	24	4	20		
2	Экзерсис на середине зала	39	16	23		
3	Кросс	30	6	24		
4	Упражнения свингового характера	24	2	22		
Раздел « Творческая деятельность», 45ч						
1	Постановочная работа	30	4	26		
2	Этюды	15	2	13		
Раздел «Партерная гимнастика», 36ч						
1	Упражнения в партере	21	2	19		
2	Перекаты	12	2	10		
3	Итоговое занятие	3	-	3		
2	Внеаудиторные занятия. Мастер-классы. Оздоровительные, воспитательные мероприятия с детьми и их родителями	42	-	-		
Итого:		276	40	236		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
3 год обучения (276 часов,6 часов в неделю)

Раздел «Разработка хореографического мышления». 36ч.

1 Композиция пространства.12ч.

Цели и задачи рабочей темы: Научить двигаться в пространстве различными вариантами шагов, бега, триплетов в любом из направлений, развить у воспитанников способность быстро и адекватно реагировать на изменение ситуации.

Содержание: Выполнение заданий для создания различных пространственных композиций, танцевальных образов. Формирование музыкального восприятия.Порядок движений:

- комбинации шагов. (триплеты, в кординации с движениями рук, свинговые движения ног и корпуса).
- слайды

Исполнение композиций:

- каноном.
- по своей траектории.
- свободные перестроения с заданным рисунком и без заданного рисунка.
- используя большие движения в маленьком пространстве и наоборот.
- попеременно двигаются две части тела: одна маленькими движениями, другая большими.

Тема: Способы передвижения:

- сломанный телефон
- сужение, расширение пространства.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение заданий, по заданию педагога и произвольно.

Оборудование: Магнитофон. Фортепиано. Фонограммы: Вагнер «Марш», «Танец клоунов», Мендельсон «Вакханалия», Сен-Санс.

2.Разогрев. 24ч.

Цели и задачи рабочей темы: Привести в " рабочее " состояние все мышцы тела.

Содержание: Последовательное выполнение движений.

На третем году обучения разогрев может выплняется и у станка и на середине зала:

- комбинация с использованием demi u grand plie.
- battement tendu u jete кординация с движениями ног-pranse, catch step, переходы из открытого в закрытое положение.
- скольжение (подготовка к падениям)

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение задания без помощи педагога.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон

Раздел «Современный танец». 117ч.

1. Изоляции. 24 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Научить осмысленно выполнять упражнение на середине зала.

Содержание: Последовательное выполнение движения.

Соединение отдельных движений в более сложные геометрические комбинации, соединение движений нескольких центров. Комбинации:

-голова (крест, квадрат, круг, свинговый полукруг)

- плечи (крест, квадрат, полукруги, круг, восьмерка, twist,шейк)
- грудная клетка (крест, квадрат, полукруги, круг).

- пелвис (крест, квадрат, полукруги, круги, диогональный крест, восьмерка, полукруг одним бедром).

- руки, ноги.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая и индивидуальная работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение упражнения.

Оборудование: Магнитофон.

***2.Экзерсис на середине*. 39 ч.**

1.Понятие epaubment (положение тела, определяемое поворотом плеча) 3 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Освоить положение тела по всем точкам класса.

Содержание: Осмысленное выполнение движение на середине зала. Положение тела отрабатывается по всем точкам зала под музыку по часовой стрелке и против часовой стрелки. В каждой точке постоять не менее 2т.4/4.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности: Групповая и индивидуальная работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано.

2. Demi-plie, grand plie 6 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Осознанное выполнение всех упражнений экзерсиса на середине зала.

- Развить эластичности сухожилий и связок.
- Укрепить мышцы спины, голени, сухожилия стоп, ягодичные, низ живота, четырёхглавые.
- Выработать устойчивость.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движения. *Demi-plie* изучается по всем позициям. Сначала проучиваем по невыворотным позициям, затем переходим на изучение упражнения по выворотным позициям. Варианты исполнения движений:

- по параллельным позициям.
- перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот во время исполнения demi plie и grand plie.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение упражнения.

Оборудование: Фортепиано. Магнитофон.

***3.Battement tendu* и *Battement tendu jete*. 6 ч.**

Цели и задачи рабочей темы:

- развить силу ног.
- развить силу и лёгкость ног.
- укрепления сухожилия пояса, нижних конечностей.
- выработать устойчивость, подвижность в тазобедренном суставе.
- укрепить сухожилия пояса, нижних конечностей и конечностей
- выработать устойчивость, натянутость ноги в колене, подъёме, пальцах.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движения. Изучается в медленном темпе по невыворотным позициям в сторону, вперёд, затем назад. Вначале движение выполняется 2т 4/4, 4/4 затем 1 такт 4/4, к концу года 1 такт 2/4.

Варианты исполнения:

- исполнение по параллельным позициям.
- перевод из параллельного в выворотное положение и наоборот.
- исполнение с сокращенной стопой (flex).
- использование brash.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа

Формы контроля: Самостоятельное выполнение упражнения.

Оборудование: Фортепиано. Магнитофон.

4. Rond de jambe par terre 3ч.

Цели и задачи рабочей темы: Развитие эластичности и подвижности тазобедренного сустава.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движения.
Вначале изучаем составные элементы этого движения: demi rond de jambe par terre и battement tendu passe par terre через 1 позицию. Здесь впервые знакомимся с таким понятиями, как en dehors - наружу, от себя, en dedans – вовнутрь, к себе. Demi rond de jambe изучаем 2т 4/4

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано

5. Releve lent 45º в сторону, вперед и назад 6 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Выработать устойчивость, развить силу ног.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движения. Изучается назад и в сторону лицом к палке,вперёд спиной к палке. Корпус ровный, опорное плечо опущено вниз, бедра ровные.Рабочее бедро не поднимается вместе с ногой. Ягодичные мышцы сильно втянуты. Движение выполняется на 2т. 4/4.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

*Виды деятельности учащихся:*Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон.

6. Grand battement jete. 6 ч.

Цели и задачи рабочей темы:

- растянуть сокращённые мышцы и сухожилия ноги.
- укрепить сухожилия пояса, нижних конечностей и конечностей.
- выработать устойчивость.
- развить силу и лёгкость ног.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движения. Движение изучается сначала в сторону,

Затем вперёд и назад. Необходимо уловить характер движения (бросок) Музыкальный размер 1т. 2/4. Нога бросается наверх быстро, вниз опускается сдержано. Спина при броске остаётся ровной, поясница подтянута, корпус не уходит с опорной ноги. Опорная нога втянута, рабочее бедро держится.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано. Магнитафон

7.Tilt.3ч.

Цели и задачи рабочей темы: Научить смещать корпус под углом в сторону, вперед, назад.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений.
Исходное положение на середине зала ноги в 1 выворотной позиции. Этапы исполнения:

- стоя на двух ногах(с опущенными руками, в 4-ой позиции).
- с движениями рук.
- стоя на одной ноге.
- стоя на одной ноге, вторая открыта в любом направлении или находится в положении passe.
- передвигаясь в сторону, вперёд, назад, в соединении с contraction.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано.Магнитафон.

8. Port de bras на середине зала. 6ч.

Цели и задачи рабочей темы: Развить координацию рук и головы, выработать выразительность чувство позы, музыкальность.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движения. Сначала выполняется с остановкой в каждой позиции. Музыкальный размер 2т. 4/4 затем1т. 4/4. Соответствует классическому исполнению Port de bras. Изучается 1,2,3 port de bra

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано.

3.Кросс.30ч.

1. Шаги.9 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Познакомить с новыми видами шагов.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений

На третьем году обучения выполнение шагов становится более разнообразным и сложным по технике исполнения. Виды шагов:

- шаги примитива. (tap step, camel walk,spider walk, sugar leg).
- шаги в джаз манере. (комбинируются с поворотами, прыжками).
- шаги в рок манере.
- шаги с мультипликацией.
- канкаирующие шаги.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон.

2. Прыжки.9 ч.

Цели и задачи рабочей темы: Выработать основные правила прыжков.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений. Выполнение прыжков в сочетании с шагами, вращениями и переходом из выворотных позиций в невыворотные, соединение прыжков в небольшие комбинации.

Виды прыжков:

- начать с выворотной позиции, во время приземления перевести стопы в параллельную позицию.
- испольнить contraction в центр торса во время прыжка.
- согнуть колени прижать их к груди.
- согнуть одну ногу во время прыжка в положении у колена.
- с двух ног на две на одну (jump).
- с одной ноги на другую с продвижением (leap).
- с одной ноги на ту же ногу (hop).

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон.

3. Вращения.12ч.

Цели и задачи рабочей темы: Осмысленное выполнение врашений.

Содержание: Исполнение вращения на месте и с продвижением.

Повороты исполняются на месте и с продвижением в пространстве.Добавляются уровни вращения:

- повороты на одной ноге (рабочая нога cou-de-pied, passe,в любом из направлений).

- повороты по кругу вокруг воображаемой оси.
- tour chaine.(на полупальцах, на полной стопе, на demi plie).

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон.

4.Упражнения свингового характера. 24ч

Цели и задачи рабочей темы: Добится достаточной свободы и расслабленности позвоночника.

Содержание: Осознонное, последовательное выполнение движений
Выполняются два вида упражнений:
- drop (падение)
- swing (раскачивание).
- выполнение swing отдельными частями тела.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано, магнитофон.

Раздел «Творческая деятельность», 45 ч.

1. Постановочная работа. 30ч.

Цели и задачи рабочей темы: Передать через пластику движений, танцевальный образ хореографической постановки.

Содержание: Чёткое и последовательное исполнение хореографической постановки. На первом этапе постановочной работы сначала прослушивается музыка, затем подбираются танцевальные вариации соответствующие музыкальному материалу, хореографическому образу. Определяется рисунок танца

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая и индивидуальная работа.

Формы контроля: Концертная деятельность.

Оборудование: Магнитофон.

2. Этюды.15ч.

Цели и задачи рабочей темы: Осознание движения с точки зрения воображения и эмоций.Энергия движения.

Содержание: Научить ощущать вес, освобождать и расслаблять мышцы. Базовое положение: расслабленное положение тела в форме"звезды".

Тема:"Гравитация и вес":
"Передача веса
"Пол как партнер",
"Упражнения в парах"
"Двойное равновесие"
"Управление через импульс"
.Тема:"Парная импровизация":
"Контакт с партнером различными точками тела",
"Импульс".
Тема: "Взаимосвязь дыхания и движения":
"Упражнеия настройки на дыхание.
"Упражнения настройки дыхания в парах".
Тема: Импрвизационный поиск движений:
Импрвизация на основе основных видов изолированных движений.
поиск движений рук.
поиск движений ног.
Тема:"Жест":

Импрвизация руками или ногами с одновременным свинговым раскачиванием одного центра.

импульсивные цепочки.

переброска импульса.

Тема: Координация и взаимодействие частей тела.

взаимодействие рук, руки и части тела.

смена уровней.

инь и янь.

развитие простого движения.

Тема : Дизайн пространства.

Рисовать в пространстве любой частью тела.

Построить "восьмерку"

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение композиций.

Оборудование: Фортепиано**.** Магнитофон.

Раздел «Партерная гимнастика», 36ч.

1. Упражнения в партере.21ч.

Цели и задачи рабочей темы: Познакомить с основными положениями, видами упражнений..

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений.

Порядок упражнений:

- упражнения stretch - характера: мышц ног, рук, шеи, спины, бока
- упражнения на дыхание
- исполнение contraction:комбинирование curve, arch, , release.
- упражнения для стопы: а)point, flex, б)change point,в)second позиции, г) с изменением уровня ног, чередованием положения стопы.
- упражнения с движениями бедер.
- упражнения в 4-ой позиции.
- упражнения на коленях.
- броски и медленное открывание ноги в положении лежа на боку, спине, животе.
- slid на спину из положения сидя, ноги согнуты в коленях, стопы на полу в параллельной позиции.
- падения (falls)

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано**.** Магнитофон.

2. Перекаты.12ч.

Цели и задачи рабочей темы: Познакомить с основными видами перекатов. Развить координацию, быстроту реакции, смелость, решительность.

Содержание: Последовательное и осмысленное выполнение движений.

Виды перекатов:

- на ягодичных мышцах.
- на на спине.
- через плечо.
- с разными положениями рук и ног.
- лежа.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг, творческие задания.

Виды деятельности учащихся: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Фортепиано.Магнитафон.

3. Итоговое занятие,3 ч.

(Тестирование, контрольный урок, участие в конкурсах).

Цели и задачи учебной темы: Анализ проделанной работы.

Содержание: Проведение открытых уроков, отчётных концертов, участие в конкурсах.Исполнение экзерсиса, танцевальных вариаций, партерной гимнастики, хореографических номеров.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Магнитофон, фортепиано.

1. Внеаудиторные занятия, 42 часа.

Цели и задачи учебной темы: Анализ проделанной работы.

Содержание: Проведение мастер - классов, отчётных концертов, концертная деятельность, участие в конкурсах.

Исполнение экзерсиса, танцевальных вариаций, партерной гимнастики, хореографических номеров.

Формы и методы обучения: Беседа, тренинг.

Виды деятельности: Групповая работа.

Формы контроля: Самостоятельное выполнение движения.

Оборудование: Магнитофон, фортепиано.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1. **Календарный учебный год** начинается с 1 сентября по 31 августа (аудиторные занятия)
2. **Продолжительность учебного года в МАУДО ДТД и М «Янтарь»**

начало учебного года:

- 15 сентября 2020 года (для первого года обучения)
- 1 сентября 2020 года (для второго и последующих лет обучения);

1. **Объем образовательной нагрузки:**

Количество учебных недель-46.

Занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором МАУДО ДТД и М «Янтарь». Занятия проводятся – по группам.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

первый год обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Количество часов			Разделы и темы	Форма контроля
					всего	теория	практика		
1.					48			Музыкально - ритмические навыки	*Формы и методы обучения:* Беседа, тренинг, творческие задания. Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы.
					2	0	2	Введение.	
				практическая деятельность, опрос.				Познакомить и рассказать о современных направлениях танца.	
					22	4	18	Пространственно — композиционные перестроения. Ориентир в зале по точкам.	
				практическая деятельность, опрос.				Выполнение основных видов перестроений. Освоение пространства. Большинство композиций исполняются в свободном построении.	
					12	2	10	Ритмопластический рисунок, пластические акценты.	
				практическая деятельность, опрос.				Соединение хлопков с музыкой. Прослушивание музыкальных фрагментов с последующим анализом. Исполнение хлопков в характере музыки. Музыкальная грамота: построение музыкальной фразы, характер счета 4/ 4, 3/4, 2/4.	
					12	2	10	Разогрев	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное выполнение движений. Выполняя сочетания упражнений исполняемых в быстром темпе с упражнениями в медленном	

								темпе._Разогрев начинается у станка или на партере. Упражнения выполняются в четкой последовательности: стопа и ахиллесово сухожилие.(prance, pas tortille, catch step) коленный сустав, тазобедренный сустав, позвоночник. (flat back,flat back с plie, body roll).	*Формы и методы обучения:* Объяснение. Показ. Демонстрация. Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы.
2.					60			Ритмопластика	
					24	4	20	Базовый экзерсис на середине зала	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное выполнение движений. Учащиеся на середине зала выполняют элементы экзерсиса: постановка корпуса, кистей, головы. позиции ног: 1паралельная, 1-аут, 1-ин, 2паралельная, 2-аут, 4 паралельная, 4-аут, 5 паралельная, 5- аут. позиции рук(варьируется и анологичны позициям классического танца), положение кисти:flex, Jazz-hend. раскрытие ног на вторую позицию.круговые движения голова-плечи корпуса, проработка у станка. сброс корпуса. работа рук и головы со счетом,plie. В последней части экзерсиса проводятся танцевальные движения и комбинации различной координационной сложности, соответсвующие	

								стилям:"Джаз","Модерн","Уличный танец".	
					24	2	22	Партер	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное и осмысленное выполнение движений Учащиеся на середине зала выполняют элементы партера: Основные положения корпуса: контракция и релакция. арка, арка с усложнением. Выполняется по 9-10 упражнений на различные группы мышц с равномерным чередованием нагрузки. 2-3 упражнения для мыщц живота путём перегиба назад, 2-3 упражнения для мышц спины путём наклона вперёд, 1 упражнение для укрепления позвоночника путём его поворотов, 2-3 упражнения для укрепления мышц спины и тазового пояса, 1-2 упражнения для укрепления мышц ног, 1-2 упражнения для развития стоп. растяжка на шпагат. Уровни. Все упражнения выполняются под соответствующую музыку	
					12	2	10	Кросс	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное выполнение движений. Учащиеся на середине зала выполняют элементы кросса: бег, галоп (без рук, с руками), подскоки,	

								подготовка к chaines(держать точку),слайды, игра-выстроить фигуру (круг, линии, колонны диогональ, круг в круге).	
3.					48			Творческая деятельность	*Формы и методы обучения:* Беседа, тренинг, творческие задания. Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы.
					36	6	30	Постановочная работа	
				практическая деятельность, опрос.				Чёткое и последовательное исполнение хореографической постановки. На первом этапе постановочной работы сначала прослушивается музыка, затем подбираются танцевальные вариации соответствующие музыкальному материалу, хореографическому образу. Определяется рисунок танца	
					10	2	8	Этюды	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное и осмысленное выполнение этюдов. Проводятся игровые танцы под музыку: "Художник","Перелет птиц","Шторм и море", "Кот и мыши","Чей кружок быстрее соберется".	
								Просмотр хореографических мастер-классов Выполнение творческого задания (сочинение танцевальных этюдов) Работа с учащимися над репертуаром (отработка этюдов и постановок) Подготовка к концертным и конкурсным программам	
					184	24	160	ИТОГО:	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Второй год обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Количество часов			Разделы и темы	Контроль освоения программного материала обучающимися
					всего	теория	практика		
1.					33			Музыкально — ритмические навыки	*Формы и методы обучения:* Объяснение. Показ. Демонстрация. Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы.
					18	2	16	Пространственно — композиционные перестроения.	
				практическая деятельность, опрос.				Выполнение основных видов перестроений. Освоение пространства. Большинство композиций исполняются в свободном построении.	
					15	2	13	Разогрев	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное выполнение движений. Выполняя сочетания упражнений исполняемых в быстром темпе с упржнениями в медленом темпе.На втором году обучения разогрев начинается у станка. Упражнения выполняются в четкой последовательности:стопа и ахиллесово сухожилие.(prance, pas tortille, catch step),коленный сустав,тазобедренный сустав,позвоночник. (flat back, ,flat back с plie, body roll).	
2.					81			Основы современного танца	
					18	4	14	Базовый экзерсис на середине зала	
				практическая деятельность, опрос.				Четкое исполнение позиций и положений на середине зала. Прорабатываются на середине зала: боковая контракция, контракция с подъемом колена, положения корпуса:	*Формы и методы обучения:* Объяснение. Показ. Демонстрация.

								наклоны торса (flat back, deep body bend, side stretch), изгибы торса (curve.arch, twist, roll down u up, , bodyroll).	Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы.
					15	4	11	Изоляции	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное и осмысленное выполнение движений. В первом полугодии изоляции на середине зала изучаются в"чистом виде"двумя способами: медленное сжатие расширение или резко достичь максимального положения. Во втором полугодии соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг(голова,плечи,грудная клетка,таз (пелвис),руки, ноги.	
					18	4	14	Упражнения свингового характера	
				практическая деятельность, опрос.				Осознонное, последовательное выполнение движений. Выполняются два вида упражнений: drop (падение), swing (раскачивание)	
					30	6	24	Кросс	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное и осмысленное выполнение прыжков. Изучаются простейшие прыжки: с двух ног на две на одну (jump).с одной ноги на другую с продвижением (leap). с одной ноги на ту же ногу (hop). с поджатыми лягушка. Разножка.	

								Виды шагов: шаги примитива. (tap step, camel walk). шаги в джаз манере.(шаги с носка на demi plie, на полупальцах, скрестные шаги, в координацию с руками) Повороты исполняются на месте и с продвижением в пространстве: повороты на двух ногах (трехшаговый поворот). corkscrew- анологичны soutenu en tournant. - tour chaine.	
3.					75			Партерная гимнастика	
					18	2	16	Основные положения корпуса	
				практическая деятельность, опрос.				Закрепление и освоение основных положений корпуса. Положения корпуса contraction: лежа на спине, frog -position, стоя на коленях,в положении стоя. Положение корпуса release(расширение) выполняется вместе с contraction когда тело исполнителя начинает падать назад. Выполнение упражнений: поднятие корпуса, ног, арч, переход в джазовый мост, раскрытие в бабочку, полушпагат, волна корпусом,jete.	*Формы и методы обучения:* Объяснение. Показ. Демонстрация. Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы.
					18	2	16	Упражнения для стопы	

				практическая деятельность, опрос.				Последовательное и осмысленное выполнение движений. Порядок упражнений: упражнения для стопы: point, flex, change point, second позиции, с изменением уровня ног, чередованием положения стопы, броски и медленное открывание ноги в положении лежа на боку, спине, животе, упражнения на дыхание.	
					21	2	19	Упражнения stretch - характера	
				практическая деятельность, опрос.				Последовательное и осмысленное выполнение движений. Упражнения stretch-характера выполняются в медленном темпе, без лишних физических усилий. Мышцы должны быть расслаблены не " трястись" от излишнего напряжения. Дыхание ровным и глубоким. Упражнения: stretch мышц спины, side stretch (боковые растягивания), stretch мышц рук.stretch мышц ног, упражнения на дыхание.Фиксированные наклоны торса к ногам в течение некоторого времени, пульсирующие наклоны торса (pulse),открытие ноги с помощью руки или обеих рук.	
					18	2	16	Уровни	

				практическая деятельность, опрос.				Последовательное и осмысленное выполнение движений. Все упажнения состоят из последовательного перемещения из уповня в уровень. Уровни: стоя. на четвереньках. на коленях,сидя,лежа. Иследование плоскости пола.	
4.					45			Творческая деятельность	
					18	4	14	Постановочная работа	
				практическая деятельность, опрос.				Чёткое и последовательное исполнение хореографической постановки.На первом этапе постановочной работы сначала прослушивается музыка, затем подбираются танцевальные вариации соответствующие музыкальному материалу, хореографическому образу. Определяется рисунок танца	*Формы и методы обучения:* Объяснение. Показ. Демонстрация. Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы.
					27	2	25	Этюды	
				практическая деятельность, опрос.				Развитие восприятия движения. Тема:"Гравитация и вес": “Амеба", "Пол как партнер", "Орангутанг"" Зеркало"," Кукловод" .Тема:"Парная импровизация": "Контакт с партнером различными точками тела", "Импульс".	
					3	-	3	Итоговое занятие	
								Проведение открытых уроков, отчётных концертов, участие в конкурсах.	

								Исполнение экзерсиса, танцевальных вариаций, партерной гимнастики, хореографических номеров.	
2					**42** 8 10 10 14	-	-	1.Просмотр хореографических мастер-классов 1.2.Выполнение творческого задания (сочинение танцевальных этюдов) 1.3.Работа с учащимися над репертуаром (отработка этюдов и постановок) 1.4. Подготовка к концертным и конкурсным программам	
					276	40	236	ИТОГО часов:	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

третий год обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Количество часов			Разделы и темы	Контроль освоения программного материала учащимися
					всего	теория	практика		
1.					**36**			**Разработка хореографического мышления**	
					12	4	**8**	**Композиция пространства**	
				практическая деятельность, опрос.				Выполнение заданий для создания различных пространственных композиций, танцевальных образов. Формирование музыкального восприятия.Порядок движений: - комбинации шагов. (триплеты, в кординации с движениями рук, свинговые движения ног и корпуса). - слайды Исполнение композиций: - каноном. - по своей траектории. - свободные перестроения с заданным рисунком и без заданного рисунка. - используя большие движения в маленьком пространстве и наоборот. - попеременно двигаются две части тела: одна ма-	*Формы и методы обучения:* Объяснение. Показ. Демонстрация. Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы, баян

								ленькими движениями, другая большими. Тема: Способы передвижения: - сломанный телефон -сужение,расширение пространства.	*Формы и методы обучения:* Объяснение. Показ. Демонстрация. Самостоятельная практическая работа *Виды деятельности учащихся*: индивидуальная и групповая работа *Оборудование:* форма, фортепиано, фонограммы, баян
					24	**4**	**20**	**Разогрев**	
				практическая деятельность, опрос.				На третем году обучения разогрев может выплняется и у станка и на середине зала: - комбинация с использованием demi u grand plie. - battement tendu u jete кординация с движениями ногpranse, catch step, переходы из открытого в закрытое положение. скольжение (подготовка к падениям)	
2.					**117**			**Современный танец**	
					24	**4**	**20**	**Изоляции**	
				практическая деятельность, опрос.				Соединение отдельных движений в более сложные геометрические комбинации, соединение движений нескольких центров. Комбинации: - голова (крест, квадрат, круг, свинговый полукруг) - плечи (крест, квадрат, полукруги, круг, восьмерка, twist,шейк)	

								- грудная клетка (крест, квадрат, полукруги, круг). - пелвис (крест, квадрат, полукруги, круги, диогональный крест, восьмерка, полукруг одним бедром). -руки, ноги.	
					39	**16**	**23**	**Экзерсис на середине зала**	
				практическая деятельность, опрос.				Понятие epalment, demi plie. grand plie, battement tundu, battement tundu jete, rond de jamb par terre, relevelant 45 в сторону,вперёд, назад, grand battement jete, tilt, port de bra	
					30	**6**	**24**	**Кросс**	
				практическая деятельность, опрос.				На третьем году обучения выполнение шагов становится более разнообразным и сложным по технике исполнения. Виды шагов: - шаги примитива. (tap step, camel walk,spider walk, sugar leg). - шаги в джаз манере. (комбинируются с поворотами, прыжками). - шаги в рок манере. - шаги с мультипликацией. - канкаирующие шаги. Выполнение прыжков в сочетании с шагами, вра-	

								щениями и переходом из выворотных позиций в невыворотные, соединение прыжков в небольшие комбинации. Добавляются уровни вращения: - повороты на одной ноге (рабочая нога cou-de-pied, passe,в любом из направлений). - повороты по кругу вокруг воображаемой оси. - tour chaine.(на полупальцах, на полной стопе, на demi plie).	
					24	**2**	**22**	**Упражнения свингового характера**	
				практическая деятельность, опрос.				Выполняются два вида упражнений: - drop (падение) - swing (раскачивание). - выполнение swing отдельными частями тела.	
					45			**Творческая деятельность**	
					30	**4**	**26**	**Постановочная работа**	
				практическая деятельность, опрос.				На первом этапе постановочной работы сначала прослушивается музыка, затем подбираются танцевальные вариации соответствующие музыкальному материалу, хореографическому образу. Определяется рисунок танца	
					15	**2**	**13**	**Этюды**	

				практическая деятельность, опрос.				Научить ощущать вес, освобождать и расслаблять мышцы. Базовое положение: расслабленное положение тела в форме"звезды". Тема:"Гравитация и вес": "Передача веса "Пол как партнер", "Упражнения в парах" "Двойное равновесие" "Управление через импульс" .Тема:"Парная импровизация": "Контакт с партнером различными точками тела", "Импульс".	
					36			**Партерная гимнастика**	
					21	**2**	**19**	**Упражнения в партере**	
				практическая деятельность, опрос.				Порядок упражнений: - упражнения stretch - характера: мышц ног, рук, шеи, спины, бока - упражнения на дыхание -исполнение contraction:комбинирование curve, arch, , release. - упражнения для стопы: а)point, flex, б)change point,в)second позиции, г) с изменением уровня ног, чередованием положения стопы.	

								- упражнения с движениями бедер. - упражнения в 4-ой позиции. - упражнения на коленях. - броски и медленное открывание ноги в положении лежа на боку, спине, животе. - slid на спину из положения сидя, ноги согнуты в коленях, стопы на полу в параллельной позиции. - падения (falls)	
					12	**2**	**10**	**Перекаты**	
				практическая деятельность, опрос.				Виды перекатов: - на ягодичных мышцах. - на на спине. - через плечо. - с разными положениями рук и ног. - лежа.	
				практическая деятельность, опрос.					
					3	**-**	**3**	**Итоговое занятие**	
								Проведение открытых уроков, отчётных концертов, участие в конкурсах.Исполнение экзерсиса, танцевальных вариаций, партерной гимнастики, хореографических номеров.	
					78	**4**	**74**	**Летний период**	
1					**42**	**4**	**38**	Самоподготовка.	

								Самостоятельное изучение учебного материала по направленности деятельности коллектива. Отработка освоенных практических навыков в форме практической самостоятельной работы	
2					**42**	**-**	**-**	.1.Просмотр хореографических мастер-классов 1.2.Выполнение творческого задания (сочинение танцевальных этюдов) 1.3.Работа с учащимися над репертуаром (отработка этюдов и постановок) 1.4. Подготовка к концертным и конкурсным программам	
					276	**40**	**236**	**ИТОГО часов:**	

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ЭКСПЕРТИЗА ОСВОЕНИЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

УЧАЩИМИСЯ
Коллектив: ***образцовый хореографический коллектив «Вдохновение"***
Педагог: Яковлева И,В, категория ***высшая*** ***Группа №___***
По итогам первого полугодия
Градации оценки: *десятибалльная шкала оценивания*

Фамили	**Показатели**

я, имя	Исполнение основных элементов современного танца на середине зала, партере	Музыкально- ритмические навыки	Развитие слуха ритма в танцевальных вариациях	Танцевальность	Развитие координации	Музыкальность	Пространственные перестроения с четким рисунком.	Техника исполнения	Освоение программного материала
средний балл									

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами, правила поведения на занятиях и во Дворце	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май
5.	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6.	Презентация нового учебного года	Нравственное воспитание	Праздничная программа	Октябрь
7.	День народного единства	Нравственное воспитание, Гражданско-	В рамках занятий	ноябрь

		патриотическое воспитание,		
8.	Традиции нового года	духовное воспитание экологическое воспитание	Праздничная программа В рамках занятий	декабрь
9.	Рождество и старый новый год	духовное воспитание	В рамках занятий Праздничная программа	январь
10.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
11	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
12	Масленичная неделя и прощенное воскресенье	духовное воспитание	В рамках занятий	март
13	Ярмарка «Ты нам нужен»	Нравственное воспитание, Гражданско-патриотическое воспитание, экологическое воспитание, воспитание положительного отношения к труду и творчеству		март
14	9 апреля в истории города	Гражданско-патриотическое воспитание,		апрель
15.	Пасхальные беседы	духовное воспитание, экологическое воспитание		май
16.	9 мая- великий праздник нашей страны	Гражданско-патриотическое воспитание,		май

17.	Гала-программа, подведение итогов года	воспитание положительного отношения к труду и творчеству		май

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от

29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области

Список литературы.

Андреева. Ю. Танцтерапия. Москва. Санкт-Петербург. «Диля» 2005г.
Громов Ю. И. Танец и его роль воспитании пластической культуры актёра.
Иванова Д.М. 2005г. Методика по джаз –танцу ведущего педагога кафедры хореографии СПбГУП
Никитин В.Ю., Шварц И.К. Композиция и постановка современного танца: Учебно-методическое пособие.-М.:МГУКИ, 2007г.

Общая психология. Редакторы: Богословский В.В. Ковалёв А.Т. Степанова А. –М.: Просвещение, 1981.
. Перлина Л.В. Танец модерн и методика его преподавания. Издательство Алтайской государственной академии культуры и искусства. 2010 г.
Ягодинский В.Н. «Ритм, Ритм, Ритм» - М.: Наука 2