

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 131
620076 г. Екатеринбург, ул. Гаршина, 8 б тел. 263-48-85; факс 263-49-26

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2022 г.
Протокол № 1



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Студия современного танца»**

Возраст обучающихся: 7-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Полякова Мария Сергеевна,
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия современного танца» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее СанПиН);
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особенных познавательных потребностей»);
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Устав МАОУ СОШ № 131;
- Положение о дополнительном образовании в МАОУ СОШ № 131.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Студия современного танца» относится к **художественной направленности, является модифицированной** и реализуется в сфере дополнительного образования, так как ориентирована на формирование эстетической культуры учащегося, развитие его художественно-творческого потенциала, артистических способностей, высокого общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня средствами хореографического искусства.

Актуальность данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

В процессе занятий обучающийся получает навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного и классического танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

В *социальном аспекте* обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности и потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении, к решению сложных технических танцевальных задач.

По ходу освоения программы ребята знакомятся с историей танца, с ведущими современными исполнителями, слушают музыку, учатся различать новомодное, сиюминутное и вечное.

Современный танец – особый вид пластического, хореографического языка. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

Современный танец в отличие от классического впитывает в себя все сегодняшнее, он подвижен и непредсказуем, не хочет обладать какими-то правилами и канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, одним словом, создает новую пластику. Именно поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Современный танец способствует не только *сохранению и укреплению здоровья*, но и имеет возможность исправлять уже имеющиеся небольшие отклонения, такие, как сколиоз, остеохондроз, болезни суставов, слабый мышечный тонус и др. Он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Педагогическая целесообразность программы «Студия современного танца» заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно - эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

Программа разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Учебно-тематический план разбит на два модуля: для младших школьников и для старших школьников. Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что

позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

Адресат программы – обучающиеся от 7 до 18 лет. Младшая группа- 7-12 лет, старшая группа 13-18 лет.

Уровень обучения: младшая группа – стартовый, старшая группа - базовый

Цель и задачи программы

Цель - формирование и развитие физических и творческих способностей обучающихся средствами современной хореографии.

Задачи:

Обучающие:

- обучение двигательным навыкам;
- обучение координации движений и танцевальной выразительности;
- обучение распределять сценическую площадку, чувствовать коллектив, сохранять рисунок танца;
- приобретение обучающимися опорных знаний, умений и способов хореографической деятельности, обеспечивающих в совокупности необходимую базу для последующего самостоятельного знакомства с хореографией, самообразования и самовоспитания.

Развивающие:

- укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата обучающегося;
- развитие природных профессиональных данных,
- развитие детской эмоциональной сферы, интереса и любви к танцу.

Воспитательные:

- воспитание стремления к здоровому образу жизни, соблюдению режима дня и личной гигиены;
- воспитание дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей;
- воспитание умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях, оказывать помощь своим сверстникам;
- умение осуществлять самостоятельный контроль за своей учебной деятельностью;
- умение давать объективную оценку своему труду;
- формирование чувства коллективизма, умения работать в команде, навыков взаимодействия с участниками образовательного процесса.

Условия реализации программы

В объединение принимаются обучающиеся в возрасте 7 до 18 лет, проявляющие интерес к занятиям хореографией, на основании заявлений родителей (законных представителей), допущенные врачом к занятиям физической культурой.

Срок реализации программы – 28 недель.

Режим занятий:

- младшая группа по 1 академическому часу 2 раза в неделю (2 часа в

неделю, 56 акад. часов в год).

- старшая группа по 1,5 академических часа 2 раза в неделю (3 часа в неделю, 84 академических часа в год).

Форма проведения занятий – групповая.

Формы проведения занятий

Индивидуальная форма занятий предоставляет возможность учитывать возрастные и индивидуальные способности обучающихся. Индивидуальная форма занятий используется при работе с обучающимися категории «одарённый».

Коллективная форма работы – основополагающая, представляет собой творческий процесс, в котором избираются разнообразные варианты решения исполнительских задач, связанных с выявлением идейно-художественного содержания изучаемого хореографического произведения, его творческим воплощением, а также способствует достижению исполнительского мастерства ансамбля в целом.

Учебные занятия в объединении проходят в традиционных и нетрадиционных формах.

Традиционные	Нетрадиционные
1. вводное занятие; 2. изучение нового материала; 3. формирование умений и навыков; 4. повторение и закрепление изученного материала; 5. практическая работа; 6. повторительно-обобщающее занятие; 7. итоговое занятие.	1. занятие – игра; 2. занятие – конкурс;

Методы обучения

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

Проблемно-поисковые методы обучения. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

Методы эмоционального восприятия. Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее профессиональное педагогическое образование, опыт работы в направлении хореографии.

Материально-техническое обеспечение

Средства обучения	Количество штук на 1 группу	% использования от продолжительности программы
Актный зал	1	100
Цифровые образовательные ресурсы: видеофильмы, мультимедийные презентации	8	50
Гимнастические коврики	20	100
Ноутбук	1	100
Акустическая система	1	100
Зеркала	26	100

Планируемые результаты

В ходе реализации программы обучающиеся расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

Предметные

В результате обучения по программе учащиеся будут **знать:**

- специальную терминологию;
- основные сведения по истории современного танца;
- основные стили и жанры современной хореографии.
- основы техники исполнения движений джаз танца, танца модерн, современных молодежных направлений танца;
- современные формы, стили и техники танца.

Учащиеся будут **уметь:**

- исполнять основные движения современного танца;
- грамотно подходить к изучению лексики разных жанров и стилей современного танца;
- использовать знания современного лексического материала в хореографических произведениях коллектива;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально.

Метапредметные

- управлять своими эмоциями в различных ситуациях, оказывать помощь своим сверстникам;
- осуществлять самостоятельный контроль за своей учебной деятельностью;

- давать объективную оценку своему труду;
- работать в команде;
- воспитает дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- воспитает стремление к здоровому образу жизни.

Личностные

- воспитано уважение и принятие духовных и культурных ценностей, нравственные установки;
- развито умение самостоятельно ставить цель, планировать, осуществлять, контролировать и оценивать учебные действия, в соответствии с поставленными задачами;
- сформированы необходимые для занятий способности (выносливость, концентрацию, внимание, умение ориентироваться в пространстве).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Младшая группа 2 часа в неделю, 56 часов в год

№ п/п	Наименование темы	Часы			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Вводный контроль
2.	Азбука танцевальных движений	31	4	27	Коррекция
3.	Постановочная деятельность	15	3	12	Текущий контроль
4.	История хореографии	1	1	-	Текущий контроль
5.	Концертная деятельность	7	-	7	Текущий контроль
6.	Итоговое занятие	1	1	-	Итоговый контроль
Итого:		56	10	46	

Содержание программы

1. Вводное занятие

Целевая направленность: знакомство с учащимися, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных учащихся; знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

Теория. В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с родителями, требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике безопасности. Формирование групп по возрасту, медицинские показания для занятий танцами, расписание занятий.

Практика. Игры на знакомства, на сплочение коллектива

2. Азбука танцевальных движений

Теория. Теоретические основы хореографических движений. *Хореографические термины.*

Практика. *Ритмическая разминка:* комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Отличается от многих разминок тем, что выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов начинается уже в разминке.

Изучаемые элементы разминки:

- Движения головы. Соединение движений головы с движениями других центров.
- Плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации.
- Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение в комбинации движений.
- Контракция.
- Прыжки.

Лексика: изучение основных движений hip-hop (хип-хоп). Упражнения выполняются по тем же разделам, что и разминка, с координацией всех центров. Усложняются прыжки и вращения.

- Hiplift - полукруги и круги одним бедром.
- V-положения рук, jerkposition.
- А-Б-В-положения рук.

Кросс: передвижение в пространстве.

- Вращение, как способ передвижения в пространстве.
- Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
- Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.

Партерная пластика. Скелетные мышцы развиваются гармоничнее, а их силовые возможности проявляются полнее, если упражнения на силу сочетаются с упражнениями на растяжимость мышц и на повышение подвижности в суставах. Для развития гибкости применяется метод выполнения упражнений с увеличением амплитуды.

Все многочисленные упражнения этого метода подразделяются на активные и пассивные. К активным относятся маховые (всевозможные вращения и махи звеньев тела в различных направлениях), фиксированные (различные наклоны, повороты, прогибание) при закрепленных звеньях тела и статические движения (удержание звеньев тела в положении максимальной амплитуды). Пассивные упражнения на гибкость выполняются с помощью партнера, который помогает увеличить амплитуду движения.

В первый год обучения подростки учатся выполнять такие упражнения, как:

- «Шпагат».
- «Бабочка».
- «Мостик».

Рекомендации. Занятия партерной гимнастикой, в основе которой – использование элементов классического танца, проводятся в положении лежа и сидя на полу.

3. Постановочная деятельность

Практика. В течение обучения учащиеся *узнают* такие понятия, как:

Танцевальная связка - это несколько танцевальных движений (3-5), разучив которые, впоследствии можно использовать как элемент постановочного танца или как вставку в произвольной комбинации.

Танцевальная комбинация - нечто среднее между связкой и композицией, обычно ее продолжительность составляет 1-2 восьмерки.

Схема изучения танца:

1. Танец учится «на счет», с каждым разом ускоряя темп. Затем, включается музыка, и счёт тактов ложится на музыку. В группе, занимающейся до года, практикуется изучение коротких (в основном на 8 счетов) связок TopRoking'a, и элементами из более лёгких стилей StreetDance'a и Hip-Hop'a.

2. Изучение и запоминание новых элементов. После танца, уделяется внимание изучению новых элементов. В данном случае, применяется индивидуальный подход к каждому ученику. Что учить дальше, на этом этапе, определяется личными качествами ученика.

3. Дополнение – это обязательное условие закрепления пройденного материала, состоит из попыток соединить новый материал со всем, пройденным до этого, материалом.

Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.

4. История хореографии.

Теория. Современные направления: хип-хоп, хаус, диско, модерн, джаз, контемпорари.

5. Концертная деятельность

Практика. Выступление на мероприятиях, конкурсах, фестивалях. Отчетный концерт по итогам года обучения.

6.Итоговое занятие. Открытое занятие с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
старшая группа 3 часа в неделю, 84 часа в год

№ п/п	Наименование темы	Часы			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1,5	1,5	-	Вводный контроль
2.	Азбука танцевальных движений	48	9	37	Коррекция
3.	Постановочная деятельность	21	6	15	Текущий контроль
4.	История хореографии	1,5	1,5	-	Текущий контроль
5.	Концертная деятельность	10,5	-	10,5	Текущий контроль
6.	Итоговое занятие	1,5	1,5	-	Итоговый контроль
Итого:		84	19,5	64,5	

Содержание программы

1. Вводное занятие

Целевая направленность: знакомство с учащимися, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных учащихся; знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

Теория. В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с родителями, требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике безопасности. Формирование групп по возрасту, медицинские показания для занятий танцами, расписание занятий.

Практика. Игры на знакомства, на сплочение коллектива

2. Азбука танцевальных движений

Теория. Теоретические основы хореографических движений. *Хореографические термины.*

Практика. Ритмическая разминка: комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Отличается от многих разминок тем, что выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов начинается уже в разминке.

Изучаемые элементы разминки:

- Движения головы. Соединение движений головы с движениями других центров.
- Плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации.
- Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение в комбинации движений.
- Контракция.
- Прыжки.

Лексика: изучение основных движений hip-hop (хип-хоп). Упражнения выполняются по тем же разделам, что и разминка, с координацией всех центров. Усложняются прыжки и вращения.

- Hiplift - полукруги и круги одним бедром.
- V-положения рук, jerkposition.
- А-Б-В-положения рук.
- Комбинации из движений, изученных ранее, соединение с шагами.
- Соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещением в пространстве.
- Tilt в сторону, вперед, с работающей ногой, открытой на 90° и выше.
- Упражнения стэтч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.
- Приставной шаг (steptouch).
- «Виноградная лоза» (grapevine).
- V-шаг(V-step).

Кросс: передвижение в пространстве.

- Вращение, как способ передвижения в пространстве.
- Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
- Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.
- Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены

уровней, различных способов вращений и прыжков.

- Понятие «кач» как основа пластической характеристики хип-хопа.
- Движения рук (сгибания в плечевом, локтевом, кистевом суставах).
- Броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону.
- Соскоки по выворотным и завернутым позициям на всей стопе и на полупальцах.
- Переходы из параллельных позиций ног в широкие выворотные и «in» позиции.
- Прыжки с раскрыванием ног и поворотами в воздухе.

Партнерная пластика. Скелетные мышцы развиваются гармоничнее, а их силовые возможности проявляются полнее, если упражнения на силу сочетаются с упражнениями на растяжимость мышц и на повышение подвижности в суставах. Для развития гибкости применяется метод выполнения упражнений с увеличением амплитуды.

Все многочисленные упражнения этого метода подразделяются на активные и пассивные. К активным относятся маховые (всевозможные вращения и махи звеньев тела в различных направлениях), фиксированные (различные наклоны, повороты, прогибание) при закрепленных звеньях тела и статические движения (удержание звеньев тела в положении максимальной амплитуды). Пассивные упражнения на гибкость выполняются с помощью партнера, который помогает увеличить амплитуду движения.

Рекомендации. Занятия партнерной гимнастикой, в основе которой – использование элементов классического танца, проводятся в положении лежа и сидя на полу.

3. Постановочная деятельность

Практика. В течение обучения учащиеся *узнают* такие понятия, как:

Танцевальная связка - это несколько танцевальных движений (3-5), разучив которые, впоследствии можно использовать как элемент постановочного танца или как вставку в произвольной комбинации.

Танцевальная комбинация - нечто среднее между связкой и композицией, обычно ее продолжительность составляет 1-2 восьмерки.

Схема изучения танца:

1. Танец учится «на счет», с каждым разом ускоряя темп. Затем, включается музыка, и счёт тактов ложится на музыку. В группе, занимающейся до года, практикуется изучение сложных связок TopRoking'a, и элементами стилей StreetDance'a и Hip-Hop'a.
2. Изучение и запоминание новых элементов. После танца, уделяется внимание изучению новых элементов. В данном случае, применяется индивидуальный подход к каждому ученику. Что учить дальше, на этом этапе, определяется личными качествами ученика.
3. Дополнение – это обязательное условие закрепления пройденного материала, состоит из попыток соединить новый материал со всем, пройденным до этого, материалом. Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.

4. История хореографии.

Теория. Современные направления: хип-хоп, хаус, диско, модерн, джаз, контемпорари.

5. Концертная деятельность

Практика. Выступление на мероприятиях, конкурсах, фестивалях. Отчетный концерт по итогам года обучения.

6.Итоговое занятие. Открытое занятие с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Код-во учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
Младшая	01.10.2022	30.04.2023	28	56	1 час 2 раза в неделю
Старшая	01.10.2022	30.04.2023	28	84	1,5 часа 2 раза в неделю

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы и виды контроля обучения

Для проверки результативности образовательной программы используются три основные составляющие контроля:

1. Входной контроль - проводится педагогом в начале учебного года и позволяет определить начального (базового) уровня физических данных, способностей и умений вновь прибывших обучающихся. В процессе беседы с вновь пришедшими обучающимся, после показа педагогом и выполнения ими контрольных заданий и тестовых упражнений на выворотность, гибкость, высоту прыжка, растяжку, общую ловкость, чувство ритма, музыкальность, исполнения ими простых, не сложных танцевальных элементов, определяется базовый уровень физических данных и умений вновь прибывших обучающихся.

2. Текущий контроль –проводится в течение учебного года в процессе освоения учащимися программы. Позволяет проследить степень усвоения обучающимся содержания предлагаемого материала, уровень развития физических способностей ребенка и специальных хореографических знаний и навыков.

3. Промежуточный контроль -проводится в конце первого полугодия и позволяет проследить степень усвоения учащимися содержания предлагаемого материала, уровень развития физических способностей обучающихся и специальных хореографических знаний и навыков. Итоги мониторинга фиксируются в диагностических картах и в ведомости успеваемости обучающихся.

4. Итоговый контроль - проводится педагогом в конце учебного года и позволяет определить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося и уровень овладения программой. Диагностирование проводится по одним и тем же критериям, что даёт возможность наглядно увидеть динамику развития любого из рассматриваемых параметров. Итоговый контроль проводится по основным разделам образовательной программы.

Виды контроля	Содержание	Формы контроля	Методы отслеживания результативности	Сроки контроля
Входной	Общая эрудиция	Выполнение нормативов	Беседа, опрос, наблюдение	Начало I четверти

Текущий	Освоение учебного материала	Выполнение комбинаций, связок	Наблюдение	В течение учебного года
Промежуточный	Освоение учебного материала, творческий потенциал воспитанников, оценка личностных качеств, формирование знаний и умений	Концертная деятельность	Практическая работа	Конец I полугодия
Итоговый	Контроль выполнения поставленных задач	Итоговое занятие	Наблюдение, беседа, анализ	Последняя неделя учебного года

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Азбука танцевальных движений

Ритмическая разминка

Для детей характерны специфические психологические особенности (рассеянное внимание, утомляемость, быстрая усталость), поэтому ритмическая разминка, это частое чередование одного движения с другим, смена музыкального темпа, настроения, делает занятия не скучными, а насыщенными и интересными. Занятия «Ритмической разминкой» служат задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки ребенка, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания.

На занятиях «Ритмическая разминка» на первых этапах следует выделить движения ног, так как импульсы от ходьбы, бега, прыжков получает все тело.

Занятия ритмической разминкой развивают у детей музыкальный слух, память, чувство ритма, формируют художественный вкус.

Задача этого направления – привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. В современном танце существуют различные способы разогрева: у станка, на середине и в партере. По функциональным задачам можно выделить три группы упражнений. Первая группа – это упражнения стретч-характера, т.е. растяжение. Вторая группа упражнений связана с наклонами и поворотами торса. Они помогают разогреть и привести в рабочее состояние позвоночник и его отделы. Третья группа упражнений связана с разогревом ног.

Лексика. Целевая направленность: овладение основами современной хореографии и техникой исполнения, умение ориентироваться в стилях и направлениях современного танца, развитие пластики, легкости движения, творческого потенциала воспитанников, воспитание художественного вкуса.

Основой техники современного танца служит позвоночник, поэтому главная задача педагога развить у учащихся подвижность во всех его отделах. Основные движения: наклоны торса, изгибы, спирали, body role («волны»), contraction, release, tilt, lay out.

Форма работы: коллективная, групповая, индивидуальная.

- Танцевальные комбинации на развитие общих физических данных.
- Позы и движения на растяжку.

- Элементы гимнастики и акробатики.
- Знакомство с современными стилями и новыми направлениями современного танца.

Кросс

Передвижение в пространстве (различные шаги, бег, повороты, прыжки, вращения). Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль танца.

Постановка танца

Последним, завершающим, разделом урока являются комбинации. Здесь все зависит от фантазии педагога, его балетмейстерских способностей. Они могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений, в партере. Главное требование комбинаций – ее танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т.е. использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителей.

Основные этапы последовательности подхода к постановочной работе:

1. Дать общую характеристику танца:
 - а) рассказать историю возникновения танца, направления.
 - б) рассказать сюжет танца.
2. Слушание музыки и ее анализ (характер, темп, рисунки музыкальных фраз).
3. Работа над образом: характер образа, специфики поз (руки, корпус, голова).
4. Разучивание движений танца.

При разучивании движений танца с детьми хорошие результаты дает метод, при котором они повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога и затем исполняют самостоятельно. Движения должны быть чисто техническими и исполняться механически, каждое движение должно «дышать», дыхание движения – это и есть выразительность и артистичность

Примерное распределение времени при полуторачасовом занятии:

Ритмическая разминка - 5-7 мин.

Лексика - 20 мин.

Кросс - 15 мин.

Партерная пластика - 15 мин.

Постановка комбинации - 30 мин.

Дети должны обучаться:

- творческому подходу к выполнению движений, реагируя на стимулы, в том числе на музыку и применяя основные навыки.
- смене ритма, изменению скорости, уровня и направления своих движений.
- созданию и исполнению танцев, используя простые движения, в том числе и относящиеся к различным эпохам и культурам;
- выражению и передаче мысли и чувства.

Концертно-творческая деятельность

- Постановочно-репетиционная деятельность:
 - а) подборка музыкального материала;

- б) предварительный отбор выразительных средств;
- в) сочинение композиционного построения – рисунок танца.

- Открытые занятия.
- Родительские собрания.
- Мероприятия.
- Экскурсии: парк, музей, выставочный зал, выезд на природу.
- Участие в концертах, фестивалях, конкурсных программах.

Целевая направленность: приобщение к концертной деятельности, развитие мотивации и личностной успешности, внимания и выносливости, самостоятельности и творческой активности, навыков коллективного взаимодействия, воспитание культуры поведения на сцене и во время репетиций.

Форма работы: коллективная, групповая, индивидуальная

Достижения цели обучения

Учащиеся должны быть способны продемонстрировать, что они могут:

- Выбирать и использовать соответствующие навыки, действия и идеи, применение которых должно координироваться и контролироваться ими.
- Копировать, изучать, повторять и запоминать движения, соединяя их таким образом, чтобы они соответствовали данным видам двигательной деятельности.
- Рассказать о различиях между своей и чужой работой, предложить способы совершенствования, использовать понимание этой разницы для улучшения собственного исполнения.

Счет - немаловажное понятие, без которого трудно разобрать танец на составные части. Чтобы просчитать музыку, нужно услышать ритм. Легче всего это сделать, слушая ударные инструменты. Подстраиваясь под их ритм, необходимо отсчитывать счет. Обычно на восемь счетов приходится одна строчка куплета песни. Существуют и более точные способы разбить музыку на квадраты (четыре счета) и восьмерки. Но чтобы танцевать «в такт» достаточно следовать ритму. Восемь счетов - это восьмерка, ей соответствуют восемь положений тела, восемь точек, которые могут быть фиксированными или проходящими.

Точка - положение тела. Для того чтобы непрерывное и, порой, достаточно быстрое движение можно было разучить в замедленном темпе, танец рассматривается как ряд поз, соединенных промежуточными движениями, каждая из которых называется точкой. Если в одной из точек происходит остановка, она называется фиксированной точкой. Если остановки нет или она взята условно для того, чтобы понять, через какие промежуточные стадии происходит движение от одной фиксированной точки к другой, мы говорим о наличии проходящей точки, то есть положении тела, в котором мы не задерживаемся.

Пошаговой разбивкой называют процесс разбивки танца на отдельные элементы. Также пошаговой называют схематичные изображения, помогающие разучивать танец. Чаще всего речь идет о рисунках, изображающих позицию в танце, или схематичных зарисовках проекций стоп танцующих. Танец: если стихи, положенные на музыку, именуется песней, то танец - это движение, положенное на музыку. Танцы можно условно разбить на две категории: релаксация (танец для себя) и профессиональный танец. В первом случае мы позволяем телу двигаться как угодно, не особо интересуясь траекторией движения.

Второй вид танцев призван производить впечатление и предполагает четко отработанные движения.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» - СПб: «Планета музыки»,2010
2. Базарова Н.П. «Классический танец» - СПб: «Лань», «Планета музыки», 2009
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - СПб: «Люкси» и«Респекс»,1996
4. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - СПб: «Лань»,2007
5. Васильева Т.И. «Балетная осанка» / Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. М.,1993
6. Волынский А. «Книга ликований. Азбука классического танца» - Л.: «АРТ».1992
7. Звездочкин В.А. «Классический танец» - СПб: «Планета музыки»,2011
8. Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО,2011
9. Покровская Е.Г. «Принципы сочинения учебной комбинации у палки по классическому танцу» / Методическое пособие для преподавателей. Харьков,2010
10. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа» - СПб: «Лань»,2009

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

младшая группа

Дата проведения занятия	№ занятия	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля
Октябрь	1.	Вводное занятие. Требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике безопасности.	Лекция. Беседа	1	Входной контроль
Октябрь	2.	Теоретические основы хореографических движений.	Групповая тренировка	1	Текущий
Октябрь	3.	Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц.	Групповая тренировка	1	Текущий
Октябрь	4.	Движения головы. Соединение движений головы с движениями других центров	Групповая тренировка	1	Текущий
Октябрь	5.	Плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации.	Групповая тренировка	1	Текущий
Октябрь	6.	Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение в комбинации движений.	Групповая тренировка	1	Текущий
Октябрь	7.	Контракция. Прыжки.	Групповая тренировка	1	Текущий
Октябрь	8.	Изучение основных движений hip-hop (хип-хоп).	Групповая тренировка	1	Текущий
Ноябрь	9.	Изучение основных движений hip-hop (хип-хоп).	Групповая тренировка	1	Текущий
Ноябрь	10.	Нірlift - полукруги и круги одним бедром	Групповая тренировка	1	Текущий
Ноябрь	11.	Нірlift - полукруги и круги одним бедром	Групповая тренировка	1	Текущий
Ноябрь	12.	Нірlift - полукруги и круги одним бедром	Групповая тренировка	1	Текущий
Ноябрь	13.	V-положения рук, jerkposition.	Групповая тренировка	1	Текущий

Ноябрь	14.	V-положения рук, jerkposition.	Групповая тренировка	1	Текущий
Ноябрь	15.	V-положения рук, jerkposition.	Групповая тренировка	1	Текущий
Ноябрь	16.	A-B-V-положения рук.	Групповая тренировка	1	Текущий
Декабрь	17.	A-B-V-положения рук.	Групповая тренировка	1	Текущий
Декабрь	18.	A-B-V-положения рук.	Групповая тренировка	1	Текущий
Декабрь	19.	Кросс Вращение, как способ передвижения в пространстве	Групповая тренировка	1	Текущий
Декабрь	20.	Кросс Вращение, как способ передвижения в пространстве	Групповая тренировка	1	Текущий
Декабрь	21.	Кросс Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали	Групповая тренировка	1	Текущий
Декабрь	22.	Кросс Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали	Групповая тренировка	1	Текущий
Декабрь	23.	Кросс Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.	Групповая тренировка	1	Текущий
Декабрь	24.	Кросс Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.	Групповая тренировка	1	Текущий
Январь	25.	Кросс Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.	Групповая тренировка	1	Текущий
Январь	26.	Кросс Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.	Групповая тренировка	1	Текущий
Январь	27.	Партерная пластика. «Шпагат».	Групповая тренировка	1	Контрольный норматив
Январь	28.	Партерная пластика. «Шпагат».	Групповая тренировка	1	Текущий
Январь	29.	Партерная пластика. «Бабочка».	Групповая тренировка	1	Текущий

Январь	30.	Партерная пластика. «Бабочка».	Групповая тренировка	1	Текущий
Январь	31.	Партерная пластика. «Мостик».	Групповая тренировка	1	Текущий
Январь	32.	Партерная пластика. «Мостик».	Групповая тренировка	1	Текущий
Февраль	33.	Постановочная деятельность.	Групповая тренировка	1	Текущий
Февраль	34.	Изучение коротких (в основном на 8 счетов) связок TopRoking'a, и элементами из стилей StreetDance'a и Hip-Hop'.	Групповая тренировка	1	Текущий
Февраль	35.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1	Текущий
Февраль	36.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1	Текущий
Февраль	37.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1	Текущий
Февраль	38.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1	Текущий
Февраль	39.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1	Текущий
Февраль	40.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1	Текущий
Март	41.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1	Текущий
Март	42.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1	Текущий
Март	43.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1	Текущий
Март	44.	Прохождение связок, отработка кусочков и	Групповая тренировка	1	Контрольный норматив

		повторение движений под индивидуальным контролем педагога.			
Март	45.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1	Текущий
Март	46.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1	Текущий
Март	47.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1	Текущий
Март	48.	Современные направления: хип-хоп, хаус, диско, модерн, джаз, контемпорари	Групповая тренировка	1	Текущий
Апрель	49.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1	Текущий
Апрель	50.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1	Текущий
Апрель	51.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1	Текущий
Апрель	52.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1	Текущий
Апрель	53.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1	Текущий
Апрель	54.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1	Текущий
Апрель	55.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1	Текущий
Апрель	56.	Открытое занятие с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.	Групповая тренировка	1	Показательное выступление
		ИТОГО		56 часов	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
старшая группа

Дата проведения занятия	№ занятия	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля
Октябрь	1.	Вводное занятие. Требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике безопасности.	Лекция. Беседа	1,5	Входной контроль
Октябрь	2.	Теоретические основы хореографических движений.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Октябрь	3.	Комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Октябрь	4.	Движения головы. Соединение движений головы с движениями других центров	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Октябрь	5.	Плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Октябрь	6.	Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение в комбинации движений.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Октябрь	7.	Контракция. Прыжки.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Октябрь	8.	Изучение основных движений hip-hop (хип-хоп).	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Ноябрь	9.	Изучение основных движений hip-hop (хип-хоп).	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Ноябрь	10.	V-положения рук, jerkposition.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Ноябрь	11.	A-B-B-положения рук.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Ноябрь	12.	Комбинации из движений, изученных ранее, соединение с шагами	Групповая тренировка	1,5	Текущий

Ноябрь	13.	Соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещением в пространстве	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Ноябрь	14.	Tilt в сторону, вперед, с работающей ногой, открытой на 90° и выше.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Ноябрь	15.	Упражнения стэтч-характера в соединении с твистами и спиралями торса	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Ноябрь	16.	Приставной шаг (steptouch).	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Декабрь	17.	«Виноградная лоза» (grapevine).	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Декабрь	18.	V-шаг(V-step).	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Декабрь	19.	Кросс Вращение, как способ передвижения в пространстве	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Декабрь	20.	Кросс Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Декабрь	21.	Кросс Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Декабрь	22.	Кросс Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Декабрь	23.	Понятие «кач» как основа пластической характеристики хип-хопа.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Декабрь	24.	Движения рук (сгибания в плечевом, локтевом, кистевом суставах).	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Январь	25.	Броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Январь	26.	Соскоки по выворотным и завернутым позициям на всей стопе и на полупальцах.	Групповая тренировка	1,5	Текущий

Январь	27.	Переходы из параллельных позиций ног в широкие выворотные и «in» позиции.	Групповая тренировка	1,5	Контрольный норматив
Январь	28.	Прыжки с раскрытием ног и поворотами в воздухе.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Январь	29.	Партнерская пластика	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Январь	30.	Партнерская пластика	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Январь	31.	Партнерская пластика	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Январь	32.	Партнерская пластика	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Февраль	33.	Постановочная деятельность.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Февраль	34.	Изучение сложных связок TopRoking'a, и элементами из стилей StreetDance'a и Hip-Hop'.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Февраль	35.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Февраль	36.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Февраль	37.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Февраль	38.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Февраль	39.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Февраль	40.	Разучивание танцевальных связок	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Март	41.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Март	42.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Март	43.	Прохождение связок, отработка кусочков и	Групповая тренировка	1,5	Текущий

		повторение движений под индивидуальным контролем педагога.			
Март	44.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1,5	Контрольный норматив
Март	45.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Март	46.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Март	47.	Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Март	48.	Современные направления: хип-хоп, хаус, диско, модерн, джаз, контемпорари	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Апрель	49.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Апрель	50.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Апрель	51.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Апрель	52.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Апрель	53.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Апрель	54.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Апрель	55.	Концертная деятельность	Групповая тренировка	1,5	Текущий
Апрель	56.	Открытое занятие с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ	Групповая тренировка	1,5	Показательное выступление

		работы.			
		ИТОГО		84 часа	